



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 1	Femin., 400m Estilos				Juvenis
06/12/2019					Lista inscritos
Recordes Nacionais 25m Absoluto	4:36.19	KAMINSKAYA Victoria	POR	Copenhagen (DEN)	13/12/2017
Recordes Nacionais 25m Juv A	4:51.85	SANTOS Ana Claudia	POR	Setubal	21/11/2004
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:56.53	CUNHA Mariana Pacheco	POR	Porto	05/05/2018

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 5:44.16 - 25m: 5:37.41 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 5:54.08 - 25m: 5:47.14

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	CARAPINHA Ariana Bento	06	148277	Nautico Marinha Grande	5:17.54	25m	24/11/2019
2	FERREIRA Francisca Santos	06	200402	Alges	5:26.22	25m	23/11/2019
3	COELHO Maria Leonor	06	132470	Benfica	5:26.24	25m	23/11/2019
4	LOPES Matilde Nunes	06	201711	Benfica	5:27.78	25m	18/05/2019
5	FROIS Maria Francisca	06	129330	Ba-Leiria	5:29.83	25m	29/03/2019
6	SILVA Ines Gaspar	06	204152	Gesloures	5:39.49	50m	22/11/2019
7	VALENTE Maria Esteves	06	202954	Benfica	5:30.57	25m	08/03/2019
8	SILVA Ana Francisca	06	200045	Alcobaca	5:32.92	25m	29/03/2019
9	DOMINGOS Filipa Ferraz	06	200878	Sporting	5:34.93	25m	23/11/2019
10	NIZA Beatriz Mocego	06	148435	Amadora	5:35.50	25m	22/11/2019
11	BARBEITO Laura Espinola	06	201165	Nucleo Sporting da Terceira	5:36.26	25m	29/03/2019
12	DIAS Julia Alves	06	133479	Desportivo Nacional	5:36.83	25m	16/11/2019
13	SILVA Silvana Suamade	06	131322	Sao Roque	5:38.52	25m	16/11/2019
14	SA Madalena Correa	06	201548	Gesloures	5:39.32	25m	23/11/2019
15	MARTINS Ines Cravo	06	205215	Louletano / Loule Concelho	5:40.65	25m	23/11/2019
16	SEQUEIRA Beatriz Meneses	06	132695	Naval do Funchal	5:40.94	25m	29/03/2019
17	FERRO Maria Leonor	06	132696	Naval do Funchal	5:41.33	25m	18/05/2019
18	DEUS Ines Portugal	06	203091	Naval do Funchal	5:41.48	25m	16/11/2019
19	DURO Leonor Santos	06	202520	Naval Setubalense	5:41.75	25m	19/01/2019
20	COSTA Beatriz Portugal	06	133278	Benfica	5:43.64	25m	18/05/2019
21	BUCHA Marta Filipa	06	132484	Viver Santarem	5:44.10	25m	17/03/2019
22	SOUSA Constanca Grincho	06	132482	Viver Santarem	5:46.59	25m	17/11/2019

Juvenis A

1	DELGADO Soraia Alexandra	05	153438	Sporting	5:03.09	25m	23/11/2019
2	PIRES Marta Joao	05	147235	Alges	5:06.37	25m	23/11/2019
3	ESTEVENS Laura Fabiana	05	129315	Natacao Olhao	5:11.38	25m	
4	SIMOES Ana Beatriz	05	153354	Sporting	5:17.03	25m	23/11/2019
5	LOURO Ariana Espirito	05	128140	Gualdim Pais	5:17.64	25m	20/10/2019
6	NUNES Margarida Domingues	05	201398	Avancado EUL	5:20.68	25m	
7	CARLOTA Catarina Isabel	05	132493	BUZIOS-Coruche	5:22.26	25m	24/11/2019
8	COSTA Mafalda Santos	05	132453	Colegio Monte Maior	5:23.05	25m	14/12/2018
9	RINO Maria Pedro	05	148594	Naval Praia da Vitoria	5:25.16	25m	14/12/2018
10	SILVA Mariana Andreia	05	141810	Sporting	5:25.18	25m	23/11/2019
11	GAMA Joana Fernandes	05	153361	Sporting	5:25.84	25m	23/11/2019
12	FERREIRA Joana Rocha	05	201560	Benfica	5:27.52	25m	13/07/2019
13	FERREIRA Joana Rosa	05	130757	Naval de Peniche	5:28.72	25m	24/11/2019
14	FERNANDES Maria Teresa	05	132557	Alges	5:30.68	25m	23/11/2019
15	CARRAO Iris Pereira	05	201392	Laranjeiro	5:30.95	25m	13/07/2019
16	MARQUES Maria Ines	05	130822	Alcobaca	5:31.41	25m	14/12/2018





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 1, Femin., 400m Estilos

17 FRANCA Nicole Patriarca 05 153435 Sporting 5:33.72 25m 23/11/2019

Prova 2

Masc., 400m Estilos

Juvenis

06/12/2019

Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	4:06.83	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Istambul (TUR)	11/12/2009
Recordes Nacionais 25m Juv A	4:25.04	VITAL Joao Alexandre	POR	Tomar	13/12/2013
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:35.02	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Braga	21/03/2003

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 5:19.36 - 25m: 5:13.10 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 5:25.33 - 25m: 5:18.95

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	OLIVEIRA Miguel Fernandes	05	130926	Nautico Marinha Grande	4:51.00	25m	29/03/2019
2	SARREIRA Tomas Amor	05	132117	Nautico Marinha Grande	4:55.92	25m	24/11/2019
3	GOUVEIA Luis Galvao	05	127884	Desportivo Nacional	4:56.51	25m	17/11/2019
4	ANACLETO Miguel Correia	05	151340	Sporting	4:58.51	25m	24/11/2019
5	PINTO Tiago Rodrigues	05	132514	Sporting	4:59.92	25m	24/11/2019
6	OLIVEIRA Diogo Alexandre	05	130414	Naval do Funchal	5:01.83	25m	17/11/2019
7	FREITAS Filipe Simoes	05	202349	Sporting	5:02.37	25m	24/11/2019
8	CARVALHO Goncalo Duarte	05	132466	Benfica	5:04.88	25m	24/11/2019
9	ALVAREZ Pedro Mahua	05	208096	Sporting	5:05.91	25m	24/11/2019
10	OLIVEIRA Simao Lopes	05	200178	Naval Setubalense	5:06.23	25m	24/11/2019
11	PEREIRA Manuel Angelo	05	151305	Sporting	5:08.19	25m	24/11/2019
12	MOREIRA Lucas Filipe	05	200035	Ba-Leiria	5:08.72	25m	29/03/2019
13	AMADO Pedro Maria	05	148286	Alges	5:08.90	25m	18/05/2019
14	GUTUTUI Francisc	05	200907	Alges	5:12.16	25m	29/03/2019
15	PIRES Jose Pedro	05	153157	Louletano / Loule Concelho	5:12.88	25m	17/11/2019
16	CAPRICHIO Diogo Botelho	05	142035	Sporting	5:24.77	50m	07/07/2019
17	ROSARIO Alexandre Rocha	05	207270	Louletano / Loule Concelho	5:13.88	25m	17/11/2019
18	GABOLEIRO Guilherme Filipe	05	130049	Rio Maior	5:14.92	25m	17/11/2019
19	MIMOSO Rodrigo Ferreira	05	201483	Benfica	5:15.03	25m	24/11/2019
20	MACHADO Diogo Pimentel	05	128790	Bombeiros Ponta Delgada	5:15.46	25m	12/07/2019
21	VASCONCELOS Francisco Lourico	05	201698	Gesloures	5:15.55	25m	24/11/2019
22	TEIXEIRA Tomas Borges	05	148451	Nucleo Sporting da Terceira	5:16.47	25m	12/07/2019
23	COSTA Afonso Lucio	05	202216	Sporting	5:16.78	25m	29/03/2019

Juvenis A

1	SIMOES Bernardo Jorge	04	130250	Colegio Vasco da Gama	4:32.06	25m	24/11/2019
2	ALMEIDA Bernardo Victorino	04	153357	Sporting	4:41.40	25m	24/11/2019
3	ALVES Paulo Rodrigues	04	124154	Desportivo Nacional	4:42.22	25m	19/05/2019
4	SILVA Nuno Marques	04	127406	Ba-Leiria	4:44.55	25m	10/11/2019
5	REBELO Joao Lourenco	04	132558	Alges	4:45.85	25m	24/11/2019
6	COSTA Joao Peres	04	130322	Naval Praia da Vitoria	4:46.72	25m	15/03/2019
7	CARVALHO Martim Henriques	04	148627	Rio Maior	4:49.25	25m	17/11/2019
8	LOPES Francisco Oliveira	04	120038	Bombeiros Ponta Delgada	4:51.94	25m	12/07/2019
9	CARVALHO Antonio Lombardi	04	129886	Sporting	4:54.01	25m	24/11/2019
10	RODRIGUES Rodrigo Reis	04	124155	Sao Roque	4:54.99	25m	17/11/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 2, Masc., 400m Estilos

11	NASCIMENTO Angelo Miranda	04	153160	Natacao Olhao	4:56.56	25m	
12	LOPES Tiago Fanha	04	129520	Natacao do Montijo	4:58.17	25m	13/07/2019
13	VIEIRA Francisco Ribeiro	04	130443	Fisica Torres Vedras	4:58.38	25m	24/11/2019
14	TSYKAL Daniel	04	128727	Alcobaca	4:59.15	25m	22/06/2019
15	SANTOS Joao Afonso	04	153371	Sporting	5:01.09	25m	14/12/2018
16	SANTOS Vasco Malia	04	153124	Natacao de Lagos	5:01.25	25m	17/11/2019
17	CORREIA Francisco Alves	04	131389	Litoral Alentejano	5:01.37	25m	15/03/2019
18	GONCALVES Duarte Cadima	04	153295	Natacao do Montijo	5:01.40	25m	24/11/2019
19	VIEIRA Tomas Sa	04	131504	Alges	5:03.32	25m	02/11/2019
20	FRANCISCO Ruben Filipe	04	131728	Portinado	5:03.43	25m	17/11/2019
21	JORGE Afonso Goncalves	04	201702	Gesloures	5:04.05	25m	13/07/2019
22	RODEIA Jose Miguel	04	128116	Louletano / Loule Concelho	5:04.84	25m	17/11/2019
23	TROMBINHAS Tiago Miguel	04	201495	Colegio Monte Maior	5:05.08	25m	14/12/2018
24	FOCK Yann Chetelat	04	129699	Avancado EUL	5:05.28	25m	23/11/2019
25	MATOS Gil Amaral	04	127630	Terceira Clube	5:05.96	25m	12/07/2019
26	TRISTAO Miguel Salomao	04	129885	Portinado	5:06.54	25m	17/11/2019
27	OLIVEIRA Vasco Peixoto	04	132490	Alcobaca	5:09.58	25m	14/12/2018
28	MIRA Tomas Martins	04	132215	Naval Setubalense	5:13.03	25m	24/11/2019
WDR	SIMOES Miguel Costa	04	132350	Cova da Piedade	4:55.43	25m	

Prova 3
06/12/2019

Femin., 100m Costas

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	59.61	AZEVEDO Rafaela Gomes	POR	Algés	29/06/2019
Recordes Nacionais 25m Juv A	1:01.43	FERNANDES Ines Camacho	POR	Mealhada	17/12/2011
Recordes Nacionais 25m Juv B	1:02.96	FERNANDES Ines Camacho	POR	Alapraia	12/02/2011

