

1 - Sexta-feira, 8 de Julho de 2022 — 08/07/2022 - 19:15

Prova 1 — Masc., 4 x 50m Livres — Absoluto
08/07/2022 - 19:15 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:33.79	Clube Naval do Funchal	CNF	Felgueiras	22/11/2002
Recordes Regionais Sen	1:33.79	Clube Naval do Funchal	CNF	Felgueiras	22/11/2002
Recordes Regionais Jun	1:37.45	Clube Naval do Funchal	CNF	Felgueiras	20/12/2003

TAC Estafeta Nacional Jun: 1:39.93; Sen: 1:38.94

Série 1 de 1, 19:15

1	Juventude AC 2	Juventude AC	2:10.00
2	Juventude AC 1	Juventude AC	2:00.00
3	Desportivo Nacional 102	Desportivo Nacional	1:45.08
4	Naval do Funchal 24	Naval do Funchal	1:40.00
5	Desportivo Nacional 101	Desportivo Nacional	1:41.26
6	Naval do Funchal 27	Naval do Funchal	1:54.24
7	Desportivo Nacional 208	Desportivo Nacional	2:03.10

Prova 2 — Femin., 4 x 50m Livres — Absoluto
08/07/2022 - 19:18 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:51.07	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	09/07/2015
Recordes Regionais Sen	1:53.28	Clube Naval do Funchal	CNF	Guarda	10/12/2010
Recordes Regionais Jun	1:52.88	Clube Desportivo Nacional	CDN	Porto	11/12/2015

TAC Estafeta Nacional Jun: 1:52.38; Sen: 1:51.27

Série 1 de 1, 19:18

3	Desportivo Nacional 104	Desportivo Nacional	2:09.62
4	Desportivo Nacional 103	Desportivo Nacional	1:59.10
5	Naval do Funchal 1	Naval do Funchal	1:59.35
6	Juventude AC 1	Juventude AC	2:10.00

19:20 Intervalo de 5 minutos / 5' Break



Prova 3 — Masc., 200m Estilos — Absoluto
08/07/2022 - 19:25 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:05.46	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Leiria	14/12/2019
Recordes Regionais Sen	2:05.46	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Leiria	14/12/2019
Recordes Regionais Jun18	2:05.78	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Felgueiras	22/12/2018
Recordes Regionais Jun17	2:08.03	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	10/07/2021
Recordes Regionais Juv A	2:10.57	GOUVEIA, Luis Galvao	CDN	Funchal	17/07/2021
Recordes Regionais Juv B	2:11.24	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	17/05/2019
Recordes Regionais Inf A	2:13.38	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	17/07/2004
Recordes Regionais Inf B	2:20.56	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	28/06/2003

TAC Nacional Inf B: 2:54.00; Inf A: 2:45.22; Juv B: 2:21.88; Juv A: 2:18.24; Jun17: 2:12.79; Jun18: 2:12.13; Sen19: 2:09.62; 20 +: 2:08.98

Série 1 de 3, 19:25

		Ano		
3	ALVES, Mateus Basilio	09	Juventude AC	3:20.94
4	JARDIM, Joao Tomas	09	Desportivo Nacional	3:13.74
5	CRESPO, Joao Jesus	09	Desportivo Nacional	3:15.81

Série 2 de 3, 19:29

1	ROCHA, Joao Henrique	09	AD Galomar	3:11.48
2	DRUMOND, Pedro Afonso	07	AD Galomar	3:03.60
3	PESTANA, Andre Pinto	09	Naval do Funchal	3:01.17
4	GOMES, Guilherme Silva	08	AD Galomar	2:54.69
5	NUNES, Henrique Dias	07	Desportivo Nacional	2:55.26
6	PESTANA, Pedro Correia	09	AD Galomar	3:03.34
7	CARVALHO, Joaquim Eduardo	07	Naval do Funchal	3:10.73
8	SOUSA, Eduardo Afonseca	09	Desportivo Nacional	3:12.89

Série 3 de 3, 19:32

0	ALVES, Diogo Basilio	07	Juventude AC	2:46.11
1	PENSO, Miguel Reigada	07	Escola O Liceu	2:42.39
2	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	2:32.05
3	AGUILAR, Luis Santos	04	Desportivo Nacional	2:25.87
4	GOUVEIA, Luis Galvao	05	Desportivo Nacional	2:10.57
5	CASTRO, Martim Pereira	02	Escola O Liceu	2:21.16
6	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	2:29.80
7	FERNANDES, Afonso Berimbau	07	Juventude AC	2:39.74
8	NOBREGA, Matias Sargo	08	Naval do Funchal	2:45.74
9	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	2:52.69



Prova 4 — Femin., 400m Estilos — Absoluto
08/07/2022 - 19:35 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	5:00.24	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	19/02/2009
Recordes Regionais Sen	5:00.24	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	19/02/2009
Recordes Regionais Jun17	5:19.30	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Jun16	5:14.13	FERNANDES, Isabel Catarina	CNF	Funchal	17/06/2006
Recordes Regionais Juv A	5:20.04	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Funchal	13/07/2019
Recordes Regionais Juv B	5:19.42	CAMARA, Ines Cruz	CDN	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Inf A	5:18.10	CAIRES, Joana Costa	CNF	Sines	11/03/2011
Recordes Regionais Inf B	5:36.11	FERNANDES, Catarina Isabel	CNF	Funchal	05/07/2002

TAC Nacional Juv B: 5:31.04; Juv A: 5:23.44; Jun16: 5:17.82; Jun17: 5:16.24; Sen18: 5:07.90; 19 +: 5:06.36

Série 1 de 1, 19:35

		Ano		
2	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	6:16.14
3	ALVES, Juliana Rodrigues	08	Desportivo Nacional	5:51.84
4	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	5:24.18
5	PEREIRA, Julia Freitas	08	Naval do Funchal	5:33.24
6	RIBEIRO, Guida Drumond	10	Naval do Funchal	6:03.84

Prova 5 — Masc., 50m Costas — Absoluto
08/07/2022 - 19:42 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	26.31	FERNANDES, Joao Manuel	CNF	Leiria	15/12/2019
Recordes Regionais Sen	26.31	FERNANDES, Joao Manuel	CNF	Leiria	15/12/2019
Recordes Regionais Jun18	26.38	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Porto	09/12/2017
Recordes Regionais Jun17	26.83	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	18/07/2020
Recordes Regionais Juv A	27.26	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	17/06/2016
Recordes Regionais Juv B	28.67	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	26/03/2018
Recordes Regionais Inf A	30.10	BRITO, Goncalo	CNF	Funchal	23/07/2002
Recordes Regionais Inf B	32.18	SOUSA, Pedro Afonso	CDN	Funchal	27/07/2016

TAC Nacional Juv B: 29.41; Juv A: 28.98; Jun17: 28.55; Jun18: 28.09; Sen19: 27.34; 20 +: 27.70

Série 1 de 3, 19:42

		Ano		
3	ALVES, Francisco Manuel	09	Desportivo Nacional	44.09
4	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	43.48
5	VIEIRA, Luis Henrique	07	Desportivo Nacional	43.77

Série 2 de 3, 19:44

1	PESTANA, Pedro Correia	09	AD Galomar	38.85
2	CASTRO, Marco Antonio	08	Naval do Funchal	36.65
3	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC	36.34
4	JARDIM, Rodrigo Vieira	08	Naval do Funchal	35.16
5	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	35.17
6	ROCHA, Joao Henrique	09	AD Galomar	36.60
7	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	37.94
8	FERNANDEZ, Henrique Justino	08	Juventude AC	42.97



Prova 5, Masc., 50m Costas

Série 3 de 3, 19:45

0	ALVES, Pedro Miguel	06	Desportivo Nacional	32.52
1	JORGE, Andre Camara	90	Escola O Liceu	31.40
2	SOUSA, Pedro Afonso	03	Desportivo Nacional	30.14
3	TELES, Artur Corte	04	Juventude AC	28.40
4	PITA, Pedro Miguel	06	Naval do Funchal	27.41
5	RODRIGUES, Joao Luis	05	Naval do Funchal	28.01
6	DIAS, Andre Vicente	05	Desportivo Nacional	29.13
7	SILVA, Joao Luis	06	Escola O Liceu	30.56
8	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	32.12
9	GONCALVES, Joao Guilherme	09	Naval do Funchal	33.89

Prova 6 — Femin., 50m Costas — Absoluto
08/07/2022 - 19:46 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	30.46	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	22/11/2009
Recordes Regionais Sen	30.46	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	22/11/2009
Recordes Regionais Jun17	31.07	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	10/12/2016
Recordes Regionais Jun16	30.71	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	18/12/2015
Recordes Regionais Juv A	31.50	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	18/10/2014
Recordes Regionais Juv B	31.80	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	13/03/2014
Recordes Regionais Inf A	33.35	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	07/06/2013
Recordes Regionais Inf B	33.99	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Funchal	08/07/2016

TAC Nacional Juv B: 32.65; Juv A: 32.17; Jun16: 32.29; Jun17: 32.13; Sen18: 31.37; 19 +: 31.21

Ano

Série 1 de 3, 19:46

3	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	1:00.00
4	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	45.96
5	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	47.84

Série 2 de 3, 19:48

0	ANDRADE, Maria Beatriz	05	Desportivo Nacional	45.75
1	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	43.91
2	MEDEIROS, Constanca Sousa	10	Naval do Funchal	43.34
3	SOUSA, Ivana Valentina	06	Desportivo Nacional	40.50
4	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	36.59
5	RINCU, Alexandra	07	Naval do Funchal	40.16
6	PEREIRA, Maria Clara	08	Juventude AC	40.76
7	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	43.83
8	ROMAO, Laura Beatriz	09	Naval do Funchal	45.48

Série 3 de 3, 19:50

0	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	35.15
1	GOMES, Sofia Vega	08	Naval do Funchal	33.82
2	DIAS, Julia Alves	06	Desportivo Nacional	32.97
3	FERREIRA, Maria Leonor	04	Desportivo Nacional	31.60
4	NETO, Leonor Rodrigues	07	Naval do Funchal	31.55
5	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	31.57
6	JARDIM, Lara Filipa	06	Naval do Funchal	31.87
7	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	33.41
8	SOUSA, Joana Francisca	04	Naval do Funchal	34.18
9	ALVES, Catarina Andrade	78	Desportivo Nacional	36.21



Prova 7 | Masc., 100m Bruços | Absoluto
08/07/2022 - 19:51 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:03.47	FIGUEIRA, Andre Temtem	CNF	Funchal	11/07/2009
Recordes Regionais Sen	1:04.47	MOURA, Vitor Diogo	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Jun18	1:03.47	FIGUEIRA, Andre Temtem	CNF	Funchal	11/07/2009
Recordes Regionais Jun17	1:04.77	FERNANDES, Martim Pestana	CNF	Funchal	09/05/2021
Recordes Regionais Juv A	1:05.91	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	08/08/2020
Recordes Regionais Juv B	1:06.23	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	18/05/2019
Recordes Regionais Inf A	1:09.94	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	31/07/2018
Recordes Regionais Inf B	1:11.63	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	19/07/2003

TAC Nacional Inf B: 1:29.49; Inf A: 1:24.17; Juv B: 1:13.69; Juv A: 1:11.68; Jun17: 1:08.68; Jun18: 1:07.67; Sen19: 1:05.98; 20 +: 1:05.66

