

Recordes Regionais

							Piscina curta (25m)
Masc., Open							
Livres							
50m	21.64	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	10-12-2009	Istanbul (TUR)
100m	47.64	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	11-12-2009	Istanbul (TUR)
200m	1:47.03	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	21-12-2014	Porto
400m	3:57.59	Theodoris, Nathan Keith	84	POR	LDC	12-12-2015	Porto
800m	8:21.32	Bica, Jose Joao	87	POR	LDC	15-11-2009	Aboboda
1500m	16:00.92	Filipe, Ricardo Sousa	88	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
Costas							
50m	25.37	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	11-12-2015	Porto
100m	53.80	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	20-12-2014	Porto
200m	1:55.92	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	13-12-2015	Porto
Bruços							
50m	27.97	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
100m	59.31	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	2:08.80	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
Mariposa							
50m	24.04	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
100m	52.26	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	05-12-2009	Leiria
200m	1:55.46	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	04-12-2009	Leiria
Estilos							
100m	55.14	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	20-12-2013	Felgueiras
200m	1:58.44	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
400m	4:22.94	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	21-12-2008	Sines
Femin., Open							
Livres							
50m	25.66	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
100m	56.65	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	21-12-2008	Sines
200m	2:03.96	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2008	Sines
400m	4:19.78	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2008	Sines
800m	9:01.27	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
1500m	17:45.07	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	27-02-2011	Albufeira
Costas							
50m	29.30	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	07-12-2012	Porto
100m	1:02.38	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	20-12-2014	Porto
200m	2:13.06	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	28-01-2012	Uster (SUI)
Bruços							
50m	32.12	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	CNOL	10-12-2023	Leiria
100m	1:08.76	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	CNOL	08-12-2023	Leiria
200m	2:29.10	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	CNOL	11-11-2023	Albufeira
Mariposa							
50m	28.13	Mendes, Ana Sebastiao	04	POR	ACS	10-12-2023	Leiria
100m	1:00.49	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	2:14.41	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
Estilos							
100m	1:04.14	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	08-12-2008	Guimaraes
200m	2:17.29	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
400m	4:49.84	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
Masc., Sen							
Livres							
50m	21.64	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	10-12-2009	Istanbul (TUR)
100m	47.64	Agostinho, Alexandre Escudier	86	POR	PORTIN	11-12-2009	Istanbul (TUR)
200m	1:47.03	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	21-12-2014	Porto
400m	3:55.02	Pires, Miguel Martins	84	POR	LDC	22-11-2002	Felgueiras