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 1:15.28 - 25m: 1:13.80 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 1:17.45 - 25m: 1:15.93

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	MAGALHAES Luana Cardoso	06	201688	Bombeiros Estoris	1:10.11	25m	26/10/2019
2	NEVES Diana Patricia	06	130031	Naval da Horta	1:10.15	25m	29/06/2019
3	COSTA Maria Jardim	06	205248	Desportivo Nacional	1:10.82	25m	23/11/2019
4	DINIS Filipa Paiva	06	200033	Ba-Leiria	1:11.01	25m	09/11/2019
5	ROMAO Ana Teresa	06	200128	Louletano / Loule Concelho	1:11.01	25m	26/01/2019
6	CATALAO Leonor Tavares	06	202215	Sporting	1:11.13	25m	08/03/2019
7	Brites Marta Lopes	06	132069	Naval de Ponta Delgada	1:11.29	25m	26/10/2019
8	CAMACHO Carolina Martins	06	202646	Uniao Piedense	1:12.20	25m	01/11/2019
9	PARRA Joana Santos	06	132301	Natacao Olhao	1:12.64	25m	
10	ASCENSO Maria Joao	06	200444	Nautico Marinha Grande	1:12.99	25m	24/11/2019
11	LOURA Raquel Maria	06	201341	Natacao de Faro	1:13.35	25m	09/11/2019
12	CARVALHO Mariana Coelho	06	200172	Naval Setubalense	1:13.78	25m	24/02/2019
13	TEIXEIRA Ines Correia	06	133334	Amadora	1:13.86	25m	20/06/2019
14	JARDIM Lara Filipa	06	200830	Naval do Funchal	1:13.87	25m	13/07/2019
15	SIMOES Filipa Mendes	06	129841	Ba-Leiria	1:14.24	25m	10/03/2019
16	BRIZIDA Filipa Roma	06	202469	Ba-Leiria	1:14.28	25m	29/03/2019
17	ALVES Maria Madalena	06	132854	Ba-Leiria	1:14.33	25m	17/02/2019
18	MONTEIRO Maria Pinto	06	201397	Uniao Piedense	1:14.84	25m	17/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 3, Femin., 100m Costas

19	GAMA Beatriz Fernandes	06	151459	Sporting	1:15.07	25m	09/03/2019
20	SANTOS Jessica Mendes	06	132112	Nautico Marinha Grande	1:15.29	25m	29/03/2019
21	SILVA Ines Gaspar	06	204152	Gesloures	1:15.35	25m	22/11/2019
22	TOME Rita Bernardo	06	132142	Nautico Salvaterra Magos	1:15.37	25m	23/11/2019
23	MARQUES Margarida Barbara	06	200396	Alges	1:15.40	25m	22/11/2019
24	LOURENCO Mafalda Silva	06	205870	CCDSerta	1:15.54	25m	23/11/2019
25	COSTA Maria Beatriz	06	204155	Sporting	1:15.59	25m	03/11/2019
26	BOROZAN Cristina	06	200126	Louletano / Loule Concelho	1:15.69	25m	29/03/2019
27	DIAS Salome Silva	06	200267	CCDSerta	1:15.93	25m	
28	FREITAS Margarida Ramos	06	131345	Desportivo Nacional	1:15.93	25m	
29	SANTOS Marta Silva	06	200182	Naval Setubalense	1:15.93	25m	
30	BOLOTINHA Violeta Faria	06	205345	Louletano / Loule Concelho	1:15.93	25m	

Juvenis A

1	LAGOA Carlota Macedo	05	132179	Ba-Leiria	1:06.81	25m	22/06/2019
2	SALGADO Soraia Maria	05	132513	Fisica Torres Vedras	1:07.49	25m	14/12/2018
3	NOBRE Beatriz Gaspar	05	153134	Gualdim Pais	1:08.70	25m	19/05/2019
4	REIS Erica Cristina	05	200201	Sporting	1:09.50	25m	18/05/2019
5	MACHADO Beatriz Alexandra	05	137849	Beja	1:09.96	25m	01/12/2018
6	GONCALVES Rita Abibe	05	144730	Gesloures	1:10.04	25m	29/06/2019
7	CAETANO Ines Martins	05	200262	CCDSerta	1:14.31	50m	05/07/2019
8	SEBASTIAO Sofia Antunes	05	147121	Amadora	1:11.23	25m	02/02/2019
9	VENTURA Barbara Cunha	05	132458	Benfica	1:11.78	25m	22/11/2019
10	RICARDO Maria Correia	05	129496	Naval Setubalense	1:12.07	25m	22/11/2019
11	MONTEIRO Simone Filipe	05	203878	Gesloures	1:12.43	25m	14/07/2019
12	GOMES Rita Ferreira	05	132565	Alges	1:12.60	25m	22/11/2019
13	BENTO Maria Madalena	05	127217	BUZIOS-Coruche	1:12.65	25m	19/05/2019
14	MARTINS Rafaela Diogo	05	132214	Naval Setubalense	1:12.78	25m	20/06/2019
15	JARDIM Teresa Vieira	05	201596	Naval do Funchal	1:12.96	25m	13/07/2019
16	ROSA Sara Henriques	05	129112	Nucleo Sporting da Terceira	1:13.09	25m	14/12/2018
17	DIAS Iara Filipa	05	130387	Naval de Peniche	1:13.31	25m	18/05/2019

Prova 4
06/12/2019

Masc., 100m Costas

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	51.48	LOPES Gabriel Jose	POR	Hangzhou (CHN)	11/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	56.45	SOUSA Diogo Gomes	POR	Porto	04/12/2010
Recordes Nacionais 25m Juv B	57.36	SILVA Gustavo Carvalho	POR	Praia da Vitória	20/07/2019

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 1:08.57 - 25m: 1:07.23 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 1:09.85 - 25m: 1:08.48

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	CABRAL Jose Pinto	05	130623	Viver Santarem	1:03.41	25m	23/11/2019
2	ROSA Simao Dinis	05	132611	Torres Novas	1:04.82	25m	29/03/2019
3	CEPELEAGA Marin	05	200223	Portinado	1:05.40	25m	03/11/2019
4	DIAS Andre Vicente	05	132697	Desportivo Nacional	1:05.47	25m	23/11/2019
5	MARQUES Andre Henriques	05	129665	Benfica	1:05.84	25m	08/03/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 4, Masc., 100m Costas

6	RODRIGUES Joao Luis	05	130527	Naval do Funchal	1:05.96	25m	29/03/2019
7	RICARDO Joao Daniel	05	137852	Beja	1:06.09	25m	26/01/2019
8	VASCONCELOS Francisco Lourico	05	201698	Gesloures	1:06.60	25m	03/11/2019
9	LEITAO Andre Freitas	05	130739	Naval do Funchal	1:06.68	25m	23/11/2019
10	SA Jose Manuel	05	203114	Sporting	1:07.03	25m	03/11/2019
11	BILRO Simao Valadas	05	147049	Aminata	1:07.18	25m	29/03/2019
12	SOUSA Afonso Coelho	05	127647	Nucleo Sporting da Terceira	1:07.56	25m	23/02/2019
13	CORTES Martim Silva	05	200486	AONDA-Azeitao	1:07.78	25m	01/11/2019
14	FERRAO Gabriel Carvalho	05	132345	Cova da Piedade	1:07.85	25m	
15	ALMEIDA Miguel Cordeiro	05	200392	Alges	1:07.97	25m	29/06/2019
16	DURO Tomas Ferreira	05	132663	Colegio Monte Maior	1:08.09	25m	24/02/2019
17	PINHEIRO Joao Seixedo	05	205374	Naval Setubalense	1:08.15	25m	24/02/2019
18	CORDEIRO Tomas Almeida	05	125238	Alges	1:08.19	25m	22/11/2019
19	SANTOS Ricardo Matias	05	209305	Atletismo Ferreira do Zezere	1:08.48	25m	
20	BONANCA Artur Osorio	05	153544	Natacao de Faro	1:08.48	25m	
21	BARBOSA Diogo Sousa	05	133332	Benfica	1:08.48	25m	
WDR	FRIBERGH Joel Michael	05	203916	Bombeiros Estoris	1:06.06	25m	20/06/2019

Juvenis A

1	SILVA Gustavo Carvalho	04	128796	Naval Praia da Vitoria	57.36	25m	20/07/2019
2	GOMES Guilherme Sousa	04	153562	Aquatico Silves	1:00.47	25m	17/03/2019
3	REIS Rodrigo Miguel	04	129842	Ba-Leiria	1:00.75	25m	09/11/2019
4	BARAONA Andre Azevedo	04	123965	Natacao do Montijo	1:01.19	25m	18/05/2019
5	FARIA Ricardo Morais	04	127370	Ba-Leiria	1:01.64	25m	09/11/2019
6	SANTOS Guilherme Machado	04	200202	Uniao Piedense	1:05.49	50m	03/08/2019
7	FRASQUILHO Afonso Figueiredo	04	153353	Sporting	1:02.22	25m	29/06/2019
8	CLARA Vitor Belo	04	127243	Ba-Leiria	1:02.77	25m	09/11/2019
9	SIMOES Miguel Costa	04	132350	Cova da Piedade	1:02.85	25m	
10	BARRY Rafael Francisco	04	128316	Naval do Funchal	1:02.94	25m	14/12/2018
11	MAIA Felipe Menegassi	04	207683	Alges	1:03.99	25m	22/11/2019
12	PALMA Francisco Caetano	04	147220	Zona Azul	1:04.41	25m	18/05/2019
13	SILVA Daniel Alexandre	04	204626	Natacao Olhao	1:04.42	25m	
14	CHOCAS Afonso Alves	04	126756	Electrico Clube	1:04.48	25m	02/02/2019
15	NOGUEIRA Tiago Morgado	04	202389	Colegio Monte Maior	1:05.05	25m	29/06/2019
16	PINTO Afonso Cipriano	04	153352	Sporting	1:05.20	25m	14/07/2019
17	CASTANHEIRA Guilherme Silva	04	131232	Ba-Leiria	1:05.54	25m	24/11/2019
18	FRANCISCO Ruben Filipe	04	131728	Portinado	1:05.67	25m	20/10/2019
19	CARDOSO Lucas Pipiraite	04	126381	Naval da Nazare	1:05.88	25m	04/05/2019
20	SILVA Hugo Tomas	04	200491	AONDA-Azeitao	1:06.08	25m	22/11/2019
21	TRISTAO Miguel Salomao	04	129885	Portinado	1:06.11	25m	03/11/2019
22	LEAL Diogo Silva	04	133042	Juventude Atlantico	1:06.12	25m	13/07/2019
23	SOARES Ricardo Pedrosa	04	200051	Vieirense	1:06.69	25m	24/11/2019
24	UVA Francisco Sousa	04	201477	Alges	1:07.01	25m	22/11/2019
25	CORREIA Francisco Alves	04	131389	Litoral Alentejano	1:07.08	25m	15/03/2019
26	NUNES Afonso Miguel	04	148356	Juventude Atlantico	1:07.08	25m	23/11/2019
27	AUGUSTO Goncalo Gomes	04	127270	AONDA-Azeitao	1:07.11	25m	22/11/2019
28	NUNES Jaeden Michael	04	202508	Belenenses	1:07.21	25m	
29	PEREIRA Jordao Abreu	04	148424	Juventude Atlantico	1:07.23	25m	



