

Prova 36	Masc., 400m Estilos				Absolutos
09/03/2025 - 10:41	Junto com a prova n.º 36 (400m Estilos Femin.)				Resultados
Recorde Regional Open	4:23.27	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Felgueiras	22/11/2002
Recorde Regional Sen	4:23.27	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Felgueiras	22/11/2002
Recorde Regional Jun18	4:26.56	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Felgueiras	21/12/2018
Recorde Regional Jun17	4:32.64	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Funchal	26/03/2018
Recorde Regional Juv A	4:37.61	GOUVEIA, Luis Galvao	CDN	Funchal	11/07/2021
Recorde Regional Juv B	4:37.30	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	16/07/2005
Recorde Regional Inf A	4:40.32	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	09/07/2004
Recorde Regional Inf B	4:53.36	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	11/07/2003

Juv. B Mas. Juv B: 5:04.53 / Juv. A Mas. Juv A: 4:58.72 / Júnior 1º Ano Mas. Jun17: 4:52.42 / Júnior 2º Ano Mas. Jun18: 4:47.58 / Sénior 1º Ano Mas. Sen19: 4:41.77 / Sénior 2º Ano Mas. 20+: 4:38.63

Pontos: AQUA 2024

Lugar	Ano		Tempo final						Pts	
Juvenis A, 16 anos										
1.	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	5:03.64						462
	50m: 30.76 30.76	150m: 1:44.78	37.96	250m: 3:07.49	45.09	350m: 4:28.54	35.06			
	100m: 1:06.82 36.06	200m: 2:22.40	37.62	300m: 3:53.48	45.99	400m: 5:03.64	35.10			
2.	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	5:06.73						448
	50m: 32.73 32.73	150m: 1:51.60	41.19	250m: 3:12.62	41.27	350m: 4:31.42	37.05			
	100m: 1:10.41 37.68	200m: 2:31.35	39.75	300m: 3:54.37	41.75	400m: 5:06.73	35.31			
Juniores, 17 e 18 anos										
1.	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	4:46.20						552
	<i>TAC NACIONAL - Jamor, 3 a 6 de abril de 2025</i>									
	50m: 30.75 30.75	150m: 1:41.85	36.16	250m: 2:58.53	40.90	350m: 4:14.27	34.03			
	100m: 1:05.69 34.94	200m: 2:17.63	35.78	300m: 3:40.24	41.71	400m: 4:46.20	31.93			
Absolutos, 13 anos e mais velhos										
1.	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	4:46.20						552
	<i>TAC NACIONAL - Jamor, 3 a 6 de abril de 2025</i>									
	50m: 30.75 30.75	150m: 1:41.85	36.16	250m: 2:58.53	40.90	350m: 4:14.27	34.03			
	100m: 1:05.69 34.94	200m: 2:17.63	35.78	300m: 3:40.24	41.71	400m: 4:46.20	31.93			
2.	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	5:03.64						462
	50m: 30.76 30.76	150m: 1:44.78	37.96	250m: 3:07.49	45.09	350m: 4:28.54	35.06			
	100m: 1:06.82 36.06	200m: 2:22.40	37.62	300m: 3:53.48	45.99	400m: 5:03.64	35.10			
3.	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	5:06.73						448
	50m: 32.73 32.73	150m: 1:51.60	41.19	250m: 3:12.62	41.27	350m: 4:31.42	37.05			
	100m: 1:10.41 37.68	200m: 2:31.35	39.75	300m: 3:54.37	41.75	400m: 5:06.73	35.31			