		Ano		
Série 1 de 2, 19:51				
2	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional	1:53.01
3	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	1:37.09
4	SOUSA, Eduardo Afonseca	09	Desportivo Nacional	1:36.59
5	NOBREGA, Matias Sargo	08	Naval do Funchal	1:36.60
6	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	1:37.66
7	FERNANDES, Daniel Nunes	09	AD Galomar	1:55.09
Série 2 de 2, 19:53				
0	BARRADAS, Rafael Alves	08	Escola O Liceu	1:28.52
1	GOMES, Joao Abreu	09	Naval do Funchal	1:25.79
2	ARAUJO, Joao Caldeira	07	Naval do Funchal	1:20.12
3	SANTOS, Diego Felipe	87	Desportivo Nacional	1:06.71
4	FERNANDES, Martim Pestana	04	Naval do Funchal	1:04.77
5	ALVES, Paulo Rodrigues	04	Desportivo Nacional	1:04.90
6	SILVA, Tony Stefano	05	Desportivo Nacional	1:08.11
7	SOUSA, Simao Henrique	07	Desportivo Nacional	1:21.37
8	GOMES, Guilherme Silva	08	AD Galomar	1:27.35
9	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	1:30.17



Prova 8 — Femin., 200m Bruços — Absoluto
08/07/2022 - 19:55 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:32.35	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Guimaraes	06/12/2008
Recordes Regionais Sen	2:32.35	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Guimaraes	06/12/2008
Recordes Regionais Jun17	2:40.38	MARQUES, Mariana Sousa	CNF	Funchal	16/07/2005
Recordes Regionais Jun16	2:38.79	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	08/07/2016
Recordes Regionais Juv A	2:41.54	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	11/07/2015
Recordes Regionais Juv B	2:43.10	ABREU, Laura Catarina	CDN	Tomar	14/12/2013
Recordes Regionais Inf A	2:47.89	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	06/04/2003
Recordes Regionais Inf B	2:56.77	RODRIGUES, Laura Sofia	JACL	Funchal	08/06/2019

TAC Nacional Inf B: 3:30.01; Inf A: 3:17.83; Juv B: 2:57.14; Juv A: 2:54.45; Jun16: 2:49.43; Jun17: 2:48.59; Sen18: 2:43.50; 19 +: 2:42.69

		Ano		
Série 1 de 2, 19:55				
2	SOUSA, Susana Conceicao	10	Desportivo Nacional	3:33.19
3	MARQUES, Beatriz Paixao	08	Naval do Funchal	3:31.01
4	TEMTEM, Madalena Barbosa	09	Desportivo Nacional	3:28.05
5	BRITO, Madalena Pinto	10	Naval do Funchal	3:28.69
6	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	3:32.82
7	ROSA, Clara Sofia	10	Desportivo Nacional	3:53.05
Série 2 de 2, 19:59				
0	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	3:17.20
1	PEREIRA, Maria Clara	08	Juventude AC	3:10.12
2	SA, Vanessa Fernandes	09	Naval do Funchal	3:07.11
3	FRANCA, Ines Matos	07	Juventude AC	3:00.98
4	RODRIGUES, Laura Sofia	07	Juventude AC	2:46.26
5	MATEUS, Clarisse Vieira	07	Desportivo Nacional	3:00.16
6	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	3:04.97
7	BAPTISTA, Ines Sande	08	Desportivo Nacional	3:10.08
8	SOARES, Leonor Silva	08	Desportivo Nacional	3:10.35
9	FREITAS, Francisca Leonor	09	Naval do Funchal	3:19.99

20:03 Intervalo de 10 minutos / 10' Break



Prova 9 | Masc., 100m Livres | Absoluto
08/07/2022 - 20:13 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	49.20	PINTO, Luis Marques	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Sen	49.20	PINTO, Luis Marques	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Jun18	51.05	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Porto	08/12/2017
Recordes Regionais Jun17	51.79	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	28/07/2017
Recordes Regionais Juv A	52.66	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	29/07/2016
Recordes Regionais Juv B	52.96	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	12/07/2015
Recordes Regionais Inf A	54.93	CASTRO, Joao Cruz	CSM	Funchal	12/04/2014
Recordes Regionais Inf B	58.44	CASTRO, Joao Cruz	CSM	Funchal	23/07/2013

TAC Nacional Inf B: 1:11.39; Inf A: 1:07.14; Juv B: 57.29; Juv A: 56.12; Jun17: 53.68; Jun18: 53.21; Sen19: 52.54; 20 +: 52.28

		Ano		
Série 1 de 6, 20:13				
3	ALVES, Francisco Manuel	09	Desportivo Nacional	1:26.75
4	VIEIRA, Luis Henrique	07	Desportivo Nacional	1:21.53
5	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	1:22.34
Série 2 de 6, 20:15				
0	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	1:19.89
1	CRESPO, Joao Jesus	09	Desportivo Nacional	1:18.91
2	ABREU, Afonso Henrique	09	Naval do Funchal	1:17.95
3	JARDIM, Joao Tomas	09	Desportivo Nacional	1:15.79
4	BARATA, Joao Tomas	08	Juventude AC	1:15.35
5	ANTUNES, Frederico Luis	08	Juventude AC	1:15.68
6	PESTANA, Andre Pinto	09	Naval do Funchal	1:16.53
7	SILVA, Francisco Pita	08	Juventude AC	1:18.40
8	DRUMOND, Pedro Afonso	07	AD Galomar	1:19.89
Série 3 de 6, 20:17				
0	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional	1:14.63
1	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	1:11.11
2	FERNANDEZ, Henrique Justino	08	Juventude AC	1:10.85
3	BARBOSA, Joao Camacho	07	Desportivo Nacional	1:09.95
4	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	1:08.49
5	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	1:09.86
6	ANDRADE, Salvador Freitas	09	Naval do Funchal	1:10.78
7	NUNES, Henrique Dias	07	Desportivo Nacional	1:11.10
8	CARVALHO, Joaquim Eduardo	07	Naval do Funchal	1:14.12
9	SILVA, Manuel Miguel	07	Escola O Liceu	1:15.00
Série 4 de 6, 20:18				
0	GONCALVES, Joao Guilherme	09	Naval do Funchal	1:06.95
1	ALVES, Pedro Miguel	06	Desportivo Nacional	1:04.65
2	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	1:03.74
3	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	1:02.59
4	RIBEIRO, Telmo Drumond	07	Naval do Funchal	1:01.21
5	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	1:01.47
6	CASTRO, Marco Antonio	08	Naval do Funchal	1:02.78
7	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	1:04.28
8	JESUS, Vasco Franca	08	Naval do Funchal	1:06.34
9	JARDIM, Rodrigo Vieira	08	Naval do Funchal	1:07.61



Prova 9, Masc., 100m Livres

Série 5 de 6, 20:20

0	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	1:00.04
1	CASTRO, Martim Pereira	02	Escola O Liceu	58.51
2	AGUILAR, Luis Santos	04	Desportivo Nacional	57.96
3	PAULOS, Joao Afonso	06	Naval do Funchal	57.14
4	DIAS, Andre Vicente	05	Desportivo Nacional	57.05
5	FERRAZ, Luis Afonso	06	Naval do Funchal	57.09
6	ALMEIDA, Joao Francisco	07	Naval do Funchal	57.19
7	SILVA, Tony Stefano	05	Desportivo Nacional	58.49
8	MACHADO, Tiago Magalhaes	04	Desportivo Nacional	59.20
9	ABREU, Joao Francisco	06	Naval do Funchal	1:00.05

Série 6 de 6, 20:21

0	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	56.32
1	SOUSA, Pedro Afonso	03	Desportivo Nacional	55.97
2	ALVES, Paulo Rodrigues	04	Desportivo Nacional	55.07
3	OLIVEIRA, Diogo Alexandre	05	Naval do Funchal	53.04
4	FERNANDES, Joao Vitor	00	Escola O Liceu	52.67
5	FERNANDES, Diogo Henrique	04	Naval do Funchal	52.79
6	RODRIGUES, Joao Luis	05	Naval do Funchal	54.72
7	ABREU, Sergio Gomes	96	Naval do Funchal	55.50
8	FERNANDES, Martim Pestana	04	Naval do Funchal	56.31
9	GARANITO, Simao Silva	06	Naval do Funchal	56.57

Prova 10 — Femin., 200m Livres — Absoluto
08/07/2022 - 20:22 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:07.77	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	22/11/2009
Recordes Regionais Sen	2:07.77	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	22/11/2009
Recordes Regionais Jun17	2:10.62	ABREU, Laura Catarina	CDWT	Funchal	19/11/2016
Recordes Regionais Jun16	2:09.59	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	29/07/2016
Recordes Regionais Juv A	2:09.23	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	10/07/2015
Recordes Regionais Juv B	2:11.89	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Algés	26/02/1993
Recordes Regionais Inf A	2:14.71	CAIRES, Joana Costa	CNF	Sines	13/03/2011
Recordes Regionais Inf B	2:23.45	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	13/07/2012

TAC Nacional Inf B: 2:51.35; Inf A: 2:38.37; Juv B: 2:19.44; Juv A: 2:15.71; Jun16: 2:11.97; Jun17: 2:11.32; Sen18: 2:08.45; 19 +: 2:07.81

Ano

Série 1 de 2, 20:22

2	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	3:29.27
3	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	3:06.47
4	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	2:41.25
5	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	2:44.92
6	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	3:09.39



Prova 10, Femin., 200m Livres

Série 2 de 2, 20:26

0	TEIXEIRA, Maria Leonor	10	Naval do Funchal	2:37.45
1	ANDRADE, Matilde Sousa	08	Naval do Funchal	2:28.16
2	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	2:26.66
3	GOMES, Sofia Vega	08	Naval do Funchal	2:19.76
4	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	2:12.48
5	GONCALVES, Valentina Jose	07	Desportivo Nacional	2:18.57
6	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	2:24.09
7	CARICHAS, Joana Medeiros	06	Juventude AC	2:27.69
8	DIAS, Monica Fernandes	06	CD São Roque	2:31.69
9	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	2:38.10

20:29 Intervalo de 5 minutos / 5' Break

Prova 11 — Misto, 4 x 100m Estilos — 12 anos e mais velhos
08/07/2022 - 20:34 — Mónica Freitas — Startlist

Série 1 de 1, 20:34

2	Desportivo Nacional 201	Desportivo Nacional	5:45.46
3	Desportivo Nacional 203	Desportivo Nacional	5:44.13
4	Naval do Funchal 89	Naval do Funchal	5:16.94
5	Desportivo Nacional 202	Desportivo Nacional	5:38.14
6	Naval do Funchal 99	Naval do Funchal	5:45.35

Prova 12 — Masc., 4 x 100m Estilos — Absoluto
08/07/2022 - 20:40 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	3:49.71	Clube Desportivo Nacional	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Sen	3:49.71	Clube Desportivo Nacional	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Jun	3:55.49	Clube Naval do Funchal	CNF	Leiria	26/11/2021
Recordes Regionais Juv A	4:11.58	Clube Naval do Funchal	CNF	Tomar	15/12/2013
Recordes Regionais Juv B	4:16.25	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	17/07/2021
Recordes Regionais Inf A	4:27.13	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	14/07/2007
Recordes Regionais Inf B	4:49.91	Clube Naval do Funchal	CNF	Pinhal Novo	31/03/2019

TAC Estafeta Nacional Juv: 4:22.42; Jun: 4:11.49; Sen: 4:02.98

Série 1 de 1, 20:40

3	Naval do Funchal 8	Naval do Funchal	5:28.37
4	Naval do Funchal 24	Naval do Funchal	3:54.54
5	Naval do Funchal 6	Naval do Funchal	4:11.08
6	Desportivo Nacional 204	Desportivo Nacional	6:05.82