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 4, Masc., 100m Costas

30 NETO Tomas Pratas 04 132652 Palmela Desporto 1:07.23 25m

Prova 5

Femin., 4 x 200m Livres

Juvenis

06/12/2019

Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	8:08.99	Sport Alges e Dafundo	POR	Algés	24/11/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos ArPORA	POR	Leiria Tomar	14/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos ArPORA	POR	Leiria Tomar	14/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos ArPORA	POR	Leiria Tomar	14/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv	8:48.75	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos ArPORA	POR	Leiria Tomar	14/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv B	8:52.76	Sport Alges e Dafundo	POR	Algés	04/06/2011

TAC-JUVAFem Juv A 50m: 10:00.36 - 25m: 9:48.59 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 10:11.28 - 25m: 9:59.29

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Licença	Clube	Tp inscrição
Juvenis B			
1	Ba-Leiria-JUV B	Ba-Leiria	9:13.83
2	Nautico Marinha Grande-JUV B	Nautico Marinha Grande	9:28.47
3	Sporting-JUV B	Sporting	9:33.07
4	Benfica-JUV B	Benfica	9:36.10
5	Naval do Funchal-JUV B	Naval do Funchal	9:48.48
6	Naval de Ponta Delgada-JUV B	Naval de Ponta Delgada	9:50.71
7	Louletano / Loule Concelho-JUV B	Louletano / Loule Concelho	9:51.29
8	Naval Setubalense-JUV B	Naval Setubalense	9:52.02
9	Pimpoes/Cimai-JUV B	Pimpoes/Cimai	9:56.37

Juvenis A

1	Sporting-JUV A	Sporting	9:00.37
2	Gesloures-JUV A	Gesloures	9:14.81
3	Alges-JUV A	Alges	9:18.29
WDR	Benfica-JUV A	Benfica	9:41.76

Prova 6

Masc., 4 x 200m Livres

Juvenis

06/12/2019

Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	7:10.67	Sporting Clube de Portugal	POR	Felgueiras	22/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	7:49.50	Associaçao Naval Amorense	POR	Algés	06/07/2012
Recordes Nacionais 25m Juv	7:49.50	Associaçao Naval Amorense	POR	Algés	06/07/2012
Recordes Nacionais 25m Juv B	8:01.08	Assoc Desp Cult Rec Bairro dos ArPORA	POR	Leiria Caldas da Rainha	05/05/2019

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 9:13.06 - 25m: 9:02.21 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 9:33.85 - 25m: 9:22.60

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Licença	Clube	Tp inscrição
Juvenis B			
1	Nautico Marinha Grande-JUV B	Nautico Marinha Grande	8:34.35
2	Cova da Piedade-JUV B	Cova da Piedade	8:35.66
3	Sporting-JUV B	Sporting	8:43.14
4	Alges-JUV B	Alges	8:50.24
5	Benfica-JUV B	Benfica	8:52.57





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 6, Masc., 4 x 200m Livres

6	Naval do Funchal-JUV B	Naval do Funchal	9:08.32
7	Bombeiros Ponta Delgada-JUV B	Bombeiros Ponta Delgada	9:22.48

Juvenis A

1	Ba-Leiria-JUV A	Ba-Leiria	7:58.73
2	Alges-JUV A	Alges	8:23.39
3	Sporting-JUV A	Sporting	8:27.03
4	Naval do Funchal-JUV A	Naval do Funchal	8:33.42
5	Gesloures-JUV A	Gesloures	8:43.30
6	Aquatico Silves-JUV A	Aquatico Silves	8:47.73
7	Natacao Olhao-JUV A	Natacao Olhao	9:00.36

Prova 7

Femin., 800m Livres

Juvenis

07/12/2019

Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	8:23.23	DURAES Diana Margarida	POR	Felgueiras	23/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	8:46.74	SANTOS Ana Claudia	POR	Cantanhede	19/12/2004
Recordes Nacionais 25m Juv B	9:00.27	SILVA Alexandra Maria	POR	Antibbes (FRA)	20/12/1980

TAC-JUVAFem Juv A 50m: 10:21.66 - 25m: 10:09.47 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 10:39.59 - 25m: 10:27.05

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição
1	FLORINDO Helena Neto	06	129426	Electrico Clube	9:47.07 25m 15/03/2019
2	FARIA Leonor Verissimo	06	143779	Nucleo de Pombal	9:50.79 25m 26/10/2019
3	PARRA Joana Santos	06	132301	Natacao Olhao	9:54.34 25m
4	NIZA Beatriz Mocego	06	148435	Amadora	9:57.28 25m 19/05/2019
5	ROMAO Ana Teresa	06	200128	Louletano / Loule Concelho	9:59.58 25m 13/04/2019
6	VALENTE Maria Esteves	06	202954	Benfica	10:01.10 25m 24/11/2019
7	ALVES Maria Madalena	06	132854	Ba-Leiria	10:01.29 25m 09/03/2019
8	FREITAS Beatriz Rodrigues	06	200543	Naval do Funchal	10:02.12 25m 13/07/2019
9	SILVA Silvana Suamade	06	131322	Sao Roque	10:09.47 25m 17/11/2019
10	SILVA Ines Gaspar	06	204152	Gesloures	10:12.21 25m 24/11/2019
11	DOMINGOS Filipa Ferraz	06	200878	Sporting	10:12.63 25m 30/03/2019
12	FREITAS Margarida Ramos	06	131345	Desportivo Nacional	10:14.31 25m 13/07/2019
13	FERNANDES Ines Goncalves	06	132489	Nautico Abrantes	10:17.47 25m 18/05/2019
14	MENDES Erica Candeias	06	147116	Amadora	10:19.97 25m 24/09/2019
15	TRINDADE Constanca Arinto	06	200451	Alcobaca	10:20.74 25m 24/11/2019
16	FERRO Maria Leonor	06	132696	Naval do Funchal	10:21.36 25m 19/05/2019
17	LIMA Catarina Coutinho	06	132460	Benfica	10:23.37 25m 24/11/2019
18	BUCHA Marta Filipa	06	132484	Viver Santarem	10:24.15 25m 15/03/2019
19	CUNHA Sofia Simao	06	201905	Pimpoes/Cimai	10:26.40 25m 30/03/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 7, Femin., 800m Livres

Juvenis A

1	PIRES Marta Joao	05	147235	Alges	9:20.85	25m	24/11/2019
2	ALVES Joana Silva	05	200038	Benedita	9:22.32	25m	24/11/2019
3	SEBASTIAO Sofia Antunes	05	147121	Amadora	9:26.78	25m	13/07/2019
4	CARLOTA Catarina Isabel	05	132493	BUZIOS-Coruche	9:30.98	25m	15/03/2019
5	SIMOES Ana Beatriz	05	153354	Sporting	9:34.06	25m	24/11/2019
6	COSTA Mafalda Santos	05	132453	Colegio Monte Maior	9:37.94	25m	14/07/2019
7	PIRES Laura Joao	05	148663	Natacao do Fundao	9:40.18	25m	
8	SANTOS Mariana Marques	05	150757	Gesloures	9:56.95	50m	04/08/2019
9	GOMES Carolina Fonseca	05	202528	Olivais e Moscavide	9:51.79	25m	13/07/2019
10	FERREIRA Joana Rocha	05	201560	Benfica	9:54.52	25m	24/11/2019
11	CARRAO Iris Pereira	05	201392	Laranjeiro	9:54.92	25m	13/07/2019
12	SILVA Mariana Andreia	05	141810	Sporting	10:00.16	25m	24/11/2019
13	FRANCA Nicole Patriarca	05	153435	Sporting	10:05.81	25m	24/11/2019
14	REIS Juliana Branco	05	200453	Alcobaca	10:07.64	25m	24/11/2019
15	JUNQUEIRA Manuela Paccola	05	204477	Naval de Peniche	10:07.81	25m	04/05/2019

Prova 8

Masc., 400m Livres

Juvenis

07/12/2019

Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	3:42.91	NASCIMENTO Miguel Duarte	POR	Porto	09/12/2017
Recordes Nacionais 25m Juv A	3:59.31	SANTOS Joao Carlos	POR	Algés	08/07/2012
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:02.41	RIBEIRO Diogo Matos	POR	Lousã	23/06/2019

TAC-JUVMasc Juv A 50m: 4:38.91 - 25m: 4:33.44 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 4:44.13 - 25m: 4:38.55

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
1	SARREIRA Tomas Amor	05	132117	Nautico Marinha Grande	4:20.67	25m	23/11/2019
2	SOUSA Afonso Coelho	05	127647	Nucleo Sporting da Terceira	4:23.74	25m	29/06/2019
3	OLIVEIRA Diogo Alexandre	05	130414	Naval do Funchal	4:24.33	25m	23/11/2019
4	NUNES Carlos Daniel	05	132140	Nautico Salvaterra Magos	4:26.89	25m	23/11/2019
5	PINTO Tiago Rodrigues	05	132514	Sporting	4:28.57	25m	20/06/2019
6	ANACLETO Miguel Correia	05	151340	Sporting	4:31.27	25m	30/03/2019
7	CARVALHO Goncalo Duarte	05	132466	Benfica	4:32.15	25m	22/11/2019
8	MOREIRA Lucas Filipe	05	200035	Ba-Leiria	4:32.78	25m	23/11/2019
9	FRANCISCO Tiago Serradas	05	202567	Nautico Marinha Grande	4:33.08	25m	23/11/2019
10	ALVAREZ Pedro Mahua	05	208096	Sporting	4:33.14	25m	22/11/2019
11	COSTA Afonso Lucio	05	202216	Sporting	4:33.94	25m	22/11/2019
12	ASCENSO Afonso Manuel	05	144105	Nautico Marinha Grande	4:33.98	25m	30/03/2019
13	RODRIGUES Joao Luis	05	130527	Naval do Funchal	4:34.50	25m	12/07/2019
14	ANSELMO Raul Sousa	05	130950	Bombeiros Ponta Delgada	4:34.78	25m	29/06/2019
15	MACHADO Diogo Pimentel	05	128790	Bombeiros Ponta Delgada	4:35.73	25m	16/11/2019
16	FREITAS Filipe Simoes	05	202349	Sporting	4:36.36	25m	30/03/2019
17	PIRES Jose Pedro	05	153157	Louletano / Loule Concelho	4:37.66	25m	10/11/2019
18	AMADO Pedro Maria	05	148286	Alges	4:38.50	25m	24/02/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 8, Masc., 400m Livres

