

Prova 11	Femin., 400m Estilos				Absolutos
01/07/2023 - 9:32	Absoluto (Juvenis, Juniores e Seniores)				Startlist
Recorde Regional Open	5:07.00	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Coimbra	31/05/2009
Recorde Regional Sen	5:07.00	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Coimbra	31/05/2009
Recorde Regional Jun17	5:30.47	ROSA, Beatriz Jong	CDWT	Funchal	18/03/2017
Recorde Regional Jun16	5:24.02	CAMARA, Ines Cruz	CDN	Funchal	31/03/2023
Recorde Regional Juv A	5:28.09	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Coimbra	06/04/2019
Recorde Regional Juv B	5:24.54	SOUSA, Susana Margarida	CFU	Olivais	08/08/1991

Juv. B Fem. Juv B: 5:47.19 / Juv. A Fem. Juv A: 5:39.15 / Júnior 1º Ano Fem. Jun16: 5:31.11 / Júnior 2º Ano Fem. Jun17: 5:29.51 /  
Sénior 1.º Fem. Sen18: 5:23.08 / Sénior 2.º Fem. 19 +: 5:21.47

Ano

Série 1 de 1, 9:32

1	CARICHAS, Joana Medeiros	06	Juventude Atlantico	6:14.19
2	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude Atlantico	5:50.00
3	RODRIGUES, Laura Sofia	07	Juventude Atlantico	5:39.16
4	CAMARA, Ines Cruz	07	Desportivo Nacional	5:24.02
5	NETO, Maria Ines	09	Selecao dos Acores	5:31.18
6	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	5:41.24
7	ALVES, Juliana Rodrigues	08	Desportivo Nacional	5:56.67
8	NOBREGA, Sara Francisca	08	Desportivo Sao Roque	6:25.44