Prova 13 — Femin., 4 x 100m Estilos — Absoluto
08/07/2022 - 20:46 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	4:28.97	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	28/07/2016
Recordes Regionais Sen	4:34.50	Clube Desportivo Nacional	CDN	Porto	04/12/2010
Recordes Regionais Jun	4:28.97	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	28/07/2016
Recordes Regionais Juv A	4:31.86	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	12/07/2015
Recordes Regionais Juv B	4:38.14	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	11/04/2014
Recordes Regionais Inf A	4:44.68	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	23/07/2013
Recordes Regionais Inf B	5:21.61	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	12/07/2015

TAC Estafeta Nacional Juv: 4:49.42; Jun: 4:41.15; Sen: 4:35.63

Série 1 de 1, 20:46

4	Naval do Funchal 1	Naval do Funchal	4:48.16
5	Naval do Funchal 10	Naval do Funchal	5:57.48



2 - Sábado de Manhã, 9 de Julho de 2022 — 09/07/2022 - 9:15

Prova 14 — Femin., 400m Livres — Absoluto
09/07/2022 - 9:15 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	4:31.74	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Braga	05/03/1994
Recordes Regionais Sen	4:35.08	MELIM, Claudia Ramos	CDN	Funchal	06/07/2002
Recordes Regionais Jun17	4:32.13	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Felgueiras	13/07/1996
Recordes Regionais Jun16	4:31.80	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	14/07/1995
Recordes Regionais Juv A	4:31.74	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Braga	05/03/1994
Recordes Regionais Juv B	4:35.00	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	29/05/1993
Recordes Regionais Inf A	4:37.30	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	17/07/1992
Recordes Regionais Inf B	4:56.70	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	04/05/1991

TAC Nacional Inf B: 5:55.32; Inf A: 5:33.89; Juv B: 4:54.81; Juv A: 4:45.52; Jun16: 4:38.56; Jun17: 4:37.18; Sen18: 4:31.05; 19 +: 4:29.70

Ano

Série 1 de 1, 9:15

2	SOUSA, Susana Conceicao	10	Desportivo Nacional	8:00.00
3	ROSA, Clara Sofia	10	Desportivo Nacional	6:28.30
4	DIAS, Monica Fernandes	06	CD São Roque	5:23.01
5	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	5:29.66
6	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	7:03.65

Prova 15 — Masc., 1500m Livres — Absoluto
09/07/2022 - 9:23 — Tentativa de Recorde Nacional: Natação Adaptada — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	15:05.68	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Leiria	06/12/2009
Recordes Regionais Sen	15:05.68	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Leiria	06/12/2009
Recordes Regionais Jun18	15:38.98	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Mealhada	25/03/2000
Recordes Regionais Jun17	15:58.37	DEUS, Andre Portugal	CNF	Funchal	13/07/2019
Recordes Regionais Juv A	16:31.31	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	29/07/2016
Recordes Regionais Juv B	16:30.75	ALMEIDA, Carlos Alexandre	CDN	Penafiel	21/03/2004
Recordes Regionais Inf A	16:57.52	ALMEIDA, Carlos Alexandre	CDN	Funchal	13/07/2003
Recordes Regionais Inf B	17:40.06	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	31/05/2003

TAC Nacional Juv B: 18:30.96; Juv A: 17:26.47; Jun17: 16:57.69; Jun18: 16:52.63; Sen19: 16:22.58; 20 +: 16:22.58

Ano

Série 1 de 1, 9:23

4	CARVALHO, Joaquim Eduardo	07	Naval do Funchal	20:39.08



Prova 16 — Femin., 50m Mariposa — Absoluto
09/07/2022 - 9:44 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	28.39	BOULHOSA, Carolina Abreu	CNF	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Sen	28.91	OLIM, Carlota Freitas	CNF	Funchal	22/03/2012
Recordes Regionais Sen	28.91	GOMES, Susana Clara	CNF	Felgueiras	22/12/2013
Recordes Regionais Jun17	29.28	OLIM, Carlota Freitas	CNF	Funchal	24/10/2009
Recordes Regionais Jun16	28.39	BOULHOSA, Carolina Abreu	CNF	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Juv A	29.26	BOULHOSA, Carolina Abreu	CNF	Funchal	29/07/2016
Recordes Regionais Juv B	30.23	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	13/03/2014
Recordes Regionais Inf A	32.11	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf B	32.20	LOPES, Joana Cristina	CNF	Funchal	01/01/1992

TAC Nacional Juv B: 31.88; Juv A: 31.41; Jun16: 30.95; Jun17: 30.58; Sen18: 29.87; 19 +: 29.72

Série 1 de 3, 9:44

		Ano		
3	FREITAS, Filipa Carolina	09	AD Machico	4:00.00
4	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	54.37
5	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	1:01.03

Série 2 de 3, 9:49

1	MEDEIROS, Constanca Sousa	10	Naval do Funchal	49.32
2	RINCU, Alexandra	07	Naval do Funchal	40.27
3	SA, Vanessa Fernandes	09	Naval do Funchal	37.44
4	SOUSA, Ivana Valentina	06	Desportivo Nacional	35.00
5	RIBEIRO, Guida Drumond	10	Naval do Funchal	36.85
6	TEIXEIRA, Maria Leonor	10	Naval do Funchal	38.35
7	ROMAO, Laura Beatriz	09	Naval do Funchal	41.41
8	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	50.09

Série 3 de 3, 9:50

0	RODRIGUES, Laura Sofia	07	Juventude AC	33.46
1	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	33.36
2	CARICHAS, Joana Medeiros	06	Juventude AC	32.68
3	NETO, Leonor Rodrigues	07	Naval do Funchal	31.72
4	JARDIM, Lara Filipa	06	Naval do Funchal	30.53
5	SOUSA, Joana Francisca	04	Naval do Funchal	30.98
6	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	31.87
7	ALVES, Juliana Rodrigues	08	Desportivo Nacional	32.94
8	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	33.42
9	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	34.31



Prova 17 | Masc., 50m Mariposa | Absoluto
09/07/2022 - 9:51 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	24.60	FERNANDES, Joao Vitor	CEOL	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Sen	24.60	FERNANDES, Joao Vitor	CEOL	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Jun18	25.13	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Jun17	25.56	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Porto	13/12/2015
Recordes Regionais Juv A	26.20	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	09/07/2016
Recordes Regionais Juv B	27.07	VARGAS, Henrique Luis	CNF	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf A	28.39	BARRY, Rafael Francisco	CNF	Funchal	01/08/2018
Recordes Regionais Inf B	29.59	SOUSA, Pedro Afonso	CDN	Funchal	09/07/2016

TAC Nacional Juv B: 27.53; Juv A: 27.13; Jun17: 26.73; Jun18: 26.59; Sen19: 25.96; 20 +: 28.83

		Ano		
Série 1 de 3, 9:51				
2	BARATA, Joao Tomas	08	Juventude AC	47.23
3	VIEIRA, Rodrigo Leal	06	AD Machico	35.00
4	ANDRADE, Salvador Freitas	09	Naval do Funchal	34.64
5	ALVES, Diogo Basilio	07	Juventude AC	34.66
6	CASTRO, Marco Antonio	08	Naval do Funchal	35.51
7	DRUMOND, Pedro Afonso	07	AD Galomar	50.00
Série 2 de 3, 9:52				
0	JESUS, Vasco Franca	08	Naval do Funchal	33.81
1	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	33.11
2	FERNANDES, Diogo Henrique	04	Naval do Funchal	30.12
3	MACHADO, Tiago Magalhaes	04	Desportivo Nacional	29.16
4	JORGE, Andre Camara	90	Escola O Liceu	28.48
5	AGUILAR, Luis Santos	04	Desportivo Nacional	29.05
6	RIBEIRO, Telmo Drumond	07	Naval do Funchal	29.23
7	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	32.54
8	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	33.11
9	BARBOSA, Joao Camacho	07	Desportivo Nacional	34.07
Série 3 de 3, 9:53				
0	SOUSA, Pedro Afonso	03	Desportivo Nacional	28.12
1	CAMACHO, Joao Simao	03	Desportivo Nacional	27.52
2	SILVA, Joao Luis	06	Escola O Liceu	27.00
3	ALVES, Paulo Rodrigues	04	Desportivo Nacional	26.81
4	FERNANDES, Joao Vitor	00	Escola O Liceu	24.60
5	RODRIGUES, Joao Luis	05	Naval do Funchal	25.86
6	DIAS, Andre Vicente	05	Desportivo Nacional	26.90
7	GOUVEIA, Luis Galvao	05	Desportivo Nacional	27.04
8	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	27.89
9	SILVA, Tony Stefano	05	Desportivo Nacional	28.22



Prova 18 — Femin., 200m Costas — Absoluto
09/07/2022 - 9:54 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:21.09	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Silves	22/12/2007
Recordes Regionais Sen	2:21.09	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Silves	22/12/2007
Recordes Regionais Jun17	2:23.46	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	03/02/2001
Recordes Regionais Jun16	2:24.93	FERREIRA, Maria Leonor	CDN	Funchal	07/03/2020
Recordes Regionais Juv A	2:24.92	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	10/07/2015
Recordes Regionais Juv B	2:26.17	COSTA, Maria Jardim	CDN	Funchal	07/03/2020
Recordes Regionais Inf A	2:33.25	GONCALVES, Vera Andrade	JACL	Machico	10/06/2022
Recordes Regionais Inf B	2:37.35	GONCALVES, Vera Andrade	JACL	Funchal	11/07/2021

TAC Nacional Inf B: 3:06.68; Inf A: 2:56.87; Juv B: 2:37.01; Juv A: 2:32.42; Jun16: 2:28.04; Jun17: 2:27.30; Sen18: 2:25.06; 19 +: 2:24.33

Ano

Série 1 de 2, 9:54

3	JESUS, Veronica Martins	06	CD São Roque	3:59.86
4	TEMTEM, Madalena Barbosa	09	Desportivo Nacional	3:24.88
5	BRITO, Madalena Pinto	10	Naval do Funchal	3:30.29

Série 2 de 2, 9:59

0	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	3:21.13
1	SOARES, Leonor Silva	08	Desportivo Nacional	2:56.70
2	BAPTISTA, Ines Sande	08	Desportivo Nacional	2:48.53
3	ANDRADE, Matilde Sousa	08	Naval do Funchal	2:38.08
4	FERREIRA, Maria Leonor	04	Desportivo Nacional	2:24.93
5	GOMES, Sofia Vega	08	Naval do Funchal	2:33.54
6	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	2:43.90
7	MATEUS, Clarisse Vieira	07	Desportivo Nacional	2:49.31
8	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	3:12.20

Prova 19 — Masc., 100m Costas — Absoluto
09/07/2022 - 10:02 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	57.10	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	10/07/2021
Recordes Regionais Sen	57.93	PINTO, Luis Marques	CDN	Funchal	09/05/2009
Recordes Regionais Jun18	57.10	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	10/07/2021
Recordes Regionais Jun17	57.39	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Leiria	14/12/2019
Recordes Regionais Juv A	59.07	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Tomar	14/12/2018
Recordes Regionais Juv B	1:00.51	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	26/03/2018
Recordes Regionais Inf A	1:03.46	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	27/07/2017
Recordes Regionais Inf B	1:06.87	CAMACHO, Afonso Caires	CNF	Sines	07/04/2017