Juvenis A

1	ALMEIDA Bernardo Victorino	04	153357	Sporting	4:02.82	25m	14/07/2019
2	SIMOES Bernardo Jorge	04	130250	Colegio Vasco da Gama	4:04.17	25m	14/07/2019
3	CLARA Vitor Belo	04	127243	Ba-Leiria	4:08.25	25m	20/10/2019
4	REIS Rodrigo Miguel	04	129842	Ba-Leiria	4:09.64	25m	20/10/2019
5	SILVA Nuno Marques	04	127406	Ba-Leiria	4:16.01	25m	20/10/2019
6	NASCIMENTO Angelo Miranda	04	153160	Natacao Olhao	4:20.56	25m	
7	PAZ Antonio Manuel	04	119312	Bombeiros Ponta Delgada	4:20.84	25m	26/10/2019
8	CARVALHO Antonio Lombardi	04	129886	Sporting	4:21.37	25m	15/12/2018
9	FOCK Yann Chetelat	04	129699	Avancado EUL	4:31.55	50m	03/08/2019
10	RODEIA Jose Miguel	04	128116	Louletano / Loule Concelho	4:22.82	25m	24/11/2019
11	CHOCAS Afonso Alves	04	126756	Electrico Clube	4:23.32	25m	16/03/2019
12	SANTOS Francisco Amaro	04	201404	Gesloures	4:23.87	25m	20/06/2019
13	SANTOS Vasco Malia	04	153124	Natacao de Lagos	4:24.40	25m	10/11/2019
14	PACHECO Francisco Silva	04	125117	Nucleo Sporting da Terceira	4:25.28	25m	17/03/2019
15	CASTANHEIRA Guilherme Silva	04	131232	Ba-Leiria	4:25.40	25m	22/06/2019
16	MATOS Gil Amaral	04	127630	Terceira Clube	4:26.20	25m	29/06/2019
17	LOPES Francisco Oliveira	04	120038	Bombeiros Ponta Delgada	4:26.92	25m	29/06/2019
18	SANTOS Joao Afonso	04	153371	Sporting	4:27.98	25m	15/12/2018
19	RODRIGUES Rodrigo Reis	04	124155	Sao Roque	4:28.12	25m	26/10/2019
20	TROMBINHAS Tiago Miguel	04	201495	Colegio Monte Maior	4:28.34	25m	20/06/2019
21	FERNANDES Diogo Henrique	04	133152	Naval do Funchal	4:29.65	25m	23/11/2019
EXH 22	TIGRE Victor Bethlem	04	208094	Sporting	4:30.71	25m	22/11/2019
23	BRAZ Romao Noronha	04	127443	Naval de Ponta Delgada	4:31.78	25m	29/06/2019
24	TSYKAL Daniel	04	128727	Alcobaca	4:31.98	25m	24/11/2019
25	PROENCA Tiago Barroso	04	129698	Avancado EUL	4:32.05	25m	14/07/2019
26	OLIVEIRA Vasco Peixoto	04	132490	Alcobaca	4:32.67	25m	23/11/2019
27	SOUSA Vasco Silva	04	133022	Ba-Leiria	4:32.74	25m	23/11/2019
28	ANJO Miguel Filipe	04	201394	Cova da Piedade	4:32.81	25m	
WDR	GAGO Tiago Charrua	04	200567	Rio Maior	4:30.39	25m	17/03/2019

Prova 9

Femin., 200m Bruços

Juvenis
Lista inscritos

07/12/2019

Recordes Nacionais 25m Absoluto	2:22.12	PEREIRA Raquel Gomes	POR	Algés	29/06/2019
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:32.36	GOMES Diana Duarte	POR	Alcoçaba	07/02/2004
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:34.51	GOMES Diana Duarte	POR	Reboleira	28/06/2003

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 3:04.52 - 25m: 2:59.14 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 3:08.03 - 25m: 3:02.55

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	BRIZIDA Filipa Roma	06	202469	Ba-Leiria	2:49.38	25m	23/11/2019
2	FERREIRA Francisca Santos	06	200402	Alges	2:50.21	25m	09/11/2019
3	MADIRA Margarida Correia	06	200050	Nautico Marinha Grande	2:51.12	25m	23/11/2019
4	PEREIRA Matilde Aparicio	06	200477	Amadora	2:52.02	25m	25/04/2019
5	ANTUNES Rebeca Leonor	06	148284	Colegio Vasco da Gama	2:52.43	25m	09/03/2019
6	BELO Catarina Machado	06	200036	Benedita	2:54.13	25m	09/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 9, Femin., 200m Bruços

7	FROIS Maria Francisca	06	129330	Ba-Leiria	2:54.61	25m	09/11/2019
8	CALDES Ana Sofia	06	132416	Elvense	3:01.10	50m	27/07/2019
9	MARTINS Ines Cravo	06	205215	Louletano / Loule Concelho	2:56.27	25m	23/11/2019
10	SEQUEIRA Beatriz Meneses	06	132695	Naval do Funchal	2:56.29	25m	22/11/2019
11	DEUS Ines Portugal	06	203091	Naval do Funchal	2:56.99	25m	22/11/2019
12	PEREIRA Joana Marques	06	131193	Desportivo Nacional	2:57.01	25m	13/07/2019
13	LOPES Matilde Nunes	06	201711	Benfica	2:57.22	25m	24/11/2019
14	COSTA Beatriz Portugal	06	133278	Benfica	3:04.18	50m	27/07/2019
15	DIAS Salome Silva	06	200267	CCDSerta	3:05.46	50m	06/07/2019
16	BOROZAN Cristina	06	200126	Louletano / Loule Concelho	3:06.60	50m	27/07/2019
17	ZACARIAS Mariana Ramos	06	200183	Naval Setubalense	3:01.80	25m	24/11/2019
18	TOME Rita Bernardo	06	132142	Nautico Salvaterra Magos	3:02.51	25m	23/11/2019

Juvenis A

1	NUNES Margarida Domingues	05	201398	Avancado EUL	2:44.19	50m	
2	ESTEVEENS Laura Fabiana	05	129315	Natacao Olhao	2:39.89	25m	
3	REIS Erica Cristina	05	200201	Sporting	2:43.91	25m	24/11/2019
4	SILVA Ana Carolina	05	124090	Naval Praia da Vitoria	2:45.82	25m	17/03/2019
5	RICARDO Maria Correia	05	129496	Naval Setubalense	2:49.33	25m	14/07/2019
6	FERREIRA Joana Rosa	05	130757	Naval de Peniche	2:49.83	25m	23/11/2019
7	GAMA Joana Fernandes	05	153361	Sporting	2:52.01	25m	15/12/2018
8	PIRES Laura Joao	05	148663	Natacao do Fundao	2:58.73	50m	
9	ENGELEN Zoe	05	133012	Louletano / Loule Concelho	2:53.23	25m	20/10/2019
10	FERNANDES Maria Teresa	05	132557	Alges	2:56.02	25m	02/11/2019
11	VARGAS Maria Carolina	05	132561	Benfica	2:57.01	25m	24/11/2019
12	MARQUES Maria Ines	05	130822	Alcobaca	2:57.23	25m	09/12/2018
13	REIS Juliana Branco	05	200453	Alcobaca	2:58.47	25m	23/11/2019
14	SILVEIRA Sofia Pereira	05	131899	Bombeiros Ponta Delgada	2:58.63	25m	16/11/2019
WDR	REIS Beatriz Grave	05	201149	Rio Maior	2:45.54	25m	16/03/2019

Prova 10
07/12/2019

Masc., 200m Costas

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	1:52.66	LOPES Gabriel Jose	POR	Hangzhou (CHN)	16/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:01.43	SOUSA Diogo Gomes	POR	Algés	04/06/2011
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:04.99	VITAL Joao Alexandre	POR	Alapraia	09/03/2013

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 2:28.18 - 25m: 2:25.28 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 2:30.95 - 25m: 2:27.99

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	CABRAL Jose Pinto	05	130623	Viver Santarem	2:17.46	25m	30/03/2019
2	OLIVEIRA Miguel Fernandes	05	130926	Nautico Marinha Grande	2:19.03	25m	30/03/2019
3	LEITAO Andre Freitas	05	130739	Naval do Funchal	2:19.60	25m	24/11/2019
4	SA Jose Manuel	05	203114	Sporting	2:19.76	25m	22/11/2019
5	DIAS Andre Vicente	05	132697	Desportivo Nacional	2:20.87	25m	24/11/2019
6	MARQUES Andre Henriques	05	129665	Benfica	2:20.92	25m	30/03/2019
7	VASCONCELOS Francisco Lourico	05	201698	Gesloures	2:22.17	25m	22/11/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 10, Masc., 200m Costas

8	PINHEIRO Joao Seixedo	05	205374	Naval Setubalense	2:22.77	25m	09/03/2019
9	BARBOSA Diogo Sousa	05	133332	Benfica	2:23.15	25m	22/11/2019
10	ALMEIDA Miguel Cordeiro	05	200392	Alges	2:23.53	25m	29/06/2019
11	BILRO Simao Valadas	05	147049	Aminata	2:24.05	25m	16/11/2019
12	CEPELEAGA Marin	05	200223	Portinado	2:24.25	25m	02/11/2019
13	CORDEIRO Tomas Almeida	05	125238	Alges	2:24.48	25m	02/11/2019
14	PEREIRA Manuel Angelo	05	151305	Sporting	2:24.97	25m	30/03/2019
15	FERRAO Gabriel Carvalho	05	132345	Cova da Piedade	2:26.73	25m	
16	BONANCA Artur Osorio	05	153544	Natacao de Faro	2:27.04	25m	23/11/2019
17	CORTES Martim Silva	05	200486	AONDA-Azeitao	2:27.14	25m	16/12/2018
18	SANTOS Ricardo Matias	05	209305	Atletismo Ferreira do Zezere	2:27.30	25m	23/11/2019
WDR	FRIBERGH Joel Michael	05	203916	Bombeiros Estoris	2:25.19	25m	30/03/2019

Juvenis A

1	SILVA Gustavo Carvalho	04	128796	Naval Praia da Vitoria	2:08.29	25m	24/05/2019
2	BARAONA Andre Azevedo	04	123965	Natacao do Montijo	2:12.46	25m	15/12/2018
3	COSTA Joao Peres	04	130322	Naval Praia da Vitoria	2:13.42	25m	15/12/2018
4	SANTOS Guilherme Machado	04	200202	Uniao Piedense	2:21.56	50m	02/08/2019
5	GOMES Guilherme Sousa	04	153562	Aquatico Silves	2:13.96	25m	17/03/2019
6	FARIA Ricardo Morais	04	127370	Ba-Leiria	2:14.72	25m	15/12/2018
7	MAIA Felipe Menegassi	04	207683	Alges	2:15.20	25m	13/07/2019
8	CLARA Vitor Belo	04	127243	Ba-Leiria	2:16.53	25m	20/10/2019
9	PALMA Francisco Caetano	04	147220	Zona Azul	2:17.21	25m	16/03/2019
10	FRASQUILHO Afonso Figueiredo	04	153353	Sporting	2:17.29	25m	15/12/2018
11	PINTO Afonso Cipriano	04	153352	Sporting	2:17.35	25m	13/07/2019
12	VIEIRA Francisco Ribeiro	04	130443	Fisica Torres Vedras	2:17.47	25m	13/07/2019
13	SIMOES Miguel Costa	04	132350	Cova da Piedade	2:17.70	25m	
14	CARVALHO Martim Henriques	04	148627	Rio Maior	2:18.12	25m	15/12/2018
15	NOGUEIRA Tiago Morgado	04	202389	Colegio Monte Maior	2:18.76	25m	29/06/2019
16	FRANCISCO Ruben Filipe	04	131728	Portinado	2:19.79	25m	02/11/2019
17	LOPES Tiago Fanha	04	129520	Natacao do Montijo	2:19.89	25m	15/12/2018
18	CARDOSO Lucas Pipiraite	04	126381	Naval da Nazare	2:20.25	25m	04/05/2019
19	UVA Francisco Sousa	04	201477	Alges	2:21.79	25m	29/06/2019
20	TRISTAO Miguel Salomao	04	129885	Portinado	2:23.31	25m	20/10/2019
21	NETO Tomas Pratas	04	132652	Palmela Desporto	2:23.94	25m	13/07/2019
22	LEAL Diogo Silva	04	133042	Juventude Atlantico	2:24.00	25m	13/07/2019
23	PEREIRA Jordao Abreu	04	148424	Juventude Atlantico	2:24.25	25m	24/11/2019
24	SILVA Daniel Alexandre	04	204626	Natacao Olhao	2:24.80	25m	





