

Prova 12 11/05/2025 - 9:41	Masc., 400m Estilos PC - JUNIORES & SENIORES				17 anos e mais velhos 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
Júnior 1º Ano Mas. Jun17: 4:52.42 / Júnior 2º Ano Mas. Jun18: 4:45.65 / Sénior 1º Ano Mas. Sen19: 4:40.80 / Sénior 2º Ano Mas. 20+: 4:35.96					

Pontos: AQUA 2024

Lugar	Ano								Tempo final	Pts
<b>EXH</b> PESTANA, Luis Emanuel	<b>07</b> Desportivo Nacional								<b>5:16.65</b>	<b>407</b>
50m: 31.34 31.34	150m: 1:49.64	41.43	250m: 3:17.64	45.82	350m: 4:40.59	36.90				
100m: 1:08.21 36.87	200m: 2:31.82	42.18	300m: 4:03.69	46.05	400m: 5:16.65	36.06				
<b>EXH</b> GOMES, Guilherme Silva	<b>08</b> Desportivo Nacional								<b>5:34.48</b>	<b>345</b>
50m: 33.09 33.09	150m: 1:59.03	45.09	250m: 3:28.57	47.04	350m: 4:57.40	38.29				
100m: 1:13.94 40.85	200m: 2:41.53	42.50	300m: 4:19.11	50.54	400m: 5:34.48	37.08				