TAC Nacional Inf B: 1:20.06; Inf A: 1:15.30; Juv B: 1:05.23; Juv A: 1:02.85; Jun17: 1:00.48; Jun18: 1:00.18; Sen19: 58.65; 20 +: 58.36

Ano

Série 1 de 3, 10:02

0	ABREU, Afonso Henrique	09	Naval do Funchal	1:39.01
1	VIEIRA, Luis Henrique	07	Desportivo Nacional	1:34.05
2	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	1:31.41
3	ALVES, Mateus Basilio	09	Juventude AC	1:30.57
4	PESTANA, Pedro Correia	09	AD Galomar	1:26.89
5	SOUSA, Simao Henrique	07	Desportivo Nacional	1:28.68
6	ALVES, Francisco Manuel	09	Desportivo Nacional	1:30.90
7	SOUSA, Eduardo Afonseca	09	Desportivo Nacional	1:32.63
8	ANTUNES, Frederico Luis	08	Juventude AC	1:34.89



Prova 19, Masc., 100m Costas

Série 2 de 3, 10:05

0	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional	1:22.62
1	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	1:21.56
2	GONCALVES, Joao Guilherme	09	Naval do Funchal	1:19.80
3	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC	1:18.54
4	FERNANDES, Afonso Berimbau	07	Juventude AC	1:17.92
5	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	1:18.54
6	NUNES, Henrique Dias	07	Desportivo Nacional	1:19.36
7	GOMES, Joao Abreu	09	Naval do Funchal	1:19.88
8	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	1:22.24
9	ROCHA, Joao Henrique	09	AD Galomar	1:23.23

Série 3 de 3, 10:07

0	NOBREGA, Matias Sargo	08	Naval do Funchal	1:14.94
1	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	1:12.72
2	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	1:08.78
3	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	1:05.43
4	RODRIGUES, Joao Luis	05	Naval do Funchal	1:02.20
5	ABREU, Joao Francisco	06	Naval do Funchal	1:04.69
6	ALVES, Pedro Miguel	06	Desportivo Nacional	1:08.57
7	FERRAZ, Luis Afonso	06	Naval do Funchal	1:09.71
8	JARDIM, Rodrigo Vieira	08	Naval do Funchal	1:13.55
9	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	1:16.86

10:09 Intervalo de 10 minutos / 10' Break

Prova 21 — Femin., 100m Livres — Absoluto
09/07/2022 - 10:19 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	57.97	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Sen	57.97	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun17	59.96	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Jun16	59.93	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	19/12/2015
Recordes Regionais Juv A	59.90	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	10/07/2015
Recordes Regionais Juv B	1:01.04	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	12/04/2014
Recordes Regionais Inf A	1:02.04	CAIRES, Joana Costa	CNF	Sines	12/03/2011
Recordes Regionais Inf B	1:05.20	LOPES, Joana Cristina	CNF	Funchal	10/05/1992

TAC Nacional Inf B: 1:17.88; Inf A: 1:13.03; Juv B: 1:04.37; Juv A: 1:02.41; Jun16: 1:00.73; Jun17: 1:00.43; Sen18: 59.48; 19 +: 59.19

Ano

Série 1 de 4, 10:19

2	SOUSA, Susana Conceicao	10	Desportivo Nacional	1:46.27
3	CARVALHO, Beatriz Xavier	09	AD Machico	1:35.00
4	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	1:29.49
5	SANTOS, Alexandra Mendes	09	AD Machico	1:35.00
6	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	1:39.86



Prova 21, Femin., 100m Livres

Série 2 de 4, 10:21

0	JESUS, Veronica Martins	06	CD São Roque	1:28.84
1	ANDRADE, Maria Beatriz	05	Desportivo Nacional	1:26.18
2	BRITO, Madalena Pinto	10	Naval do Funchal	1:23.39
3	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	1:21.88
4	FREITAS, Francisca Leonor	09	Naval do Funchal	1:20.53
5	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	1:20.58
6	ROSA, Clara Sofia	10	Desportivo Nacional	1:23.35
7	FREITAS, Filipa Carolina	09	AD Machico	1:25.00
8	ROMAO, Laura Beatriz	09	Naval do Funchal	1:28.58
9	MARQUES, Beatriz Paixao	08	Naval do Funchal	1:28.91

Série 3 de 4, 10:23

0	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	1:17.65
1	TEIXEIRA, Maria Leonor	10	Naval do Funchal	1:15.09
2	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	1:11.65
3	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	1:11.27
4	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	1:09.76
5	RIBEIRO, Guida Drumond	10	Naval do Funchal	1:10.81
6	SA, Vanessa Fernandes	09	Naval do Funchal	1:11.35
7	SILVA, Carolina Pestana	08	Naval do Funchal	1:13.51
8	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	1:15.42
9	RINCU, Alexandra	07	Naval do Funchal	1:19.36

Série 4 de 4, 10:25

0	ALVES, Juliana Rodrigues	08	Desportivo Nacional	1:07.14
1	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	1:06.15
2	PEREIRA, Julia Freitas	08	Naval do Funchal	1:04.89
3	GONCALVES, Valentina Jose	07	Desportivo Nacional	1:03.03
4	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	1:01.31
5	SOUSA, Joana Francisca	04	Naval do Funchal	1:02.73
6	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	1:04.04
7	FREITAS, Beatriz Rodrigues	06	Naval do Funchal	1:05.12
8	FRANCA, Ines Matos	07	Juventude AC	1:06.97
9	ALVES, Catarina Andrade	78	Desportivo Nacional	1:08.00



Prova 22 | Masc., 200m Livres | Absoluto
09/07/2022 - 10:26 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:46.65	PINTO, Luis Marques	CDN	Stockholm (SWE)	11/11/2009
Recordes Regionais Sen	1:46.65	PINTO, Luis Marques	CDN	Stockholm (SWE)	11/11/2009
Recordes Regionais Jun18	1:50.17	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Porto	10/12/2017
Recordes Regionais Jun17	1:51.83	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	27/07/2017
Recordes Regionais Juv A	1:54.07	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	28/07/2016
Recordes Regionais Juv B	1:55.77	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	10/07/2015
Recordes Regionais Inf A	1:59.62	FERNANDES, Joao Vitor	CSM	Funchal	09/07/2014
Recordes Regionais Inf B	2:07.17	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	19/07/2003

TAC Nacional Inf B: 2:36.18; Inf A: 2:27.01; Juv B: 2:05.62; Juv A: 2:02.36; Jun17: 1:57.46; Jun18: 1:56.88; Sen19: 1:54.97; 20 +: 1:54.40

Série 1 de 4, 10:26

		Ano		
2	GONCALVES, Jose Bernardo	09	AD Machico	3:20.00
3	DRUMOND, Pedro Afonso	07	AD Galomar	3:00.72
4	PESTANA, Andre Pinto	09	Naval do Funchal	2:55.98
5	BARATA, Joao Tomas	08	Juventude AC	2:58.94
6	ANTUNES, Frederico Luis	08	Juventude AC	3:08.15

Série 2 de 4, 10:30

0	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	2:53.27
1	PESTANA, Pedro Correia	09	AD Galomar	2:50.10
2	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional	2:48.68
3	JARDIM, Joao Tomas	09	Desportivo Nacional	2:46.97
4	BARRADAS, Rafael Alves	08	Escola O Liceu	2:43.27
5	ABREU, Afonso Henrique	09	Naval do Funchal	2:46.51
6	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	2:46.98
7	VIEIRA, Rodrigo Leal	06	AD Machico	2:50.00
8	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	2:51.08
9	CRESPO, Joao Jesus	09	Desportivo Nacional	2:53.32

Série 3 de 4, 10:33

0	FERNANDEZ, Henrique Justino	08	Juventude AC	2:38.71
1	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	2:31.11
2	FERNANDES, Afonso Berimbau	07	Juventude AC	2:24.58
3	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	2:15.92
4	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	2:15.41
5	PENSO, Miguel Reigada	07	Escola O Liceu	2:15.84
6	RIBEIRO, Telmo Drumond	07	Naval do Funchal	2:18.67
7	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC	2:25.75
8	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	2:35.24
9	GOMES, Guilherme Silva	08	AD Galomar	2:42.60

Série 4 de 4, 10:36

0	AGUILAR, Luis Santos	04	Desportivo Nacional	2:10.36
1	PEREIRA, Lucas Santos	07	Naval do Funchal	2:07.55
2	CASTRO, Martim Pereira	02	Escola O Liceu	2:07.05
3	SANTOS, Diego Felipe	87	Desportivo Nacional	2:00.05
4	FERNANDES, Diogo Henrique	04	Naval do Funchal	1:57.56
5	OLIVEIRA, Diogo Alexandre	05	Naval do Funchal	1:58.31
6	ALMEIDA, Joao Francisco	07	Naval do Funchal	2:06.52
7	PAULOS, Joao Afonso	06	Naval do Funchal	2:07.06
8	GARANITO, Simao Silva	06	Naval do Funchal	2:07.69
9	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	2:14.24



10:38 Intervalo de 5 minutos / 5' Break

Prova 23 09/07/2022 - 10:43		Femin., 4 x 100m Livres Mónica Freitas			Absoluto Startlist
Recordes Regionais Absoluto	4:03.77	Clube Naval do Funchal	CNF	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Sen	4:06.46	Clube Naval do Funchal	CNF	Porto	04/12/2010
Recordes Regionais Jun	4:10.74	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	27/07/2016
Recordes Regionais Juv A	4:11.49	Clube Desportivo Nacional	CDN	Leiria	14/12/2014
Recordes Regionais Juv B	4:12.63	Clube Desportivo Nacional	CDN	Tomar	15/12/2013
Recordes Regionais Inf A	4:14.93	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	25/07/2013
Recordes Regionais Inf B	4:41.49	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	10/07/2015

TAC Estafeta Nacional Juv: 4:16.14; Jun: 4:08.82; Sen: 4:03.94

Série 1 de 1, 10:43

2	Desportivo Nacional 212	Desportivo Nacional	5:30.12
3	Naval do Funchal 10	Naval do Funchal	5:00.10
4	Desportivo Nacional 105	Desportivo Nacional	4:14.96
5	Naval do Funchal 1	Naval do Funchal	4:18.49
6	Naval do Funchal 9	Naval do Funchal	5:19.82

Prova 24 09/07/2022 - 10:49		Masc., 4 x 100m Livres Mónica Freitas			Absoluto Startlist
Recordes Regionais Absoluto	3:25.10	Clube Desportivo Nacional	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Sen	3:25.10	Clube Desportivo Nacional	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Jun	3:34.51	Clube Naval do Funchal	CNF	Felgueiras	22/12/2013
Recordes Regionais Juv A	3:34.94	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	11/07/2014
Recordes Regionais Juv B	3:46.97	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	11/07/2009
Recordes Regionais Inf A	3:54.59	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	23/06/2007
Recordes Regionais Inf B	4:12.91	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	14/07/2007

TAC Estafeta Nacional Juv: 3:51.30; Jun: 3:41.67; Sen: 3:34.17

Série 1 de 1, 10:49

1	Desportivo Nacional 211	Desportivo Nacional	5:22.24
2	Desportivo Nacional 210	Desportivo Nacional	4:52.17
3	Naval do Funchal 27	Naval do Funchal	4:04.07
4	Naval do Funchal 24	Naval do Funchal	3:36.86
5	Desportivo Nacional 106	Desportivo Nacional	3:43.39
6	Naval do Funchal 8	Naval do Funchal	4:21.01
7	Naval do Funchal 9	Naval do Funchal	4:52.21