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 11
07/12/2019

Femin., 200m Estilos

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	2:12.08	KAMINSKAYA Victoria	POR	Copenhagen (DEN)	16/12/2017
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:18.13	CUNHA Mariana Pacheco	POR	Felgueiras	27/04/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:19.79	CUNHA Mariana Pacheco	POR	Felgueiras	14/04/2018

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 2:42.29 - 25m: 2:39.11 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 2:46.97 - 25m: 2:43.70

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	CARAPINHA Ariana Bento	06	148277	Nautico Marinha Grande	2:30.32	25m	09/11/2019
2	FROIS Maria Francisca	06	129330	Ba-Leiria	2:32.42	25m	09/11/2019
3	CATALAO Leonor Tavares	06	202215	Sporting	2:34.63	25m	09/03/2019
4	BRITES Marta Lopes	06	132069	Naval de Ponta Delgada	2:34.87	25m	30/03/2019
5	BARBEITO Laura Espinola	06	201165	Nucleo Sporting da Terceira	2:34.95	25m	26/10/2019
6	COELHO Maria Leonor	06	132470	Benfica	2:35.29	25m	30/03/2019
7	COSTA Maria Jardim	06	205248	Desportivo Nacional	2:35.87	25m	23/11/2019
8	SIMOES Filipa Mendes	06	129841	Ba-Leiria	2:35.88	25m	01/06/2019
9	SILVA Ana Francisca	06	200045	Alcobaca	2:35.89	25m	23/11/2019
10	GAMA Beatriz Fernandes	06	151459	Sporting	2:36.15	25m	09/03/2019
11	MARTINS Ines Cravo	06	205215	Louletano / Loule Concelho	2:38.39	25m	24/11/2019
12	TEIXEIRA Ines Correia	06	133334	Amadora	2:38.47	25m	
13	CAMACHO Carolina Martins	06	202646	Uniao Piedense	2:38.48	25m	24/11/2019
14	DINIS Filipa Paiva	06	200033	Ba-Leiria	2:39.15	25m	16/02/2019
15	SA Madalena Correa	06	201548	Gesloures	2:40.67	25m	16/02/2019
16	NEVES Diana Patricia	06	130031	Naval da Horta	2:41.20	25m	29/06/2019
17	COSTA Catarina Gomes	06	201543	Avancado EUL	2:46.78	50m	07/07/2019
18	DIAS Julia Alves	06	133479	Desportivo Nacional	2:41.45	25m	23/11/2019
19	MATTA Ema Faria	06	202337	Colegio Vasco da Gama	2:41.72	25m	24/11/2019
20	DURO Leonor Santos	06	202520	Naval Setubalense	2:42.03	25m	24/02/2019
21	BELO Catarina Machado	06	200036	Benedita	2:42.85	25m	20/10/2019
22	BOROZAN Cristina	06	200126	Louletano / Loule Concelho	2:42.93	25m	30/03/2019
23	MAGALHAES Luana Cardoso	06	201688	Bombeiros Estoris	2:43.05	25m	01/11/2019
24	CALDES Ana Sofia	06	132416	Elvense	2:43.06	25m	23/11/2019

Juvenis A

1	DELGADO Soraia Alexandra	05	153438	Sporting	2:26.32	25m	18/05/2019
2	NUNES Margarida Domingues	05	201398	Avancado EUL	2:27.57	25m	14/07/2019
3	REIS Erica Cristina	05	200201	Sporting	2:28.02	25m	29/06/2019
4	LAGOA Carlota Macedo	05	132179	Ba-Leiria	2:28.58	25m	15/12/2018
5	LOURO Ariana Espirito	05	128140	Gualdim Pais	2:30.13	25m	19/05/2019
6	NICOLAU Margarida Claudino	05	200214	Torres Novas	2:31.30	25m	23/11/2019
7	SILVA Ana Carolina	05	124090	Naval Praia da Vitoria	2:32.26	25m	24/05/2019
8	RICARDO Maria Correia	05	129496	Naval Setubalense	2:32.67	25m	14/07/2019
9	MELO Sara Carreira	05	153366	Gesloures	2:33.81	25m	14/07/2019
10	SALGADO Soraia Maria	05	132513	Fisica Torres Vedras	2:33.87	25m	14/07/2019
11	RINO Maria Pedro	05	148594	Naval Praia da Vitoria	2:34.80	25m	13/07/2019
12	FERREIRA Joana Rosa	05	130757	Naval de Peniche	2:35.60	25m	23/11/2019
13	CANINHAS Maria Pinto	05	201666	Natacao do Fundao	2:35.64	25m	
14	ROSA Sara Henriques	05	129112	Nucleo Sporting da Terceira	2:37.10	25m	15/12/2018





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 11, Femin., 200m Estilos

15	VENTURA Barbara Cunha	05	132458	Benfica	2:38.96	25m	24/11/2019
WDR	REIS Beatriz Grave	05	201149	Rio Maior	2:29.55	25m	19/05/2019

Prova 12
07/12/2019

Masc., 200m Livres

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	1:43.16	NASCIMENTO Miguel Duarte	POR	Hangzhou (CHN)	14/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	1:51.06	VENANCIO Tiago Andre	POR	Braga	22/03/2003
Recordes Nacionais 25m Juv B	1:53.76	RIBEIRO Diogo Matos	POR	Coimbra	16/06/2019

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 2:10.93 - 25m: 2:08.36 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 2:13.38 - 25m: 2:10.76

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	SARREIRA Tomas Amor	05	132117	Nautico Marinha Grande	2:04.19	25m	20/10/2019
2	FERRAO Gabriel Carvalho	05	132345	Cova da Piedade	2:04.51	25m	
3	ROSA Simao Dinis	05	132611	Torres Novas	2:04.70	25m	
4	OLIVEIRA Miguel Fernandes	05	130926	Nautico Marinha Grande	2:04.71	25m	29/03/2019
5	SOUSA Afonso Coelho	05	127647	Nucleo Sporting da Terceira	2:06.29	25m	13/07/2019
6	MARQUES Andre Henriques	05	129665	Benfica	2:07.19	25m	24/11/2019
7	COSTA Afonso Lucio	05	202216	Sporting	2:08.43	25m	24/11/2019
8	CORTES Martim Silva	05	200486	AONDA-Azeitao	2:08.44	25m	09/03/2019
9	AMADO Pedro Maria	05	148286	Alges	2:09.11	25m	24/11/2019
10	PINHEIRO Joao Seixedo	05	205374	Naval Setubalense	2:13.18	50m	27/07/2019
11	TEIXEIRA Tomas Borges	05	148451	Nucleo Sporting da Terceira	2:10.34	25m	13/07/2019
12	BILRO Simao Valadas	05	147049	Aminata	2:10.63	25m	30/03/2019
13	ASCENSO Afonso Manuel	05	144105	Nautico Marinha Grande	2:10.74	25m	24/11/2019

Juvenis A

1	REIS Rodrigo Miguel	04	129842	Ba-Leiria	1:55.76	25m	24/11/2019
2	ALMEIDA Bernardo Victorino	04	153357	Sporting	1:57.68	25m	29/06/2019
3	SILVA Gustavo Carvalho	04	128796	Naval Praia da Vitoria	2:00.00	25m	23/02/2019
4	PAZ Antonio Manuel	04	119312	Bombeiros Ponta Delgada	2:01.39	25m	27/10/2019
5	SIMOES Miguel Costa	04	132350	Cova da Piedade	2:03.03	25m	
6	RODEIA Jose Miguel	04	128116	Louletano / Loule Concelho	2:03.38	25m	23/11/2019
7	FARIA Ricardo Morais	04	127370	Ba-Leiria	2:03.43	25m	24/11/2019
8	CASTANHEIRA Guilherme Silva	04	131232	Ba-Leiria	2:03.71	25m	04/05/2019
9	PENELAS Joao Pedro	04	150754	Geslours	2:04.12	25m	13/07/2019
10	VIEIRA Francisco Ribeiro	04	130443	Fisica Torres Vedras	2:04.13	25m	09/11/2019
11	GOMES Guilherme Sousa	04	153562	Aquatico Silves	2:04.33	25m	16/03/2019
12	SANTOS Joao Afonso	04	153371	Sporting	2:04.53	25m	14/12/2018
13	FRASQUILHO Afonso Figueiredo	04	153353	Sporting	2:08.17	50m	16/03/2019
14	FERNANDES Diogo Henrique	04	133152	Naval do Funchal	2:05.35	25m	23/11/2019
15	SILVA Miguel Madeira	04	132664	AONDA-Azeitao	2:05.54	25m	13/07/2019
16	LOPES Rafael Caceres	04	201395	Uniao Piedense	2:08.95	50m	16/06/2019
17	SANTOS Francisco Amaro	04	201404	Geslours	2:05.77	25m	29/06/2019
18	ANICETO Joao Gabriel	04	129790	Ba-Leiria	2:06.28	25m	20/10/2019
19	FRANCISCO Afonso Romao	04	204573	Cova da Piedade	2:07.51	25m	





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 12, Masc., 200m Livres

20	MIRA Tomas Martins	04	132215	Naval Setubalense	2:07.78	25m	13/07/2019
21	PROENCA Tiago Barroso	04	129698	Avancado EUL	2:07.90	25m	13/07/2019
22	SANTOS Vasco Malia	04	153124	Natacao de Lagos	2:07.99	25m	03/11/2019
23	TROMBINHAS Tiago Miguel	04	201495	Colegio Monte Maior	2:08.07	25m	15/12/2018
WDR	GAGO Tiago Charrua	04	200567	Rio Maior	2:07.72	25m	24/11/2019

Prova 13

Femin., 100m Livres

Juvenis

07/12/2019

Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	55.12	RODRIGUES Ana Pinho	POR	Felgueiras	21/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	57.41	FERNANDES Carolina Miranda	POR	Albufeira	10/11/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	57.65	FERNANDES Carolina Miranda	POR	Estarreja	10/06/2019

TAC-JUVAFem Juv A 50m: 1:06.40 - 25m: 1:05.10 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 1:08.31 - 25m: 1:06.98