RECORDES REGIONAIS - PISCINA DE 25M
Actualizados 10/04/2023

800m	8:21.32	Bica, Jose Joao	87	POR	LDC	15-11-2009	Aboboda
1500m	16:00.92	Filipe, Ricardo Sousa	88	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
Costas							
50m	25.37	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	11-12-2015	Porto
100m	53.80	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	20-12-2014	Porto
200m	1:55.92	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	13-12-2015	Porto
Bruços							
50m	27.97	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
100m	59.31	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	2:08.80	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
Mariposa							
50m	24.04	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
100m	52.26	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	05-12-2009	Leiria
200m	1:55.46	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	04-12-2009	Leiria
Estilos							
100m	55.14	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	20-12-2013	Felgueiras
200m	1:58.44	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
400m	4:22.94	Quintanilha, Nuno Goncalo	87	POR	LDC	21-12-2008	Sines
Masc., Jun. 2							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	22.04	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	16-11-2013	Portimao
100m	48.39	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	07-12-2012	Porto
200m	1:51.00	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	09-12-2012	Porto
400m	4:01.65	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	21-12-2012	S. Antonio Cavaleiros
800m	8:29.96	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	11-12-2011	Cantanhede
1500m	16:20.21	Lopes, Rui Miguel	94	POR	CNOL	04-12-2011	Silves
Costas							
50m	26.70	Gomes, Guilherme Sousa	04	POR	ACS	06-11-2021	Silves
100m	56.59	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	09-03-2013	Portimão
200m	1:59.14	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	09-12-2012	Porto
Bruços							
50m	30.79	Costa, Francisco Santos	93	POR	PORTIN	12-12-2010	Guarda
100m	1:06.31	Cepeleaga, Marin	05	POR	PORTIN	15-04-2023	Guarda
200m	2:24.62	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	07-12-2012	Porto
Mariposa							
50m	25.71	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	19-01-2013	Portimao
100m	53.90	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	08-12-2012	Porto
200m	2:00.46	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	07-12-2012	Porto
Estilos							
100m	58.35	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	23-12-2018	Felgueiras
200m	2:06.64	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	22-12-2018	Felgueiras
400m	4:33.99	Rodrigues, Hugo Cascais	89	POR	LDC	19-11-2006	Tavira
Femin., Sen							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	25.66	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
100m	56.65	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	21-12-2008	Sines
200m	2:03.96	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2008	Sines
400m	4:19.78	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2008	Sines
800m	9:01.27	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
1500m	17:50.29	Viana, Carolina Pereira	04	POR	ACS	06-11-2021	Silves
Costas							
50m	29.30	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	07-12-2012	Porto
100m	1:02.38	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	20-12-2014	Porto
200m	2:13.11	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	21-12-2013	Felgueiras
Bruços							
50m	32.48	Figueira, Isabel Maria	79	POR	CNFA	06-12-2009	Leiria

RECORDES REGIONAIS - PISCINA DE 25M
Actualizados 10/04/2023

100m	1:09.80	Borges, Claudia Ferreira	99	POR	LDC	09-12-2022	Leiria
200m	2:31.07	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
Mariposa							
50m	28.13	Mendes, Ana Sebastiao	04	POR	ACS	10-12-2023	Leiria
100m	1:00.49	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	2:14.41	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
Estilos							
100m	1:04.14	Madeira, Sara Alexandra	87	POR	LDC	08-12-2008	Guimaraes
200m	2:17.29	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	19-12-2009	S. Antonio Cavaleiros
400m	4:49.84	Pereira, Ana Beatriz	91	POR	LDC	20-12-2009	S. Antonio Cavaleiros

Masc., Jun. 1

Piscina curta (25m)

Livres							
50m	22.24	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	08-12-2012	Porto
100m	51.07	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	02-12-2011	Silves
200m	1:55.19	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	10-12-2017	Porto
400m	4:05.34	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	03-12-2011	Silves
800m	8:44.55	Santos, Joao Duarte	95		CNOL	03-03-2012	Albufeira
1500m	16:30.83	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	12-11-2011	Quarteira
Costas							
50m	26.70	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	03-12-2011	Silves
100m	56.48	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	03-12-2011	Silves
200m	2:03.65	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	04-12-2011	Silves
Bruços							
50m	30.36	Matias, Rafael Candeias	03	POR	CNL	22-12-2019	Felgueiras
100m	1:05.50	Matias, Rafael Candeias	03	POR	CNL	20-12-2011	Felgueiras
200m	2:24.70	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	11-12-2011	Cantanhede
Mariposa							
50m	26.76	Sequeira, Duarte Nunes	02	POR	CNL	04-11-2018	Vila Real St. Antonio
100m	56.57	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	19-02-2012	Alapraia
200m	2:03.72	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	09-05-2012	Silves
Estilos							
100m	59.96	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	PORTIN	10-12-2017	Porto
200m	2:06.76	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	09-12-2017	Porto
400m	4:32.43	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	08-12-2017	Porto

Femin., Jun. 2

Piscina curta (25m)