3 - Sábado de Tarde, 9 de Julho de 2022 — 09/07/2022 - 16:30

Prova 25 — Femin., 4 x 50m Estilos — Absoluto
09/07/2022 - 16:30 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:02.36	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	11/07/2015
Recordes Regionais Sen	2:05.32	Clube Naval do Funchal	CNF	Felgueiras	21/12/2013
Recordes Regionais Jun	2:04.22	Clube Desportivo Nacional	CDN	Porto	12/12/2015

TAC Estafeta Nacional Jun: 2:06.74; Sen: 2:05.49

Série 1 de 1, 16:30

3	Desportivo Nacional 108	Desportivo Nacional	2:24.38
4	Desportivo Nacional 107	Desportivo Nacional	2:08.67
5	Naval do Funchal 1	Naval do Funchal	2:10.54
6	Juventude AC 1	Juventude AC	2:25.00

Prova 26 — Masc., 4 x 50m Estilos — Absoluto
09/07/2022 - 16:33 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:46.19	Clube Naval do Funchal	CNF	Pacos de Ferreira	22/11/2003
Recordes Regionais Sen	1:46.19	Clube Naval do Funchal	CNF	Paços de Ferreira	22/11/2003
Recordes Regionais Jun	1:45.69	Clube Naval do Funchal	CNF	Leiria	27/11/2021

TAC Estafeta Nacional Jun: 1:52.32; Sen: 1:51.01

Série 1 de 1, 16:33

0	AD Galomar 1	AD Galomar	3:00.00
1	Juventude AC 1	Juventude AC	2:20.00
2	Naval do Funchal 27	Naval do Funchal	2:06.31
3	Naval do Funchal 6	Naval do Funchal	1:55.31
4	Desportivo Nacional 109	Desportivo Nacional	1:52.25
5	Naval do Funchal 24	Naval do Funchal	1:53.90
6	Desportivo Nacional 110	Desportivo Nacional	2:01.40
7	Desportivo Nacional 207	Desportivo Nacional	2:18.94
8	Juventude AC 2	Juventude AC	2:30.00

16:36 Intervalo de 5 minutos / 5' Break

Prova 20 — 50m Costas — Absolutos, 12 anos e mais velhas
09/07/2022 - 16:41 — Prova Complementar: Homenagem - Mónica Freitas — Startlist

Série 1 de 1, 16:41

		Ano		
1	FREITAS, Filipa Jardim	76	Desportivo Nacional	NT
2	PEREIRA, Sofia Jardim	08	Desportivo Nacional	NT
3	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	NT
4	FREITAS, Monica	73	Desportivo Nacional	1:09.92
5	COSTA, Manuel Jardim	09	Desportivo Nacional	NT
6	FREITAS, Lamberto Jardim	38	Desportivo Nacional	NT
7	FERNANDES, Ricardo Pestana	73	Desportivo Nacional	NT
8	FRANCO, Vicente	44	Desportivo Nacional	NT
9	ANDRADE, Antonio Jorge	46	Desportivo Nacional	NT



Prova 27 — Femin., 200m Estilos — Absoluto
09/07/2022 - 16:42 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:18.16	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Tomar	13/12/2008
Recordes Regionais Sen	2:18.16	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Tomar	13/12/2008
Recordes Regionais Jun17	2:25.85	ROSA, Beatriz Jong	CDWT	Funchal	06/05/2017
Recordes Regionais Jun16	2:26.86	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	13/05/2016
Recordes Regionais Juv A	2:28.06	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	09/05/2015
Recordes Regionais Juv B	2:30.06	COSTA, Maria Jardim	CDN	Funchal	08/03/2020
Recordes Regionais Inf A	2:31.77	CAIRES, Joana Costa	CNF	Sines	12/03/2011
Recordes Regionais Inf B	2:38.90	LOPES, Joana Cristina	CNF	Funchal	01/01/1992

TAC Nacional Inf B: 3:08.87; Inf A: 2:58.80; Juv B: 2:36.40; Juv A: 2:32.60; Jun16: 2:28.85; Jun17: 2:28.11; Sen18: 2:25.29; 19 +: 2:24.57

Ano

Série 1 de 2, 16:42

3	SOUSA, Susana Conceicao	10	Desportivo Nacional		4:00.00
4	ROSA, Clara Sofia	10	Desportivo Nacional		3:17.36
5	MEDEIROS, Constanca Sousa	10	Naval do Funchal		3:48.91

Série 2 de 2, 16:46

0	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque		3:04.65
1	SOARES, Leonor Silva	08	Desportivo Nacional		2:57.72
2	BAPTISTA, Ines Sande	08	Desportivo Nacional		2:54.66
3	CARICHAS, Joana Medeiros	06	Juventude AC		2:48.29
4	ANDRADE, Matilde Sousa	08	Naval do Funchal		2:38.84
5	GOMES, Sofia Vega	08	Naval do Funchal		2:46.97
6	PEREIRA, Julia Freitas	08	Naval do Funchal		2:53.77
7	TEIXEIRA, Maria Leonor	10	Naval do Funchal		2:57.03
8	FREITAS, Francisca Leonor	09	Naval do Funchal		3:04.11
9	TEMTEM, Madalena Barbosa	09	Desportivo Nacional		3:09.80

Prova 28 — Masc., 400m Estilos — Absoluto
09/07/2022 - 16:50 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	4:23.27	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Felgueiras	22/11/2002
Recordes Regionais Sen	4:23.27	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Felgueiras	22/11/2002
Recordes Regionais Jun18	4:26.56	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Felgueiras	21/12/2018
Recordes Regionais Jun17	4:32.64	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Funchal	26/03/2018
Recordes Regionais Juv A	4:37.61	GOUVEIA, Luis Galvao	CDN	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Juv B	4:37.30	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	16/07/2005
Recordes Regionais Inf A	4:40.32	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	09/07/2004
Recordes Regionais Inf B	4:53.36	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	11/07/2003

TAC Nacional Juv B: 5:04.63; Juv A: 4:56.65; Jun17: 4:46.65; Jun18: 4:45.22; Sen19: 4:39.12; 20 +: 4:37.73

Ano

Série 1 de 1, 16:50

3	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque		5:31.12
4	GOUVEIA, Luis Galvao	05	Desportivo Nacional		4:37.61
5	JESUS, David Martins	07	CD São Roque		5:20.95



Prova 29 | Femin., 50m Livres | Absoluto
09/07/2022 - 16:56 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	26.39	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Sen	26.39	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun17	27.71	OLIM, Carlota Freitas	CNF	Funchal	21/11/2009
Recordes Regionais Jun16	27.57	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Porto	12/12/2015
Recordes Regionais Juv A	27.55	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	09/07/2015
Recordes Regionais Juv B	28.33	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	12/04/2014
Recordes Regionais Inf A	28.43	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	23/07/2013
Recordes Regionais Inf B	29.30	NUNES, Jeanette Vilarejo	CNF	Funchal	23/05/1992

TAC Nacional Juv B: 29.64; Juv A: 29.20; Jun16: 28.77; Jun17: 28.16; Sen18: 27.82; 19 +: 27.68

		Ano		
Série 1 de 3, 16:56				
2	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	48.71
3	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	41.60
4	BRITO, Madalena Pinto	10	Naval do Funchal	38.14
5	ROMAO, Laura Beatriz	09	Naval do Funchal	38.52
6	MARQUES, Beatriz Paixao	08	Naval do Funchal	42.07
Série 2 de 3, 16:57				
0	JESUS, Veronica Martins	06	CD São Roque	36.70
1	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	35.88
2	SA, Vanessa Fernandes	09	Naval do Funchal	33.57
3	DIAS, Monica Fernandes	06	CD São Roque	32.70
4	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	31.81
5	SILVA, Carolina Pestana	08	Naval do Funchal	32.62
6	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	33.24
7	SOUSA, Ivana Valentina	06	Desportivo Nacional	33.80
8	ANDRADE, Maria Beatriz	05	Desportivo Nacional	36.64
9	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	36.70
Série 3 de 3, 16:58				
0	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	31.53
1	DIAS, Julia Alves	06	Desportivo Nacional	30.57
2	FERREIRA, Maria Leonor	04	Desportivo Nacional	29.80
3	GONCALVES, Valentina Jose	07	Desportivo Nacional	29.58
4	JARDIM, Lara Filipa	06	Naval do Funchal	28.63
5	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	28.93
6	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	29.69
7	SOUSA, Joana Francisca	04	Naval do Funchal	30.05
8	FREITAS, Beatriz Rodrigues	06	Naval do Funchal	31.12
9	NETO, Leonor Rodrigues	07	Naval do Funchal	31.66



Prova 30 | Masc., 50m Livres | Absoluto
09/07/2022 - 16:59 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	22.77	PINTO, Luis Marques	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Sen	22.77	PINTO, Luis Marques	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun18	23.64	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Porto	09/12/2017
Recordes Regionais Jun17	23.82	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	10/12/2016
Recordes Regionais Juv A	24.00	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	27/07/2016
Recordes Regionais Juv B	24.46	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	11/07/2015
Recordes Regionais Inf A	25.30	CASTRO, Joao Cruz	CSM	Funchal	12/04/2014
Recordes Regionais Inf B	27.30	CASTRO, Joao Cruz	CSM	Funchal	06/04/2013

TAC Nacional Juv B: 26.01; Juv A: 25.63; Jun17: 25.25; Jun18: 24.53; Sen19: 24.16; 20 +: 24.04

		Ano		
Série 1 de 4, 16:59				
2	ALVES, Francisco Manuel	09	Desportivo Nacional	38.08
3	ALVES, Mateus Basilio	09	Juventude AC	36.38
4	VIEIRA, Luis Henrique	07	Desportivo Nacional	35.91
5	ALVES, Diogo Basilio	07	Juventude AC	35.95
6	ROCHA, Joao Henrique	09	AD Galomar	37.54
7	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	38.43
Série 2 de 4, 17:00				
0	PESTANA, Pedro Correia	09	AD Galomar	35.71
1	FERNANDEZ, Henrique Justino	08	Juventude AC	33.00
2	DRUMOND, Pedro Afonso	07	AD Galomar	32.52
3	SILVA, Manuel Miguel	07	Escola O Liceu	31.17
4	SOUSA, Simao Henrique	07	Desportivo Nacional	30.78
5	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	30.83
6	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC	31.82
7	GOMES, Guilherme Silva	08	AD Galomar	32.70
8	ABREU, Afonso Henrique	09	Naval do Funchal	35.24
9	CARVALHO, Joaquim Eduardo	07	Naval do Funchal	35.79
Série 3 de 4, 17:00				
0	GONCALVES, Joao Guilherme	09	Naval do Funchal	30.27
1	BARBOSA, Joao Camacho	07	Desportivo Nacional	30.09
2	PENSO, Miguel Reigada	07	Escola O Liceu	28.91
3	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	28.15
4	AGUILAR, Luis Santos	04	Desportivo Nacional	26.62
5	FERRAZ, Luis Afonso	06	Naval do Funchal	27.17
6	ALVES, Pedro Miguel	06	Desportivo Nacional	28.72
7	CASTRO, Marco Antonio	08	Naval do Funchal	29.32
8	JESUS, Vasco Franca	08	Naval do Funchal	30.11
9	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	30.69
Série 4 de 4, 17:01				
0	MACHADO, Tiago Magalhaes	04	Desportivo Nacional	26.32
1	CAMACHO, Joao Simao	03	Desportivo Nacional	26.28
2	SOUSA, Pedro Afonso	03	Desportivo Nacional	25.88
3	SANTOS, Diego Felipe	87	Desportivo Nacional	25.00
4	FERNANDES, Diogo Henrique	04	Naval do Funchal	24.06
5	ALVES, Paulo Rodrigues	04	Desportivo Nacional	24.63
6	ABREU, Sergio Gomes	96	Naval do Funchal	25.50
7	GARANITO, Simao Silva	06	Naval do Funchal	25.94
8	SILVA, Tony Stefano	05	Desportivo Nacional	26.29
9	PEREIRA, Lucas Santos	07	Naval do Funchal	26.62