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tempo	Distancia	Tp inscrição
Juvenis B							
1	FERNANDES Ines Goncalves	06	132489	Nautico Abrantes	1:02.32	50m	
2	CARAPINHA Ariana Bento	06	148277	Nautico Marinha Grande	1:00.73	25m	30/03/2019
3	BRITES Marta Lopes	06	132069	Naval de Ponta Delgada	1:00.88	25m	13/07/2019
4	FERREIRA Francisca Santos	06	200402	Alges	1:01.83	25m	10/11/2019
5	COELHO Maria Leonor	06	132470	Benfica	1:02.13	25m	30/03/2019
6	COSTA Maria Jardim	06	205248	Desportivo Nacional	1:02.86	25m	14/07/2019
7	BARBEITO Laura Espinola	06	201165	Nucleo Sporting da Terceira	1:02.96	25m	30/03/2019
8	FLORINDO Helena Neto	06	129426	Electrico Clube	1:03.07	25m	02/02/2019
9	ALVES Maria Madalena	06	132854	Ba-Leiria	1:03.41	25m	16/02/2019
10	TEIXEIRA Ines Correia	06	133334	Amadora	1:03.77	25m	30/03/2019
11	CATALAO Leonor Tavares	06	202215	Sporting	1:03.78	25m	23/11/2019
12	ASCENSO Maria Joao	06	200444	Nautico Marinha Grande	1:04.25	25m	22/06/2019
13	PARRA Joana Santos	06	132301	Natacao Olhao	1:04.29	25m	
14	COSTA Catarina Gomes	06	201543	Avancado EUL	1:04.48	25m	22/10/2019
15	VALENTE Maria Esteves	06	202954	Benfica	1:04.63	25m	30/03/2019
16	FARIA Leonor Verissimo	06	143779	Nucleo de Pombal	1:06.67	50m	27/07/2019
17	ROMAO Ana Teresa	06	200128	Louletano / Loule Concelho	1:05.15	25m	10/11/2019
18	BRIZIDA Filipa Roma	06	202469	Ba-Leiria	1:05.18	25m	20/10/2019
19	PINO Ines Mira	06	208131	Pimpoes/Cimai	1:07.11	50m	12/05/2019
20	COSTA Maria Beatriz	06	204155	Sporting	1:05.37	25m	03/11/2019
21	MARTINS Ines Cravo	06	205215	Louletano / Loule Concelho	1:07.43	50m	07/07/2019
22	LOPES Matilde Nunes	06	201711	Benfica	1:05.74	25m	01/11/2019
23	GOMES Maria Isabel	06	202295	Naval de Ponta Delgada	1:05.91	25m	30/03/2019
24	ALMEIDA Isabel Pires	06	201164	Nucleo Sporting da Terceira	1:07.88	50m	27/07/2019
25	NIZA Beatriz Mocego	06	148435	Amadora	1:07.89	50m	12/05/2019
26	GAMA Beatriz Fernandes	06	151459	Sporting	1:06.01	25m	09/03/2019
27	DEUS Ines Portugal	06	203091	Naval do Funchal	1:07.97	50m	12/05/2019
28	OLIVEIRA Marina Alexandra	06	200174	Naval Setubalense	1:06.06	25m	09/03/2019
29	DIAS Salome Silva	06	200267	CCDSerta	1:06.22	25m	17/11/2019
30	MONTEIRO Maria Pinto	06	201397	Uniao Piedense	1:06.34	25m	23/11/2019
31	CUNHA Sofia Simao	06	201905	Pimpoes/Cimai	1:06.40	25m	05/05/2019
32	TOME Rita Bernardo	06	132142	Nautico Salvaterra Magos	1:06.55	25m	24/11/2019





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 13, Femin., 100m Livres

33	JARDIM Lara Filipa	06	200830	Naval do Funchal	1:06.66	25m	14/07/2019
34	LOURA Raquel Maria	06	201341	Natacao de Faro	1:06.68	25m	02/11/2019
35	SANTOS Marta Silva	06	200182	Naval Setubalense	1:06.70	25m	23/11/2019
36	BOROZAN Cristina	06	200126	Louletano / Loule Concelho	1:06.83	25m	24/11/2019
37	LOPES Rita Martins	06	203919	Bombeiros Estoris	1:06.98	25m	24/11/2019
38	MAGALHAES Luana Cardoso	06	201688	Bombeiros Estoris	1:06.98	25m	
39	MENDES Erica Candeias	06	147116	Amadora	1:06.98	25m	
40	SILVA Rita Borges	06	200715	Amadora	1:06.98	25m	
41	FREITAS Beatriz Rodrigues	06	200543	Naval do Funchal	1:06.98	25m	
42	SA Madalena Correa	06	201548	Gesloures	1:06.98	25m	23/11/2019
43	MARQUES Margarida Barbara	06	200396	Alges	1:06.98	25m	

Juvenis A

1	PIRES Marta Joao	05	147235	Alges	59.92	25m	19/05/2019
2	NICOLAU Margarida Claudino	05	200214	Torres Novas	1:00.11	25m	15/12/2018
3	SIMOES Ana Beatriz	05	153354	Sporting	1:01.01	25m	20/06/2019
4	ESTEVEENS Laura Fabiana	05	129315	Natacao Olhao	1:01.09	25m	
5	GONCALVES Rita Abibe	05	144730	Gesloures	1:01.71	25m	20/06/2019
6	MELO Sara Carreira	05	153366	Gesloures	1:01.92	25m	29/06/2019
7	SEBASTIAO Sofia Antunes	05	147121	Amadora	1:02.37	25m	14/07/2019
8	GOMES Carolina Fonseca	05	202528	Olivais e Moscavide	1:02.46		
9	SILVA Ana Carolina	05	124090	Naval Praia da Vitoria	1:02.56	25m	24/05/2019
10	CONCEICAO Sara Nunes	05	201393	Uniao Piedense	1:02.83	25m	13/07/2019
11	NOBRE Beatriz Gaspar	05	153134	Gualdim Pais	1:03.33	25m	16/03/2019
12	SALGADO Soraia Maria	05	132513	Fisica Torres Vedras	1:03.42	25m	14/07/2019
13	VIEIRA Carmo Dias	05	201319	Avancado EUL	1:03.44	25m	
14	BALL Marianna Thais	05	205698	Natacao de Lagos	1:03.52	25m	24/11/2019
15	NEVES Daniela Lourenco	05	132684	CCDSerta	1:03.68	25m	22/06/2019
16	ALVES Joana Silva	05	200038	Benedita	1:05.52	50m	14/07/2019
17	SANTOS Mariana Marques	05	150757	Gesloures	1:04.07	25m	23/11/2019
18	ROSA Sara Henriques	05	129112	Nucleo Sporting da Terceira	1:04.13	25m	15/12/2018
19	MONTEIRO Simone Filipe	05	203878	Gesloures	1:04.35	25m	23/11/2019
20	COSTA Mafalda Santos	05	132453	Colegio Monte Maior	1:04.38	25m	09/12/2018
21	RICARDO Maria Correia	05	129496	Naval Setubalense	1:04.87	25m	22/09/2019
22	COLACO Catarina Neves	05	200599	Natacao de Faro	1:05.00	25m	24/11/2019
23	ARAUJO Maria Clara	05	133482	Naval do Funchal	1:05.10	25m	
24	SILVA Ana Margarida	05	128816	Natacao do Fundao	1:05.10		
25	JUNQUEIRA Manuela Paccola	05	204477	Naval de Peniche	1:05.10	25m	
26	BERNAT Maria Del Rio	05	200403	Alges	1:05.10	25m	
WDR	REIS Beatriz Grave	05	201149	Rio Maior	1:01.21	25m	09/12/2018
WDR	TRIBUNA Francisca Otao	05	132463	Benfica	1:04.75	25m	14/07/2019





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 14
07/12/2019

Masc., 100m Bruços

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	58.19	ALMEIDA Carlos Esteves	POR	Chartres (FRA)	22/11/2012
Recordes Nacionais 25m Juv A	1:03.25	PEREIRA Ricardo Samuel	POR	Algés	13/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	1:04.22	SANTOS Andre Goncalo	POR	Braga	04/03/2012

TAC-JUVMasc Juv A 50m: 1:16.38 - 25m: 1:14.16 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 1:17.81 - 25m: 1:15.54

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	ANACLETO Miguel Correia	05	151340	Sporting	1:13.19	50m	27/07/2019
2	OLIVEIRA Simao Lopes	05	200178	Naval Setubalense	1:11.59	25m	26/10/2019
3	NUNES Carlos Daniel	05	132140	Nautico Salvaterra Magos	1:12.37	25m	24/11/2019
4	MIMOSO Rodrigo Ferreira	05	201483	Benfica	1:12.63	25m	22/11/2019
5	ROSARIO Alexandre Rocha	05	207270	Louletano / Loule Concelho	1:12.81	25m	10/11/2019
6	CARVALHO Goncalo Duarte	05	132466	Benfica	1:12.83	25m	01/11/2019
7	MOREIRA Lucas Filipe	05	200035	Ba-Leiria	1:13.03	25m	10/11/2019
8	FREITAS Filipe Simoes	05	202349	Sporting	1:13.33	25m	30/03/2019
9	DURO Tomas Ferreira	05	132663	Colegio Monte Maior	1:14.21	25m	30/03/2019
10	CAPRICHIO Diogo Botelho	05	142035	Sporting	1:14.68	25m	03/11/2019
11	COSTA Goncalo Ramos	05	205229	Gesloures	1:14.97	25m	20/06/2019
12	VOLOZHENIM Alexandre	05	204548	Naval do Funchal	1:15.54	25m	
WDR	SILVA Tony Stefano	05	200947	Naval do Funchal	1:13.03	25m	23/11/2019

Juvenis A

1	ALVES Paulo Rodrigues	04	124154	Desportivo Nacional	1:06.23	25m	18/05/2019
2	REBELO Joao Lourenco	04	132558	Alges	1:07.17	25m	29/06/2019
3	FERNANDES Martim Pestana	04	130526	Naval do Funchal	1:07.61	25m	23/11/2019
4	SILVA Nuno Marques	04	127406	Ba-Leiria	1:09.42	25m	18/05/2019
5	ANICETO Joao Gabriel	04	129790	Ba-Leiria	1:09.90	25m	10/11/2019
6	CARVALHO Antonio Lombardi	04	129886	Sporting	1:10.57	25m	15/12/2018
7	CHOCAS Afonso Alves	04	126756	Electrico Clube	1:10.62	25m	02/02/2019
8	FARIAS Alexandre Moreira	04	132174	Louletano / Loule Concelho	1:10.75	25m	10/11/2019
9	VIEIRA Tomas Sa	04	131504	Alges	1:11.32	25m	13/07/2019
10	JORGE Afonso Goncalves	04	201702	Gesloures	1:11.48	25m	22/11/2019
11	OLIVEIRA Vasco Peixoto	04	132490	Alcobaca	1:11.80	25m	15/12/2018
12	LOPES Francisco Oliveira	04	120038	Bombeiros Ponta Delgada	1:11.91	25m	15/12/2018
13	MATIAS Francisco Miguel	04	200271	CCDSerta	1:11.94	25m	16/11/2019
14	GONCALVES Duarte Cadima	04	153295	Natacao do Montijo	1:12.14	25m	01/11/2019
15	NUNES Jaeden Michael	04	202508	Belenenses	1:14.33	50m	01/08/2019
16	TSYKAL Daniel	04	128727	Alcobaca	1:12.44	25m	23/11/2019
17	LOPES Tiago Fanha	04	129520	Natacao do Montijo	1:13.73	25m	19/05/2019





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 15
07/12/2019

Femin., 200m Mariposa

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	2:05.74	MONTEIRO Ana Catarina	POR	Hangzhou (CHN)	12/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:17.51	FELGUEIRAS Raquel Maria	POR	Algés	05/03/1995
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:18.29	CUNHA Mariana Pacheco	POR	Felgueiras	15/04/2018

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 2:45.10 - 25m: 2:42.48 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 2:52.10 - 25m: 2:49.48