Livres							
50m	25.95	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	12-11-2016	Vila Real St. Antonio
100m	56.98	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	13-11-2016	Vila Real St. Antonio
200m	2:03.97	Louro, Beatriz Silva	07	POR	LDC	19-12-2023	Leiria
400m	4:27.66	Louro, Beatriz Silva	07	POR	LDC	09-12-2023	Leiria
800m	9:20.99	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	19-08-2008	Olhao
1500m	18:05.48	ESTEVEENS, Laura Fabiana	05	POR	GCNF	23-10-2021	Olhão
Costas							
50m	29.74	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	02-12-2011	Silves
100m	1:02.81	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	29-01-2012	Uster (SUI)
200m	2:13.06	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	28-01-2012	Uster (SUI)
Bruços							
50m	33.74	Sequeira, Catarina Costa	98	POR	CFOA	15-03-2015	Albufeira
100m	1:12.60	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	20-12-2008	Sines
200m	2:36.82	Ismael, Ana Rita	92	POR	LDC	21-12-2008	Sines
Mariposa							
50m	29.33	MACHADO, Carolina Alexandra	03	POR	CNBE	20-12-2019	Felgueiras
100m	1:03.67	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	18-12-2011	Mealhada
200m	2:18.61	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	17-12-2011	Mealhada
Estilos							
100m	1:05.93	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	12-11-2016	Vila Real St. Antonio

RECORDES REGIONAIS - PISCINA DE 25M
Actualizados 10/04/2023

200m	2:20.67	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	24-05-2009	Evora
400m	5:03.46	Abreu, Marta Pereira	92	POR	CNFA	22-11-2008	Tavira
Masc., Juv. A							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	24.16	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	19-11-2011	Tavira
100m	52.99	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	14-05-2011	Lagos
200m	1:59.13	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	21-11-2010	Quarteira
400m	4:10.23	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	SANALG	04-03-2017	Abrantes
800m	8:44.42	Lopes, Eduardo Cardoso	99	POR	LDC	10-05-2014	Albufeira
1500m	16:35.72	Lopes, Eduardo Cardoso	99	POR	LDC	14-12-2014	Leiria
Costas							
50m	27.72	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	12-02-2011	Alapraia
100m	58.22	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	04-12-2010	Porto
200m	2:07.18	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	23-10-2010	Olhao
Bruços							
50m	31.83	Carrasco, Joao Pedro	03	POR	PORTIN	13-01-2019	Silves
100m	1:09.30	Romao, Ivan Daniel	88	POR	LDC	20-03-2004	Penafiel
200m	2:26.38	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	19-12-2010	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	26.24	Cegonho, Tomas Mamede	08	POR	Beja	27-01-2024	Tavira
100m	58.62	Boleta, Tiago Martins	98	POR	LDC	14-12-2013	Tomar
200m	2:09.52	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	21-05-2011	Silves
Estilos							
100m	1:01.57	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	21-11-2010	Quarteira
200m	2:10.05	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	19-02-2011	Albufeira
400m	4:40.70	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	02-12-2016	Guarda
Femin., Jun. 1							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	26.30	Boleixa, Carlota Costa	08	POR	LDC	09-12-2023	Leiria
100m	57.28	Boleixa, Carola Costa	08	POR	LDC	08-12-2023	Leiria
200m	2:06.24	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	11-12-2016	Funchal
400m	4:21.68	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	04-12-2010	Porto
800m	9:02.89	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-05-2011	Silves
1500m	17:45.07	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	27-02-2011	Albufeira
Costas							
50m	29.70	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	10-12-2010	Guarda
100m	1:03.49	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	11-12-2010	Alapraia
200m	2:16.55	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	12-12-2010	Guarda
Bruços							
50m	34.43	Sequeira, Catarina Costa	98	POR	CFOA	16-03-2014	Silves
100m	1:14.37	ESTEVENS, Laura Fabiana	05	POR	GCNF	11-04-2021	Felgueiras
200m	2:38.36	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	GCNF	08-11-2020	Lagos
Mariposa							
50m	29.43	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	07-11-2015	Vila Real St. Antonio
100m	1:03.83	Mendes, Ana Sebastião	04	POR	CNL	21-12-2019	Felgueiras
200m	2:21.94	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-05-2011	Silves
Estilos							
100m	1:08.16	Lopes, Demi Ferreira	98	POR	PORTIN	08-02-2014	Durban (RSA)
200m	2:22.13	ESTEVENS, Laura Fabiana	05	POR	GCNF	04-07-2021	Óbidos
400m	5:01.37	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	22-12-2007	Silves
Masc., Juv. B							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	24.84	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	20-11-2010	Quarteira
100m	54.62	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	08-05-2010	Tavira
200m	1:58.74	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	05-12-2015	Setubal