Prova 31 | Femin., 200m Mariposa | Absoluto
09/07/2022 - 17:02 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:21.15	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Porto	10/12/2017
Recordes Regionais Sen	2:21.15	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Porto	10/12/2017
Recordes Regionais Jun17	2:25.69	ROSA, Beatriz Jong	CDWT	Torres Novas	21/01/2017
Recordes Regionais Jun16	2:25.16	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Porto	11/12/2015
Recordes Regionais Juv A	2:25.61	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	12/07/2015
Recordes Regionais Juv B	2:28.89	CAMARA, Ines Cruz	CDN	Funchal	10/07/2021
Recordes Regionais Inf A	2:32.56	CERDAS, Sara Rodrigues	CNF	Rio Maior	06/07/2002
Recordes Regionais Inf B	2:45.26	VICTOR, Joana Isabel	CDN	Funchal	12/07/2003

TAC Nacional Inf B: 3:10.03; Inf A: 2:57.32; Juv B: 2:42.30; Juv A: 2:37.62; Jun16: 2:32.18; Jun17: 2:31.42; Sen18: 2:26.33; 19 +: 2:25.60

Série 1 de 1, 17:02

		Ano		
3	RIBEIRO, Guida Drumond	10	Naval do Funchal	3:10.00
4	ALVES, Juliana Rodrigues	08	Desportivo Nacional	2:37.43
5	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	2:39.87
6	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	3:30.00

Prova 32 | Masc., 100m Mariposa | Absoluto
09/07/2022 - 17:06 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	55.09	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Funchal	10/12/2016
Recordes Regionais Sen	55.34	FRANCO, Joao Fragueiro	CNF	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun18	55.09	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Funchal	10/12/2016
Recordes Regionais Jun17	56.11	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Porto	12/12/2015
Recordes Regionais Juv A	57.94	GOUVEIA, Luis Galvao	CDN	Funchal	17/07/2021
Recordes Regionais Juv B	58.96	VARGAS, Henrique Luis	CNF	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf A	1:01.59	CAIRES, Nuno Costa	CNF	Funchal	12/07/2008
Recordes Regionais Inf B	1:04.84	CASTRO, Joao Cruz	CSM	Funchal	24/07/2013

TAC Nacional Inf B: 1:17.01; Inf A: 1:12.35; Juv B: 1:04.21; Juv A: 1:01.45; Jun17: 58.72; Jun18: 58.43; Sen19: 57.53; 20 +: 57.24

Série 1 de 2, 17:06

		Ano		
1	BARATA, Joao Tomas	08	Juventude AC	1:47.05
2	PESTANA, Andre Pinto	09	Naval do Funchal	1:23.70
3	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	1:16.96
4	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	1:08.20
5	NOBREGA, Matias Sargo	08	Naval do Funchal	1:15.85
6	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	1:18.61
7	ANDRADE, Salvador Freitas	09	Naval do Funchal	1:25.24
8	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	1:47.99

Série 2 de 2, 17:08

0	RIBEIRO, Telmo Drumond	07	Naval do Funchal	1:04.53
1	ABREU, Joao Francisco	06	Naval do Funchal	1:02.27
2	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	59.63
3	DIAS, Andre Vicente	05	Desportivo Nacional	59.10
4	FERNANDES, Joao Vitor	00	Escola O Liceu	56.94
5	RODRIGUES, Joao Luis	05	Naval do Funchal	57.89
6	OLIVEIRA, Diogo Alexandre	05	Naval do Funchal	59.35
7	SILVA, Joao Luis	06	Escola O Liceu	1:01.00
8	ALMEIDA, Joao Francisco	07	Naval do Funchal	1:03.05
9	FERNANDES, Afonso Berimbau	07	Juventude AC	1:08.11



17:10 Intervalo de 10 minutos / 10' Break

Prova 33 | Femin., 100m Bruços | Absoluto
09/07/2022 - 17:20 | Mónica Freitas | Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:10.92	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Guarda	11/12/2010
Recordes Regionais Sen	1:10.92	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Guarda	11/12/2010
Recordes Regionais Jun17	1:14.11	ABREU, Laura Catarina	CDWT	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Jun16	1:14.28	ABREU, Laura Catarina	CDN	Porto	12/12/2015
Recordes Regionais Juv A	1:13.75	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	09/07/2015
Recordes Regionais Juv B	1:13.68	ABREU, Laura Catarina	CDN	Tomar	15/12/2013
Recordes Regionais Inf A	1:17.24	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf B	1:21.89	RODRIGUES, Laura Sofia	JACL	Funchal	12/07/2019

TAC Nacional Inf B: 1:37.81; Inf A: 1:31.87; Juv B: 1:21.61; Juv A: 1:20.47; Jun16: 1:18.00; Jun17: 1:17.61; Sen18: 1:15.79; 19 +: 1:15.41

		Ano		
Série 1 de 3, 17:20				
3	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	2:13.22
4	ROMAO, Laura Beatriz	09	Naval do Funchal	1:54.50
5	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	2:02.39
Série 2 de 3, 17:22				
0	JESUS, Veronica Martins	06	CD São Roque	1:49.86
1	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	1:41.99
2	RINCU, Alexandra	07	Naval do Funchal	1:40.57
3	TEMTEM, Madalena Barbosa	09	Desportivo Nacional	1:36.74
4	FREITAS, Francisca Leonor	09	Naval do Funchal	1:35.21
5	MARQUES, Beatriz Paixao	08	Naval do Funchal	1:36.15
6	BRITO, Madalena Pinto	10	Naval do Funchal	1:39.89
7	SOUSA, Susana Conceicao	10	Desportivo Nacional	1:40.88
8	ROSA, Clara Sofia	10	Desportivo Nacional	1:45.36
9	MEDEIROS, Constanca Sousa	10	Naval do Funchal	1:51.74
Série 3 de 3, 17:24				
0	BAPTISTA, Ines Sande	08	Desportivo Nacional	1:28.54
1	FRANCA, Ines Matos	07	Juventude AC	1:27.81
2	MATEUS, Clarisse Vieira	07	Desportivo Nacional	1:23.57
3	DEUS, Ines Portugal	06	Naval do Funchal	1:18.73
4	RODRIGUES, Laura Sofia	07	Juventude AC	1:17.72
5	GONCALVES, Valentina Jose	07	Desportivo Nacional	1:17.73
6	PEREIRA, Julia Freitas	08	Naval do Funchal	1:20.80
7	ALVES, Catarina Andrade	78	Desportivo Nacional	1:23.83
8	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	1:28.14
9	SOARES, Leonor Silva	08	Desportivo Nacional	1:30.14



Prova 34 — Masc., 200m Bruços — Absoluto
09/07/2022 - 17:26 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:17.57	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Felgueiras	22/12/2018
Recordes Regionais Sen	2:19.23	FIGUEIRA, Andre Temtem	CNF	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun18	2:17.57	SILVA, Tomas Antonio	CNF	Felgueiras	22/12/2018
Recordes Regionais Jun17	2:21.49	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	17/07/2021
Recordes Regionais Juv A	2:23.49	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	08/08/2020
Recordes Regionais Juv B	2:23.33	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	13/07/2019
Recordes Regionais Inf A	2:29.20	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	01/08/2018
Recordes Regionais Inf B	2:37.57	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	13/07/2003

TAC Nacional Inf B: 3:11.96; Inf A: 3:03.00; Juv B: 2:42.26; Juv A: 2:38.44; Jun17: 2:30.02; Jun18: 2:29.27; Sen19: 2:25.15; 20 +: 2:24.42

Série 1 de 2, 17:26

		Ano		
1	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	3:46.23
2	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	3:38.18
3	SOUSA, Eduardo Afonseca	09	Desportivo Nacional	3:30.14
4	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	3:15.00
5	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	3:21.48
6	FERNANDEZ, Henrique Justino	08	Juventude AC	3:32.50
7	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	3:43.60
8	CRESPO, Joao Jesus	09	Desportivo Nacional	3:46.94

Série 2 de 2, 17:30

0	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	3:07.70
1	NUNES, Henrique Dias	07	Desportivo Nacional	3:04.72
2	JARDIM, Rodrigo Vieira	08	Naval do Funchal	3:02.10
3	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	2:32.58
4	SANTOS, Diego Felipe	87	Desportivo Nacional	2:22.68
5	FERNANDES, Martim Pestana	04	Naval do Funchal	2:24.77
6	ALVES, Pedro Miguel	06	Desportivo Nacional	2:51.46
7	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	3:04.53
8	SOUSA, Simao Henrique	07	Desportivo Nacional	3:06.96
9	GOMES, Joao Abreu	09	Naval do Funchal	3:08.91

17:34 Intervalo de 5 minutos / 5' Break



Prova 35 — Femin., 1500m Livres — Absoluto

09/07/2022 - 17:39 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	17:37.10	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	22/07/1995
Recordes Regionais Sen	17:55.74	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	13/06/1997
Recordes Regionais Jun17	18:32.01	HENRIQUES, Luisa Costa	CNF	Funchal	29/05/2010
Recordes Regionais Jun16	17:37.10	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	22/07/1995
Recordes Regionais Juv A	18:48.70	COSTA, Maria Jardim	CDN	Funchal	13/05/2021
Recordes Regionais Juv B	18:18.70	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	05/03/1993
Recordes Regionais Inf A	19:08.84	CORREIA, Marta Corte	CNF	Funchal	13/06/1997
Recordes Regionais Inf B	19:43.31	CORREIA, Lisandra Aguiar	CSM	Funchal	01/06/2003

TAC Nacional Juv B: 19:35.00; Juv A: 19:15.00; Jun16: 18:25.15; Jun17: 18:25.15; Sen18: 17:53.31; 19 +: 17:53.31

Ano

Série 1 de 1, 17:39

3	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC		22:30.00
4	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional		20:15.00
5	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC		22:30.00

Prova 36 — Masc., 800m Livres — Absoluto

09/07/2022 - 18:02 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	7:59.51	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Leiria	06/12/2009
Recordes Regionais Sen	7:59.51	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	Leiria	06/12/2009
Recordes Regionais Jun18	8:16.27	GOUVEIA, Pedro Galvao	CDN	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Jun17	8:26.03	GOUVEIA, Pedro Galvao	CDN	Funchal	05/03/2016
Recordes Regionais Juv A	8:47.54	ALMEIDA, Carlos Alexandre	CDN	Funchal	11/12/2004
Recordes Regionais Juv B	8:46.95	ALMEIDA, Carlos Alexandre	CDN	Penafiel	21/03/2004
Recordes Regionais Inf A	8:59.16	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	22/05/2004
Recordes Regionais Inf B	9:18.20	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	31/05/2003

TAC Nacional Juv B: 9:41.98; Juv A: 9:15.87; Jun17: 8:43.37; Jun18: 8:35.18; Sen19: 8:26.90; 20 +: 8:26.90

