

Prova 14 28/10/2022 - 20:36	Femin., 400m Estilos				Absoluto
	Poderá ser junto com a prova 13., 400m Estilos Mas				Resultados
Recorde Regional Absoluto	5:00.24	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	19/02/2009
Recorde Regional Sen	5:00.24	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	19/02/2009
Recorde Regional Jun17	5:19.30	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Funchal	11/07/2021
Recorde Regional Jun16	5:14.13	FERNANDES, Isabel Catarina	CNF	Funchal	17/06/2006
Recorde Regional Juv A	5:20.04	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Funchal	13/07/2019
Recorde Regional Juv B	5:19.42	CAMARA, Ines Cruz	CDN	Funchal	11/07/2021
Recorde Regional Inf A	5:18.10	CAIRES, Joana Costa	CNF	Sines	11/03/2011
Recorde Regional Inf B	5:36.11	FERNANDES, Catarina Isabel	CNF	Funchal	05/07/2002

ZONAL Juv. B Fem. Juv B: 5:47.14 / ZONAL Juv. A Fem. Juv A: 5:37.41 / OPEN Juvenis Fem. Juv: 5:29.24 /
OPEN Júnior Fem. Jun: 5:19.88 / OPEN Sénior Fem. Sen: 5:12.08 / Juvenil B Fem. Juv B: 5:37.05 / Juvenil A Fem. Juv A: 5:29.24 /
Júnior 1º Ano Fem. Jun16: 5:21.44 / Júnior 2º Ano Fem. Jun17: 5:19.88 / Sénior 1.º Fem. Sen18: 5:13.64 /
Sénior 2.º Fem. 19 +: 5:12.08

Pontos: FINA 2022

Lugar	Ano		Tempo final				Pts					
Juniore - 16, 17 anos												
1.	SILVA, Silvana Suamade		06	Desportivo Sao Roque				5:42.59	431			
	50m:	35.97	35.97	150m:	2:03.77	45.37	250m:	3:35.41	47.44	350m:	5:03.86	39.76
	100m:	1:18.40	42.43	200m:	2:47.97	44.20	300m:	4:24.10	48.69	400m:	5:42.59	38.73