RECORDES REGIONAIS - PISCINA DE 25M
Actualizados 10/04/2023

400m	4:09.85	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	05-12-2015	Setubal
800m	8:38.44	Barata, Tomas Santos	01	POR	CNL	15-11-2015	Quarteira
1500m	16:41.29	Lopes, Eduardo Cardoso	99	POR	LDC	16-03-2014	Silves
Costas							
50m	28.51	Gomes, Guilherme Sousa	04	POR	ACS	12-01-2019	Silves
100m	59.83	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	16-05-2010	Silves
200m	2:11.13	Nascimento, Miguel Duarte	95	POR	PORTIN	15-05-2010	Silves
Bruços							
50m	32.49	Lopes, Edgar Miguel	94	POR	LDC	24-05-2009	Evora
100m	1:10.91	Lopes, Edgar Miguel	94	POR	LDC	21-02-2009	Alapraia
200m	2:34.28	Viegas, Mauro Filipe	95	POR	CNOL	15-05-2010	Silves
Mariposa							
50m	26.71	Nunes, Joao Tomas	08	POR	CNOL	16-12-2023	Sines
100m	59.93	Nunues, João Tomas	09	POR	CNOL	16-12-2023	Sines
200m	2:15.69	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	20-02-2010	Olhao
Estilos							
100m	1:02.44	Fedorov, Andriy	08	POR	FCF	25-06-2023	Quarteira
200m	2:14.37	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	16-04-2016	Lagos
400m	4:40.24	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	04-12-2015	Setubal
Femin., Juv A							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	27.03	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	SANALG	21-02-2015	Abrantes
100m	57.87	Boleixa, Carlota Costa	08	POR	LDC	14-01-2023	Tomar
200m	2:08.57	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	24-10-2009	Faro
400m	4:31.47	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	21-11-2009	Quarteira
800m	9:21.60	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-11-2009	Quarteira
1500m	18:17.35	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	25-10-2009	Faro
Costas							
50m	30.02	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	04-12-2009	Leiria
100m	1:03.65	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	05-12-2009	Leiria
200m	2:16.81	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	06-12-2009	Leiria
Bruços							
50m	35.34	Martins, Matilde Pereira	99	POR	ACDCBR	11-01-2014	Tavira
100m	1:15.10	Nunes, Ariana Alves	95	POR	PORTIN	15-05-2010	Silves
200m	2:39.47	Abreu, Marta Pereira	92	POR	LDC	01-12-2006	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	30.02	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	TNC	14-03-2015	Albufeira
100m	1:06.17	Ramos, Ana Isabel	89	POR	PORTIN	14-02-2004	Alapraia
200m	2:26.77	Cavaco, Ana Catarina	95	POR	CNOL	16-05-2010	Silves
Estilos							
100m	1:08.92	Martins, Matilde Pereira	99	POR	ACDCBR	12-01-2014	Tavira
200m	2:25.22	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	27-02-2016	Tavira
400m	5:09.17	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNO	06-12-2019	Sines
Masc., Inf. A							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	25.51	Ribeiro, Diogo Andre	00	POR	TNC	15-11-2014	Portimao
100m	55.92	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	16-05-2009	Olhao
200m	2:00.69	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	07-03-2009	Pinhal Novo
400m	4:19.82	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	07-03-2009	Pinhal Novo
800m	8:55.31	Lopes, Eduardo Cardoso	99	POR	LDC	18-05-2013	Quarteira
1500m	17:14.55	Lopes, Eduardo Cardoso	99	POR	LDC	17-03-2013	S. António Cavaleiros
Costas							
50m	29.73	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	01-11-2008	Silves
100m	1:01.09	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	22-11-2008	Tavira
200m	2:14.07	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	18-10-2008	Olhao
Bruços							
50m	34.57	Rosario, Alexandre Rocha	05	POR	LDC	13-01-2019	Silves