Ano

Série 1 de 1, 18:02

2	JARDIM, Joao Tomas	09	Desportivo Nacional		12:35.54
3	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional		11:47.17
4	CASTRO, Martim Pereira	02	Escola O Liceu		9:12.44
5	PAULOS, Joao Afonso	06	Naval do Funchal		10:11.47
6	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional		12:18.68
7	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC		12:46.12



4 - Domingo de Manhã, 10 de Julho de 2022 — 10/07/2022 - 9:15

Prova 47 — Masc., 50m Mariposa — Absoluto
10/07/2022 - 9:15 — Tentativa de Recorde Nacional: JUV-A - 50M - 26.10 — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	24.60	FERNANDES, Joao Vitor	CEOL	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Sen	24.60	FERNANDES, Joao Vitor	CEOL	Funchal	11/07/2021
Recordes Regionais Jun18	25.13	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Funchal	09/12/2016
Recordes Regionais Jun17	25.56	SEQUEIRA, Afonso Meneses	CNF	Porto	13/12/2015
Recordes Regionais Juv A	26.20	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	09/07/2016
Recordes Regionais Juv B	27.07	VARGAS, Henrique Luis	CNF	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf A	28.39	BARRY, Rafael Francisco	CNF	Funchal	01/08/2018
Recordes Regionais Inf B	29.59	SOUSA, Pedro Afonso	CDN	Funchal	09/07/2016

TAC Nacional Juv B: 27.53; Juv A: 27.13; Jun17: 26.73; Jun18: 26.59; Sen19: 25.96; 20 +: 28.83

Ano

Série 1 de 1, 9:15

4	PITA, Pedro Miguel	06	Naval do Funchal	26.80
5	RODRIGUES, Joao Luis	05	Naval do Funchal	25.86

Prova 37 — Masc., 400m Livres — Absoluto
10/07/2022 - 9:16 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	3:50.96	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Sen	3:50.96	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Jun18	3:57.10	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Porto	09/12/2017
Recordes Regionais Jun17	3:57.38	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Funchal	26/07/2017
Recordes Regionais Juv A	4:05.44	CASTRO, Joao Cruz	CDSR	Penteada	09/07/2016
Recordes Regionais Juv B	4:11.24	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	25/06/2005
Recordes Regionais Inf A	4:17.08	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	10/07/2004
Recordes Regionais Inf B	4:27.04	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	12/07/2003

TAC Nacional Inf B: 5:31.38; Inf A: 5:13.39; Juv B: 4:27.96; Juv A: 4:21.64; Jun17: 4:10.51; Jun18: 4:09.26; Sen19: 4:03.91; 20 +: 4:02.70

Ano

Série 1 de 2, 9:16

0	CRESPO, Joao Jesus	09	Desportivo Nacional	6:04.09
1	ANTUNES, Frederico Luis	08	Juventude AC	5:59.26
2	JARDIM, Joao Tomas	09	Desportivo Nacional	5:54.07
3	SOUSA, Eduardo Afonseca	09	Desportivo Nacional	5:53.16
4	BARRADAS, Rafael Alves	08	Escola O Liceu	5:34.76
5	BARBOSA, Joao Camacho	07	Desportivo Nacional	5:39.09
6	PESTANA, Andre Pinto	09	Naval do Funchal	5:53.59
7	ROCHA, Joao Henrique	09	AD Galomar	5:54.10
8	ABREU, Afonso Henrique	09	Naval do Funchal	6:00.66
9	VIEIRA, Luis Henrique	07	Desportivo Nacional	6:27.81



Prova 37, Masc., 400m Livres

Série 2 de 2, 9:23

0	FERNANDES, Afonso Berimbau	07	Juventude AC	5:22.68
1	ALVES, Diogo Basilio	07	Juventude AC	5:02.03
2	GARANITO, Simao Silva	06	Naval do Funchal	4:52.95
3	CASTRO, Martim Pereira	02	Escola O Liceu	4:28.72
4	OLIVEIRA, Diogo Alexandre	05	Naval do Funchal	4:05.48
5	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	4:14.37
6	ALMEIDA, Joao Francisco	07	Naval do Funchal	4:29.88
7	PENSO, Miguel Reigada	07	Escola O Liceu	4:56.06
8	NOBREGA, Matias Sargo	08	Naval do Funchal	5:12.22
9	CARVALHO, Joaquim Eduardo	07	Naval do Funchal	5:28.16

Prova 38 — Femin., 800m Livres — Absoluto
10/07/2022 - 9:28 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	9:12.66	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Alges	17/03/1995
Recordes Regionais Sen	9:21.09	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Estoril	07/03/1997
Recordes Regionais Jun17	9:13.81	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	13/07/1996
Recordes Regionais Jun16	9:12.66	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Alges	17/03/1995
Recordes Regionais Juv A	9:14.78	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Braga	04/03/1994
Recordes Regionais Juv B	9:15.96	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Alges	16/02/1993
Recordes Regionais Inf A	9:40.30	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	15/02/1992
Recordes Regionais Inf B	10:13.00	ANDRADE, Rubina Amaro	CDN	Funchal	29/06/1991

TAC Nacional Juv B: 10:17.45; Juv A: 9:53.10; Jun16: 9:40.74; Jun17: 9:37.85; Sen18: 9:16.45; 19 +: 9:16.45

Ano

Prova 39 — Masc., 50m Bruços — Absoluto
10/07/2022 - 9:28 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	28.85	MARQUES, Miguel Freitas	CEOL	Funchal	26/03/2018
Recordes Regionais Sen	28.85	MARQUES, Miguel Freitas	CEOL	Funchal	26/03/2018
Recordes Regionais Jun18	29.26	FIGUEIRA, Andre Temtem	CNF	Funchal	12/07/2009
Recordes Regionais Jun17	29.89	FERNANDES, Martim Pestana	CNF	Funchal	17/07/2021
Recordes Regionais Juv A	31.04	SILVA, Tony Stefano	CDN	Funchal	17/07/2021
Recordes Regionais Juv B	31.51	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	18/05/2019
Recordes Regionais Inf A	32.93	ALVES, Paulo Rodrigues	CDN	Funchal	31/07/2018
Recordes Regionais Inf B	34.34	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	19/07/2003

TAC Nacional Juv B: 33.54; Juv A: 33.05; Jun17: 32.56; Jun18: 31.22; Sen19: 30.37; 20 +: 30.22

Ano

Série 1 de 3, 9:28

2	ALVES, Mateus Basilio	09	Juventude AC	1:08.55
3	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional	53.56
4	CASTRO, Marco Antonio	08	Naval do Funchal	47.56
5	BARATA, Joao Tomas	08	Juventude AC	50.05
6	FERNANDES, Daniel Nunes	09	AD Galomar	54.06



Prova 39, Masc., 50m Bruços

Série 2 de 3, 9:30

0	GONCALVES, Joao Guilherme	09	Naval do Funchal	43.64
1	SILVA, Manuel Miguel	07	Escola O Liceu	42.63
2	JARDIM, Rodrigo Vieira	08	Naval do Funchal	41.40
3	MIRANDA, Francisco Guilherme	08	Naval do Funchal	40.66
4	NUNES, Henrique Dias	07	Desportivo Nacional	39.48
5	GOMES, Joao Abreu	09	Naval do Funchal	39.83
6	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	41.22
7	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC	41.41
8	JESUS, Vasco Franca	08	Naval do Funchal	42.96
9	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	45.89

Série 3 de 3, 9:31

0	SOUSA, Simao Henrique	07	Desportivo Nacional	36.54
1	MACHADO, Tiago Magalhaes	04	Desportivo Nacional	35.96
2	SILVA, Tony Stefano	05	Desportivo Nacional	31.04
3	FERNANDES, Joao Vitor	00	Escola O Liceu	30.35
4	FERNANDES, Martim Pestana	04	Naval do Funchal	29.89
5	ALVES, Paulo Rodrigues	04	Desportivo Nacional	30.29
6	SANTOS, Diego Felipe	87	Desportivo Nacional	30.37
7	AGUILAR, Luis Santos	04	Desportivo Nacional	33.06
8	ARAUJO, Joao Caldeira	07	Naval do Funchal	36.28
9	ANDRADE, Salvador Freitas	09	Naval do Funchal	37.65

Prova 40 — Femin., 50m Bruços — Absoluto
10/07/2022 - 9:32 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	33.10	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Guarda	12/12/2010
Recordes Regionais Sen	33.10	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Guarda	12/12/2010
Recordes Regionais Jun17	34.07	ABREU, Laura Catarina	CDWT	Funchal	11/12/2016
Recordes Regionais Jun16	33.71	ABREU, Laura Catarina	CDN	Porto	13/12/2015
Recordes Regionais Juv A	34.46	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	09/07/2015
Recordes Regionais Juv B	34.57	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	15/03/2014
Recordes Regionais Inf A	35.44	ABREU, Laura Catarina	CDN	Funchal	05/04/2013
Recordes Regionais Inf B	37.72	RODRIGUES, Laura Sofia	JACL	Funchal	12/07/2019

TAC Nacional Juv B: 37.29; Juv A: 36.74; Jun16: 36.45; Jun17: 36.27; Sen18: 35.23; 19 +: 35.06

Ano

Série 1 de 3, 9:32

3	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	1:14.78
4	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	48.96
5	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	52.86

Série 2 de 3, 9:33

0	JESUS, Veronica Martins	06	CD São Roque	48.94
1	SOUSA, Susana Conceicao	10	Desportivo Nacional	48.01
2	BRITO, Madalena Pinto	10	Naval do Funchal	46.44
3	MARQUES, Beatriz Paixao	08	Naval do Funchal	44.31
4	SOARES, Leonor Silva	08	Desportivo Nacional	42.82
5	FREITAS, Francisca Leonor	09	Naval do Funchal	44.15
6	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	45.85
7	ANDRADE, Maria Beatriz	05	Desportivo Nacional	47.15
8	SOUSA, Ivana Valentina	06	Desportivo Nacional	48.50



Prova 40, Femin., 50m Bruços

Série 3 de 3, 9:35

0	PEREIRA, Maria Clara	08	Juventude AC	41.32
1	FRANCA, Ines Matos	07	Juventude AC	39.97
2	SA, Vanessa Fernandes	09	Naval do Funchal	38.09
3	DEUS, Ines Portugal	06	Naval do Funchal	36.51
4	GONCALVES, Valentina Jose	07	Desportivo Nacional	35.20
5	PEREIRA, Julia Freitas	08	Naval do Funchal	36.41
6	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	36.71
7	MATEUS, Clarisse Vieira	07	Desportivo Nacional	38.97
8	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	40.12
9	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	42.64

Prova 41 — Masc., 200m Mariposa — Absoluto
10/07/2022 - 9:36 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:00.44	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Sen	2:00.44	FRANCO, Paulo Fragueiro	CDN	S. Antonio Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Regionais Jun18	2:01.97	GOUVEIA, Pedro Galvao	CDN	Funchal	11/12/2016
Recordes Regionais Jun17	2:03.86	GOUVEIA, Pedro Galvao	CDN	Funchal	17/06/2016
Recordes Regionais Juv A	2:04.72	GOUVEIA, Luis Galvao	CDN	Funchal	10/07/2021
Recordes Regionais Juv B	2:09.52	GOUVEIA, Luis Galvao	CDN	Funchal	08/08/2020
Recordes Regionais Inf A	2:12.42	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	11/07/2004
Recordes Regionais Inf B	2:21.67	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	28/06/2003

TAC Nacional Inf B: 2:52.61; Inf A: 2:42.65; Juv B: 2:26.20; Juv A: 2:20.53; Jun17: 2:12.71; Jun18: 2:12.05; Sen19: 2:09.11; 20 +: 2:08.47