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	SILVA Ana Francisca	06	200045	Alcobaca	2:32.02	25m	10/11/2019
2	ANTUNES Rebeca Leonor	06	148284	Colegio Vasco da Gama	2:36.36	25m	30/03/2019
3	DOMINGOS Filipa Ferraz	06	200878	Sporting	2:37.10	25m	22/11/2019
4	BELO Catarina Machado	06	200036	Benedita	2:39.79	25m	24/11/2019
5	SIMÕES Filipa Mendes	06	129841	Ba-Leiria	2:40.15	25m	10/11/2019
6	ASCENSO Maria Joao	06	200444	Nautico Marinha Grande	2:44.24	50m	06/07/2019
7	BUCHA Marta Filipa	06	132484	Viver Santarem	2:43.66	25m	30/03/2019
8	DIAS Julia Alves	06	133479	Desportivo Nacional	2:44.06	25m	22/11/2019
9	BERNARDINO Dalila Leal	06	204859	Nucleo de Pombal	2:47.49	25m	26/10/2019
10	DURO Leonor Santos	06	202520	Naval Setubalense	2:47.51	25m	30/03/2019
11	TRINDADE Constanca Arinto	06	200451	Alcobaca	2:48.59	25m	24/11/2019
12	SILVA Silvana Suamade	06	131322	Sao Roque	2:49.34	25m	12/10/2019

Juvenis A

1	BENTO Maria Madalena	05	127217	BUZIOS-Coruche	2:27.38	25m	24/11/2019
2	RINO Maria Pedro	05	148594	Naval Praia da Vitoria	2:27.40	25m	12/07/2019
3	LAGOA Carlota Macedo	05	132179	Ba-Leiria	2:31.75	25m	24/11/2019
4	DELGADO Soraia Alexandra	05	153438	Sporting	2:32.47	25m	17/02/2019
5	VIEIRA Carmo Dias	05	201319	Avancado EUL	2:33.21	25m	
6	LOURO Ariana Espirito	05	128140	Gualdim Pais	2:38.35	50m	04/08/2019
7	GAMA Joana Fernandes	05	153361	Sporting	2:35.58	25m	15/12/2018
8	CARLOTA Catarina Isabel	05	132493	BUZIOS-Coruche	2:35.72	25m	24/11/2019
9	FERREIRA Joana Rocha	05	201560	Benfica	2:36.69	25m	22/11/2019
10	FRANCA Nicole Patriarca	05	153435	Sporting	2:37.13	25m	14/07/2019
11	CANINHAS Maria Pinto	05	201666	Natacao do Fundao	2:37.14	25m	





Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 16
07/12/2019

Masc., 100m Mariposa

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	51.45	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Estocolmo (SWE)	11/11/2009
Recordes Nacionais 25m Juv A	55.60	SOUSA Diogo Gomes	POR	Porto	05/12/2010
Recordes Nacionais 25m Juv B	56.68	RIBEIRO Diogo Matos	POR	Lousã	23/06/2019

TAC-JUVMasc Juv A 50m: 1:07.04 - 25m: 1:05.09 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 1:08.26 - 25m: 1:06.27

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição	
Juvenis B						
1	ROSA Simao Dinis	05	132611	Torres Novas	59.57	25m
2	GOUVEIA Luis Galvao	05	127884	Desportivo Nacional	1:02.18	25m 24/11/2019
3	DIAS Andre Vicente	05	132697	Desportivo Nacional	1:02.83	25m 24/11/2019
4	FERRAO Gabriel Carvalho	05	132345	Cova da Piedade	1:03.15	25m
5	OLIVEIRA Diogo Alexandre	05	130414	Naval do Funchal	1:03.18	25m 24/11/2019
6	CABRAL Jose Pinto	05	130623	Viver Santarem	1:03.77	25m 23/11/2019
7	SOUSA Afonso Coelho	05	127647	Nucleo Sporting da Terceira	1:06.22	50m 27/07/2019
8	DURO Tomas Ferreira	05	132663	Colegio Monte Maior	1:04.16	25m 24/02/2019
9	PINTO Tiago Rodrigues	05	132514	Sporting	1:04.21	25m 20/06/2019
10	RODRIGUES Joao Luis	05	130527	Naval do Funchal	1:04.95	25m 12/10/2019
11	GABOLEIRO Guilherme Filipe	05	130049	Rio Maior	1:05.20	25m 23/11/2019
12	PEREIRA Manuel Angelo	05	151305	Sporting	1:05.57	25m 20/06/2019
13	BARTOLO Tiago Silva	05	205340	Alges	1:06.14	25m 20/06/2019
14	OLIVEIRA Simao Lopes	05	200178	Naval Setubalense	1:06.27	25m
15	TEIXEIRA Tomas Borges	05	148451	Nucleo Sporting da Terceira	1:06.27	25m
16	CEPELEAGA Marin	05	200223	Portinado	1:06.27	25m
17	GUTUTUI Francisc	05	200907	Alges	1:06.27	25m
18	ALEKSYEYEV Artur Paulo	05	200380	Viver Santarem	1:06.27	25m

Juvenis A

1	SIMÕES Bernardo Jorge	04	130250	Colegio Vasco da Gama	56.52	25m 22/11/2019
2	REIS Rodrigo Miguel	04	129842	Ba-Leiria	57.67	25m 09/11/2019
3	BARRY Rafael Francisco	04	128316	Naval do Funchal	59.56	25m 12/07/2019
4	COSTA Joao Peres	04	130322	Naval Praia da Vitoria	1:00.45	25m 15/12/2018
5	CARVALHO Martim Henriques	04	148627	Rio Maior	1:00.65	25m 23/11/2019
6	BARAONA Andre Azevedo	04	123965	Natacao do Montijo	1:01.17	25m 01/11/2019
7	VIEIRA Tomas Sa	04	131504	Alges	1:01.33	25m 29/06/2019
8	PAZ Antonio Manuel	04	119312	Bombeiros Ponta Delgada	1:02.06	25m 11/05/2019
9	OLIVEIRA Pedro Nuno	04	202589	Torres Novas	1:04.67	50m 13/07/2019
10	NASCIMENTO Angelo Miranda	04	153160	Natacao Olhao	1:02.44	25m
11	CORREIA Francisco Alves	04	131389	Litoral Alentejano	1:03.04	25m 26/10/2019
12	VIEIRA Francisco Ribeiro	04	130443	Fisica Torres Vedras	1:03.24	25m 19/05/2019
13	MATOS Gil Amaral	04	127630	Terceira Clube	1:03.43	25m 26/10/2019
14	PINTO Afonso Cipriano	04	153352	Sporting	1:03.44	25m 20/06/2019
15	PALMA Francisco Caetano	04	147220	Zona Azul	1:05.91	50m 06/07/2019
16	PACHECO Francisco Silva	04	125117	Nucleo Sporting da Terceira	1:03.72	25m 30/06/2019
17	MAIA Felipe Menegassi	04	207683	Alges	1:03.79	25m 22/11/2019
18	LEAL Diogo Silva	04	133042	Juventude Atlantico	1:06.16	50m 23/03/2019
19	FERREIRA Leonardo Filipe	04	203400	Naval do Funchal	1:06.46	50m 05/07/2019
20	SILVA Guilherme Antonio	04	205156	Aquatico Silves	1:06.64	50m 13/07/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 16, Masc., 100m Mariposa

21	MONTEIRO Diogo Miguel	04	147200	Despertarecorde	1:06.65	50m	
22	SILVA Miguel Madeira	04	132664	AONDA-Azeitao	1:06.71	50m	12/05/2019
23	LOPES Rafael Caceres	04	201395	Uniao Piedense	1:06.91	50m	12/05/2019
24	MIRA Tomas Martins	04	132215	Naval Setubalense	1:04.83	25m	22/11/2019
25	RODRIGUES Rodrigo Reis	04	124155	Sao Roque	1:05.09	25m	
26	PROENCA Tiago Barroso	04	129698	Avancado EUL	1:05.09	25m	

Prova 17
07/12/2019

Femin., 4 x 100m Estilos

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	4:06.14	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita	POR	S. António Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Nacionais 25m Juv A	4:29.46	Sporting Clube de Portugal	POR	Algés	14/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv	4:29.46	Sporting Clube de Portugal	POR	Algés	14/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:33.40	Sport Lisboa e Benfica	POR	Reboleira	15/06/2006

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 5:15.51 - 25m: 5:09.33 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 5:22.27 - 25m: 5:15.95

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Licença	Clube	Tp inscrição
Juvenis B			
1		Nautico Marinha Grande-JUV B	4:46.13
2		Ba-Leiria-JUV B	4:49.51
3		Benfica-JUV B	4:53.52
4		Sporting-JUV B	4:57.72
5		Desportivo Nacional-JUV B	4:58.77
6		Naval Setubalense-JUV B	5:00.32
7		Louletano / Loule Concelho-JUV B	5:03.04
8		Amadora-JUV B	5:03.14
9		Bombeiros Estoris-JUV B	5:06.76 25m 22/11/2019
10		Naval de Ponta Delgada-JUV B	5:12.91
11		Pimpoes/Cimai-JUV B	5:14.99
12		Naval do Funchal-JUV B	5:15.38

Juvenis A

1	Sporting-JUV A	Sporting	4:35.08
2	Alges-JUV A	Alges	4:48.54
3	Gesloures-JUV A	Gesloures	4:49.80
4	Naval de Peniche-JUV A	Naval de Peniche	5:06.04
WDR	Benfica-JUV A	Benfica	4:49.23

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 18 Masc., 4 x 100m Livres Juvenis
07/12/2019 Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	3:15.63	Sport Lisboa e Benfica	POR	Felgueiras	23/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	3:34.94	Clube Naval do Funchal	POR	Funchal	11/07/2014
Recordes Nacionais 25m Juv	3:34.94	Clube Naval do Funchal	POR	Funchal	11/07/2014
Recordes Nacionais 25m Juv B	3:42.92	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalic	POR	Estarreja	13/12/2014

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 4:13.66 - 25m: 4:08.68 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 4:23.53 - 25m: 4:18.37

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Licença	Clube	Tp inscrição
Juvenis B			
1	Cova da Piedade-JUV B	Cova da Piedade	3:52.87
2	Nautico Marinha Grande-JUV B	Nautico Marinha Grande	3:56.86
3	Benfica-JUV B	Benfica	4:00.05
4	Sporting-JUV B	Sporting	4:02.45
5	Alges-JUV B	Alges	4:04.04
6	Naval do Funchal-JUV B	Naval do Funchal	4:06.25
7	Beja-JUV B	Beja	4:15.85
8	Bombeiros Ponta Delgada-JUV B	Bombeiros Ponta Delgada	4:16.14

Juvenis A

1	Ba-Leiria-JUV A	Ba-Leiria	3:39.87
2	Sporting-JUV A	Sporting	3:47.13
3	Alges-JUV A	Alges	3:49.71
4	Naval do Funchal-JUV A	Naval do Funchal	3:49.75
5	Palmela Desporto-JUV A	Palmela Desporto	3:58.24
6	Geslours-JUV A	Geslours	3:58.29
7	Aquatico Silves-JUV A	Aquatico Silves	3:59.40
8	Natacao Olhao-JUV A	Natacao Olhao	4:02.54

Prova 19 Masc., 1500m Livres Juvenis
08/12/2019 Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	14:58.18	LOPES Jose Paulo	POR	Felgueiras	23/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	15:36.31	COSTA Rui Filipe	POR	Braga	04/03/2007
Recordes Nacionais 25m Juv B	16:09.71	MONTEIRO Luis Miguel	POR	Felgueiras	01/03/1998

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 18:45.56 - 25m: 18:23.49 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 19:06.60 - 25m: 18:44.12