RECORDES REGIONAIS - PISCINA DE 25M
Actualizados 10/04/2023

100m	1:13.48	Lopes, Edgar Miguel	94	POR	LDC	17-05-2008	Lagoa
200m	2:39.15	Cristina, Joao Martins	03	POR	LDC	19-03-2017	Olhao
Mariposa							
50m	29.10	Mestre, Afonso Gomes	03	POR	TNC	21-01-2017	Lagos
100m	1:01.10	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	16-05-2009	Olhao
200m	2:18.82	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	08-05-2009	Pinhal Novo
Estilos							
100m	1:07.72	Cristina, Joao Martins	03	POR	LDC	21-01-2017	Lagos
200m	2:20.04	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	10-05-2015	Silves
400m	4:57.24	Vilhena, Tiago Miguel	01	POR	CNFA	04-12-2015	Silves
Femin., Juv B							
Livres							
50m	26.95	Viegas, Beatriz Mendes	00	POR	SANALG	12-04-2014	Abrantes
100m	59.96	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	17-05-2015	Vila Real St. Antonio
200m	2:10.26	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	14-03-2015	Albufeira
400m	4:35.17	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	21-12-2008	Sines
800m	9:20.68	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	19-10-2008	Olhao
1500m	18:30.77	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	02-02-2019	Albufeira
Costas							
50m	31.31	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	21-02-2009	Alapraia
100m	1:04.10	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	20-12-2008	Sines
200m	2:17.86	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	21-12-2008	Sines
Bruços							
50m	35.54	Augusto, Carolina Maeiro	00	POR	CNOL	11-01-2014	Tavira
100m	1:15.57	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	24-02-2019	Olhão
200m	2:39.89	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	13-04-2019	Quarteira
Mariposa							
50m	30.52	Alves, Ines Sofia	04	POR	PORTIN	14-01-2018	Tavira
100m	1:07.08	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	21-02-2009	Alapraia
200m	2:29.55	Cavaco, Ana Catarina	95	POR	CNOL	16-05-2009	Olhao
Estilos							
100m	1:10.79	Alves, Ines Sofia	04	POR	PORTIN	14-01-2018	Tavira
200m	2:26.24	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-02-2009	Alapraia
400m	5:11.38	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	16-03-2019	Silves
Masc., Inf. B							
Livres							
50m	26.83	Santos, Joao Duarte	95	POR	CNOL	02-11-2008	Silves
100m	58.51	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	26-01-2008	Leiria
200m	2:06.04	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	09-02-2008	Alcobaca
400m	4:37.22	Rodeia, Jose Miguel	04	POR	CNFA	08-04-2017	Sines
800m	9:46.37	THEODORIS, Nathan Keith	95	POR	LDC	28-10-2007	Olhão
1500m	18:42.44	Lopes, Eduardo Cardoso	99	POR	LDC	18-03-2012	S. António Cavaleiros
Costas							
50m	30.40	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	05-01-2008	Portimao
100m	1:03.69	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	17-02-2008	Alapraia
200m	2:20.29	Theodoris, Nathan Keith	95	POR	LDC	09-02-2008	Alcobaca
Bruços							
50m	36.00	Rodeia, Jose Miguel	04	POR	CNFA	22-01-2017	Lagos
100m	1:16.85	Cristina, Joao Martins	03	POR	LDC	19-03-2016	Tomar
200m	2:45.43	Cristina, Joao Martins	03	POR	LDC	20-03-2016	Tomar
Mariposa							
50m	30.96	Mestre, Afonso Gomes	03	POR	TNC	17-04-2016	Lagos
100m	1:06.08	Gaitas, Alexandre Rocha	91	POR	PORTIN	18-04-2004	Funchal
200m	2:28.84	Boleta, Tiago Martins	98	POR	LDC	21-05-2011	Silves
Estilos							
100m	1:10.22	Rodeia, Jose Miguel	04	POR	CNFA	21-01-2017	Lagos