Ano

Série 1 de 1, 9:36

0	GONCALVES, Pedro Martim	09	Juventude AC	3:05.00
1	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	2:38.37
2	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	2:25.95
3	ABREU, Joao Francisco	06	Naval do Funchal	2:17.35
4	GOUVEIA, Luis Galvao	05	Desportivo Nacional	2:04.70
5	DIAS, Andre Vicente	05	Desportivo Nacional	2:15.82
6	SILVA, Joao Luis	06	Escola O Liceu	2:22.80
7	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	2:34.39
8	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	3:00.00
9	SILVA, Joao Bernardo	09	Desportivo Nacional	3:12.33



Prova 42 — Femin., 100m Mariposa — Absoluto
10/07/2022 - 9:39 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:03.45	OLIM, Carlota Freitas	CNF	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Sen	1:03.70	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Porto	09/12/2017
Recordes Regionais Jun17	1:03.45	OLIM, Carlota Freitas	CNF	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun16	1:04.75	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Porto	12/12/2015
Recordes Regionais Juv A	1:05.15	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	11/07/2015
Recordes Regionais Juv B	1:07.65	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Tomar	15/12/2013
Recordes Regionais Inf A	1:09.65	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf B	1:11.10	LOPES, Joana Cristina	CNF	Funchal	18/07/1992

TAC Nacional Inf B: 1:25.71; Inf A: 1:19.62; Juv B: 1:12.23; Juv A: 1:09.49; Jun16: 1:08.22; Jun17: 1:07.01; Sen18: 1:05.61; 19 +: 1:05.28

Série 1 de 1, 9:39

		Ano		
0	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	1:33.12
1	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	1:19.79
2	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	1:18.36
3	ANDRADE, Matilde Sousa	08	Naval do Funchal	1:11.66
4	NETO, Leonor Rodrigues	07	Naval do Funchal	1:09.87
5	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	1:10.40
6	ALVES, Juliana Rodrigues	08	Desportivo Nacional	1:12.03
7	SOUSA, Ivana Valentina	06	Desportivo Nacional	1:19.50
8	RIBEIRO, Guida Drumond	10	Naval do Funchal	1:20.34
9	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	1:34.13

9:41 Intervalo de 10 minutos / 10' Break

Prova 43 — Masc., 200m Costas — Absoluto
10/07/2022 - 9:51 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	2:02.37	MELIM, Oscar Ramos	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Sen	2:02.37	MELIM, Oscar Ramos	CDN	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Jun18	2:06.22	MELIM, Oscar Ramos	CDN	Funchal	10/07/2004
Recordes Regionais Jun17	2:03.83	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	25/07/2020
Recordes Regionais Juv A	2:06.54	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Tomar	15/12/2018
Recordes Regionais Juv B	2:08.37	FERNANDES, Rui Afonso	CDN	Funchal	01/08/2018
Recordes Regionais Inf A	2:17.56	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	25/06/2004
Recordes Regionais Inf B	2:23.91	FREITAS, Tomas Miguel	CDN	Funchal	28/06/2003

TAC Nacional Inf B: 2:53.73; Inf A: 2:43.30; Juv B: 2:21.79; Juv A: 2:17.66; Jun17: 2:12.67; Jun18: 2:12.01; Sen19: 2:08.98; 20 +: 2:08.34

Série 1 de 3, 9:51

		Ano		
3	FERNANDEZ, Henrique Justino	08	Juventude AC	3:32.37
4	MARTINS, Antonio Freitas	09	Desportivo Nacional	3:24.14
5	BERENGUER, Santiago Moura	07	Juventude AC	3:25.10
6	MARTINHO, Joao Miguel	09	Desportivo Nacional	3:40.00



Prova 43, Masc., 200m Costas

Série 2 de 3, 9:56

0	ALVES, Mateus Basilio	09	Juventude AC	3:15.14
1	ANTUNES, Frederico Luis	08	Juventude AC	3:14.64
2	ROCHA, Joao Henrique	09	AD Galomar	2:59.90
3	RODRIGUES, Guilherme Gomes	08	CD São Roque	2:59.14
4	FARIA, Afonso Cunha	09	CD São Roque	2:57.84
5	PESTANA, Pedro Correia	09	AD Galomar	2:58.46
6	NUNES, Duarte Costa	07	Juventude AC	2:59.47
7	COSTA, Guilherme Corte	07	Desportivo Nacional	3:06.68
8	ALVES, Francisco Manuel	09	Desportivo Nacional	3:14.90
9	BARATA, Joao Tomas	08	Juventude AC	3:22.51

Série 3 de 3, 10:00

0	VELOZA, Tomas Ramos	09	Desportivo Nacional	2:52.98
1	ALVES, Diogo Basilio	07	Juventude AC	2:47.11
2	ANDRADE, Salvador Freitas	09	Naval do Funchal	2:35.49
3	ALVES, Pedro Miguel	06	Desportivo Nacional	2:25.86
4	PITA, Pedro Miguel	06	Naval do Funchal	2:13.19
5	RODRIGUES, Rodrigo Reis	04	CD São Roque	2:17.88
6	FERNANDES, Afonso Berimbau	07	Juventude AC	2:33.83
7	JESUS, David Martins	07	CD São Roque	2:44.93
8	NUNES, Henrique Dias	07	Desportivo Nacional	2:47.76
9	GOMES, Guilherme Silva	08	AD Galomar	2:53.14

Prova 44 — Femin., 100m Costas — Absoluto
10/07/2022 - 10:03 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	1:05.05	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	12/07/2009
Recordes Regionais Sen	1:05.05	QUINTAL, Fabiana Maria	CDN	Funchal	12/07/2009
Recordes Regionais Jun17	1:06.59	ROSA, Beatriz Jong	CDWT	Funchal	11/12/2016
Recordes Regionais Jun16	1:05.65	ROSA, Beatriz Jong	CDN	Funchal	05/03/2016
Recordes Regionais Juv A	1:07.56	COSTA, Maria Jardim	CDN	Funchal	10/07/2021
Recordes Regionais Juv B	1:08.35	AGUILAR, Vera Ines	CDN	Funchal	10/04/2014
Recordes Regionais Inf A	1:10.41	COSTA, Maria Jardim	CDN	Funchal	08/06/2019
Recordes Regionais Inf B	1:13.20	LOPES, Joana Cristina	CNF	Funchal	15/02/1992

TAC Nacional Inf B: 1:26.42; Inf A: 1:21.64; Juv B: 1:12.36; Juv A: 1:10.08; Jun16: 1:09.32; Jun17: 1:08.11; Sen18: 1:06.78; 19 +: 1:06.45

Ano

Série 1 de 3, 10:03

0	BLANDY, Mischa Blue	04	Desportivo Nacional	1:45.60
1	ROSA, Clara Sofia	10	Desportivo Nacional	1:41.82
2	ROMAO, Laura Beatriz	09	Naval do Funchal	1:38.28
3	MEDEIROS, Constanca Sousa	10	Naval do Funchal	1:32.23
4	NOBREGA, Sara Francisca	08	CD São Roque	1:28.37
5	MARQUES, Bruna Francisca	08	CD São Roque	1:31.35
6	JESUS, Veronica Martins	06	CD São Roque	1:34.37
7	SILVA, Maria Luis	10	Naval do Funchal	1:39.11
8	GOMES, Alice Silva	10	Naval do Funchal	1:45.45
9	JARDIM, Eva Santos	10	Juventude AC	2:04.36



Prova 44, Femin., 100m Costas

Série 2 de 3, 10:06

0	TEMTEM, Madalena Barbosa	09	Desportivo Nacional	1:26.90
1	MARGARIDO, Paula Aguiar	09	Juventude AC	1:25.00
2	SILVA, Silvana Suamade	06	CD São Roque	1:19.51
3	MATEUS, Clarisse Vieira	07	Desportivo Nacional	1:19.05
4	CANADA, Maria Elvira	06	Desportivo Nacional	1:14.15
5	MATEUS, Eleine Vieira	09	Desportivo Nacional	1:18.11
6	BAPTISTA, Ines Sande	08	Desportivo Nacional	1:19.37
7	PEREIRA, Maria Clara	08	Juventude AC	1:24.32
8	TEIXEIRA, Maria Leonor	10	Naval do Funchal	1:26.30
9	RINCU, Alexandra	07	Naval do Funchal	1:27.44

Série 3 de 3, 10:09

0	GONCALVES, Vera Andrade	09	Juventude AC	1:12.72
1	GOMES, Sofia Vega	08	Naval do Funchal	1:11.77
2	RODRIGUES, Laura Sofia	07	Juventude AC	1:10.44
3	JARDIM, Lara Filipa	06	Naval do Funchal	1:09.37
4	COSTA, Maria Jardim	06	Desportivo Nacional	1:07.56
5	FERREIRA, Maria Leonor	04	Desportivo Nacional	1:07.77
6	DIAS, Julia Alves	06	Desportivo Nacional	1:09.99
7	GONCALVES, Valentina Jose	07	Desportivo Nacional	1:11.49
8	ANDRADE, Matilde Sousa	08	Naval do Funchal	1:12.63
9	CARICHAS, Joana Medeiros	06	Juventude AC	1:13.24

10:10 Intervalo de 5 minutos / 5' Break

Prova 45 — Masc., 4 x 200m Livres — Absoluto
10/07/2022 - 10:15 — Mónica Freitas — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	7:24.53	Clube Desportivo Nacional	CDN	Leiria	05/12/2009
Recordes Regionais Sen	7:24.53	Clube Desportivo Nacional	CDN	Leiria	05/12/2009
Recordes Regionais Jun	7:58.03	Clube Naval do Funchal	CNF	Felgueiras	22/12/2013
Recordes Regionais Juv A	8:03.78	Clube Naval do Funchal	CNF	Tomar	13/12/2012
Recordes Regionais Juv B	8:21.03	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	11/07/2009
Recordes Regionais Inf A	8:35.79	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	14/07/2007
Recordes Regionais Inf B	9:21.64	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	06/05/2006

TAC Estafeta Nacional Juv: 8:28.24; Jun: 8:07.07; Sen: 7:50.60

Série 1 de 1, 10:15

3	Desportivo Nacional 214	Desportivo Nacional	11:41.76
4	Naval do Funchal 27	Naval do Funchal	9:10.95
5	Desportivo Nacional 213	Desportivo Nacional	10:58.13



Prova 46 — Femin., 4 x 200m Livres — Absoluto
10/07/2022 - 10:28 — NOTA: Junto com a Prova 45: Masc., 4 x 200m Livres — Startlist

Recordes Regionais Absoluto	8:53.55	Clube Naval do Funchal	CNF	S. Antonio Cavaleiros	20/12/2009
Recordes Regionais Sen	9:02.46	Clube Naval do Funchal	CNF	Porto	05/12/2010
Recordes Regionais Jun	9:06.88	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	29/07/2016
Recordes Regionais Juv A	9:05.39	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	09/07/2015
Recordes Regionais Juv B	9:17.13	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	12/04/2014
Recordes Regionais Inf A	9:30.46	Clube Desportivo Nacional	CDN	Funchal	24/07/2013
Recordes Regionais Inf B	10:18.86	Clube Naval do Funchal	CNF	Funchal	09/07/2015

TAC Estafeta Nacional Juv: 9:14.63; Jun: 8:58.78; Sen: 8:48.22

Série 1 de 1, 10:28

4	Desportivo Nacional 215	Desportivo Nacional	12:18.75

10:40 Cerimónia Protocolar de Medalhas