RECORDES REGIONAIS - PISCINA DE 25M
Actualizados 10/04/2023

200m	2:28.66	Rodeia, Jose Miguel	04	POR	CNFA	09-04-2017	Sines
400m	5:21.08	Alves, Bernardo Antonio	99	POR	LDC	16-03-2012	Sto Ant�nio Cavaleiros
Femin., Inf. A							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	28.34	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	10-05-2008	Faro
100m	1:00.34	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	10-05-2008	Faro
200m	2:13.96	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	07-03-2008	Albufeira
400m	4:41.06	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	SALG	05-04-2008	Abrantes
800m	9:29.30	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	24-02-2008	Olhao
1500m	19:39.42	Romao, Ana Teresa	06	POR	LDC	16-03-2019	Silves
Costas							
50m	32.33	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	12-01-2014	Tavira
100m	1:06.69	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	22-12-2013	Albufeira
200m	2:23.93	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	09-03-2014	Tavira
Bruços							
50m	36.81	Santos, Catarina Vitorino	02	POR	LDC	17-01-2015	Quarteira
100m	1:18.59	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	15-04-2018	Olhão
200m	2:45.09	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	10-03-2018	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	31.70	Marcos, Miriam Filipe	01	POR	CNOL	12-01-2014	Tavira
100m	1:09.81	Alves, Ines Sofia	04	POR	PORTIN	09-04-2017	Sines
200m	2:37.65	Bringel, Ines Jesus	92	POR	PORTIN	19-02-2005	Silves
Estilos							
100m	1:13.19	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	06-01-2008	Portimão
200m	2:30.67	Martinheira, Catia Raquel	95	POR	LDC	03-05-2008	Angra do Hero�simo
400m	5:23.83	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	05-05-2018	Albufeira
Femin., Inf. B							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	29.35	Severino, Isis Sousa	02	POR	SRA	12-04-2014	Abrantes
100m	1:03.63	Severino, Isis Sousa	02	POR	LDC	29-03-2014	Campo Maior
200m	2:20.36	Silva, Ines Machado	96	POR	LDC	24-11-2007	Albufeira
400m	4:47.32	Godinho, Carolina Silva	96	POR	CNFA	21-10-2007	Olhao
800m	10:16.69	Augusto, Carolina Maeiro	00	POR	CNOL	25-02-2012	Albufeira
Costas							
50m	34.00	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	21-05-2017	Albufeira
100m	1:13.11	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	23-04-2017	Albufeira
200m	2:34.23	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	09-04-2017	Sines
Bruços							
50m	38.30	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	12-03-2017	Quarteira
100m	1:21.11	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	12-03-2017	Quarteira
200m	2:53.52	Estevens, Laura Fabiana	05	POR	CNOL	14-05-2017	Quarteira
Mariposa							
50m	32.97	Jesus, Mariana Canarias	12	POR	LAC	28-01-2024	Tavira
100m	1:12.29	Bringel, Ines Jesus	92	POR	PORTIN	18-04-2004	Funchal
200m	2:41.88	Bringel, Ines Jesus	92	POR	PORTIN	18-04-2004	Funchal
Estilos							
100m	1:16.34	Jesus, Mariana Canarias	12	POR	LAC	28-01-2024	Tavira
200m	2:38.28	Gomes, Fabiana Cruz	05	POR	LDC	06-05-2017	V R St�o Antonio
400m	5:41.75	Augusto, Carolina Maeiro	00	POR	CNOL	16-03-2012	Sto Ant�nio Cavaleiros