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição
Juvenis B					
1	SARREIRA Tomas Amor	05	132117	Nautico Marinha Grande	17:01.57 25m 24/11/2019
2	OLIVEIRA Diogo Alexandre	05	130414	Naval do Funchal	17:33.03 25m 16/11/2019
3	PINTO Tiago Rodrigues	05	132514	Sporting	17:47.16 25m 23/11/2019
4	AMADO Pedro Maria	05	148286	Alges	17:51.37 25m 23/11/2019
5	PIRES Jose Pedro	05	153157	Louletano / Loule Concelho	17:53.42 25m 23/11/2019
6	PEREIRA Manuel Angelo	05	151305	Sporting	18:00.53 25m 23/11/2019
7	ASCENSO Afonso Manuel	05	144105	Nautico Marinha Grande	18:07.43 25m 18/05/2019
8	MACHADO Diogo Pimentel	05	128790	Bombeiros Ponta Delgada	18:22.69 25m 13/07/2019
9	ALMEIDA Miguel Cordeiro	05	200392	Alges	18:23.75 25m 23/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 19, Masc., 1500m Livres

10	ANSELMO Raul Sousa	05	130950	Bombeiros Ponta Delgada	18:25.03	25m	30/06/2019
11	ALEKSYEYEV Artur Paulo	05	200380	Viver Santarem	18:26.80	25m	15/03/2019
12	BONANCA Artur Osorio	05	153544	Natacao de Faro	18:30.73	25m	16/11/2019
13	GARCIA Goncalo Raposo	05	131889	Bombeiros Ponta Delgada	18:32.37	25m	16/11/2019
14	SANTOS Nuno Goncalo	05	133324	Sao Roque	18:33.68	25m	16/11/2019
15	BARBOSA Diogo Sousa	05	133332	Benfica	19:05.58	50m	06/07/2019
16	OLIVEIRA Jose Francisco	05	202465	Ba-Leiria	18:38.59	25m	18/05/2019

Juvenis A

1	ALMEIDA Bernardo Victorino	04	153357	Sporting	16:19.12	25m	23/11/2019
2	CLARA Vitor Belo	04	127243	Ba-Leiria	16:31.45	25m	09/11/2019
3	SILVA Nuno Marques	04	127406	Ba-Leiria	16:41.63	25m	09/11/2019
4	RODRIGUES Rodrigo Reis	04	124155	Sao Roque	17:04.00	25m	16/11/2019
5	CARVALHO Martim Henriques	04	148627	Rio Maior	17:05.29	25m	16/11/2019
6	FRASQUILHO Afonso Figueiredo	04	153353	Sporting	17:09.60	25m	13/07/2019
7	SANTOS Francisco Amaro	04	201404	Geslours	17:47.52	50m	04/04/2019
8	NASCIMENTO Angelo Miranda	04	153160	Natacao Olhao	17:24.57	25m	
9	TSYKAL Daniel	04	128727	Alcobaca	17:25.80	25m	24/11/2019
10	UVA Francisco Sousa	04	201477	Alges	17:32.71	25m	13/07/2019
11	NOGUEIRA Tiago Morgado	04	202389	Colegio Monte Maior	17:35.95	25m	23/11/2019
12	MATOS Gil Amaral	04	127630	Terceira Clube	17:36.43	25m	30/06/2019
13	FERNANDES Diogo Henrique	04	133152	Naval do Funchal	17:52.97	25m	17/03/2019
14	MONTEIRO Jose Miguel	04	129576	Gualdim Pais	17:58.89	25m	16/11/2019
15	ANJO Miguel Filipe	04	201394	Cova da Piedade	17:59.98	25m	
16	AFONSO Martim Rodrigues	04	205149	Aquatico Silves	18:00.00	25m	16/11/2019
17	VICENTE Tiago Miguel	04	205150	Aquatico Silves	18:01.63	25m	23/11/2019
18	BRAZ Romao Noronha	04	127443	Naval de Ponta Delgada	18:02.07	25m	13/07/2019
19	CIRURGIAO Pedro Forjaz	04	132564	Alges	18:05.16	25m	13/07/2019
20	RODEIA Jose Miguel	04	128116	Louletano / Loule Concelho	18:05.48	25m	16/11/2019
EXH 21	TIGRE Victor Bethlem	04	208094	Sporting	18:11.88	25m	23/11/2019
22	GROSHEV Vladislav	04	132754	FC Ferreiras/AlgarExperience	18:15.44	25m	16/10/2019
23	MARTINS Miguel Alexandre	04	130558	BUZIOS-Coruche	18:21.86	25m	16/12/2018
24	TELES Artur Corte	04	127508	Juventude Atlantico	18:22.11	25m	23/11/2019
WDR	GAGO Tiago Charrua	04	200567	Rio Maior	18:02.31	25m	16/11/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 20
08/12/2019

Femin., 400m Livres

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	4:04.61	DURAES Diana Margarida	POR	Copenhague (DEN)	17/12/2017
Recordes Nacionais 25m Juv A	4:18.39	SANTOS Ana Claudia	POR	Cantanhede	20/12/2004
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:23.08	MIGUEL Susana Patricia	POR	Alhandra	15/05/2004

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 5:03.30 - 25m: 4:57.35 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 5:12.05 - 25m: 5:05.93

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tempo	Tp inscrição
Juvenis B						
1	COELHO Maria Leonor	06	132470	Benfica	4:41.27	25m 22/11/2019
2	TEIXEIRA Ines Correia	06	133334	Amadora	4:43.53	25m
3	CARAPINHA Ariana Bento	06	148277	Nautico Marinha Grande	4:44.15	25m 20/10/2019
4	ALVES Maria Madalena	06	132854	Ba-Leiria	4:48.09	25m 10/11/2019
5	FROIS Maria Francisca	06	129330	Ba-Leiria	4:48.34	25m 23/11/2019
6	FARIA Leonor Verissimo	06	143779	Nucleo de Pombal	4:48.48	25m 26/10/2019
7	FLORINDO Helena Neto	06	129426	Electrico Clube	4:48.65	25m 16/03/2019
8	LOPES Matilde Nunes	06	201711	Benfica	4:48.73	25m 22/11/2019
9	DINIS Filipa Paiva	06	200033	Ba-Leiria	4:48.77	25m 10/03/2019
10	ANTUNES Rebeca Leonor	06	148284	Colegio Vasco da Gama	4:48.86	25m 31/03/2019
11	NIZA Beatriz Mocego	06	148435	Amadora	4:50.72	25m 20/06/2019
12	BRIZIDA Filipa Roma	06	202469	Ba-Leiria	4:52.16	25m 10/11/2019
13	COSTA Catarina Gomes	06	201543	Avancado EUL	4:52.20	25m 22/11/2019
14	VALENTE Maria Esteves	06	202954	Benfica	4:52.95	25m 22/11/2019
15	NEVES Diana Patricia	06	130031	Naval da Horta	4:55.50	25m 12/10/2019
16	CATALAO Leonor Tavares	06	202215	Sporting	4:57.89	25m 03/11/2019
17	DOMINGOS Filipa Ferraz	06	200878	Sporting	4:59.80	25m 31/03/2019
18	CUNHA Sofia Simao	06	201905	Pimpoes/Cimai	5:00.63	25m 31/03/2019
19	SEQUEIRA Beatriz Meneses	06	132695	Naval do Funchal	5:00.76	25m 12/07/2019
20	FREITAS Beatriz Rodrigues	06	200543	Naval do Funchal	5:01.11	25m 12/07/2019
21	DURO Leonor Santos	06	202520	Naval Setubalense	5:01.53	25m 16/12/2018
22	COSTA Maria Beatriz	06	204155	Sporting	5:01.91	25m 22/11/2019
23	MENDES Erica Candeias	06	147116	Amadora	5:01.98	25m 31/03/2019
24	DEUS Ines Portugal	06	203091	Naval do Funchal	5:02.84	25m 16/03/2019
25	OLIVEIRA Marina Alexandra	06	200174	Naval Setubalense	5:03.05	25m 10/03/2019
26	SILVA Ines Gaspar	06	204152	Geslores	5:03.31	25m 03/11/2019
27	SILVA Silvana Suamade	06	131322	Sao Roque	5:03.44	25m 12/07/2019
28	LIMA Catarina Coutinho	06	132460	Benfica	5:03.60	25m 22/11/2019
29	TOME Rita Bernardo	06	132142	Nautico Salvaterra Magos	5:04.50	25m 23/11/2019
30	MADEIRA Margarida Correia	06	200050	Nautico Marinha Grande	5:04.81	25m 20/10/2019
31	FREITAS Margarida Ramos	06	131345	Desportivo Nacional	5:05.05	25m 23/11/2019
32	BUCHA Marta Filipa	06	132484	Viver Santarem	5:05.87	25m
33	BERNARDINO Dalila Leal	06	204859	Nucleo de Pombal	5:11.76	50m 07/07/2019

Juvenis A

1	PIRES Marta Joao	05	147235	Alges	4:28.08	25m 10/11/2019
2	DELGADO Soraia Alexandra	05	153438	Sporting	4:36.48	25m 14/07/2019
3	CARLOTA Catarina Isabel	05	132493	BUZIOS-Coruche	4:37.85	25m 23/02/2019
4	NICOLAU Margarida Claudino	05	200214	Torres Novas	4:38.16	25m 23/02/2019
5	ALVES Joana Silva	05	200038	Benedita	4:38.47	25m 23/11/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 20, Femin., 400m Livres

6	ESTEVEENS Laura Fabiana	05	129315	Natacao Olhao	4:38.66	25m	
7	SIMOES Ana Beatriz	05	153354	Sporting	4:41.93	25m	16/12/2018
8	SANTOS Mariana Marques	05	150757	Gesloures	4:42.79	25m	20/06/2019
9	PIRES Laura Joao	05	148663	Natacao do Fundao	4:43.36	25m	
10	COSTA Mafalda Santos	05	132453	Colegio Monte Maior	4:44.45	25m	22/11/2019
11	CANINHAS Maria Pinto	05	201666	Natacao do Fundao	4:49.27	50m	
12	GAMA Joana Fernandes	05	153361	Sporting	4:46.39	25m	13/07/2019
13	RINO Maria Pedro	05	148594	Naval Praia da Vitoria	4:47.48	25m	24/05/2019
14	JUNQUEIRA Manuela Paccola	05	204477	Naval de Peniche	4:48.13	25m	22/06/2019
15	FERREIRA Joana Rocha	05	201560	Benfica	4:49.34	25m	14/07/2019
16	ARAUJO Maria Clara	05	133482	Naval do Funchal	4:49.89	25m	08/06/2019
17	FERNANDES Maria Teresa	05	132557	Alges	4:50.10	25m	29/06/2019
18	FRANCA Nicole Patriarca	05	153435	Sporting	4:51.80	25m	22/11/2019
19	SILVA Ana Margarida	05	128816	Natacao do Fundao	4:51.95	25m	17/11/2019
20	REIS Juliana Branco	05	200453	Alcobaca	4:52.90	25m	23/11/2019
21	GOMES Carolina Fonseca	05	202528	Olivais e Moscavide	4:53.32		
22	BERNAT Maria Del Rio	05	200403	Alges	4:53.59	25m	14/07/2019
23	CARRAO Iris Pereira	05	201392	Laranjeiro	4:54.10	25m	13/07/2019
24	SILVA Mariana Andreia	05	141810	Sporting	4:56.46	25m	14/07/2019
25	FERREIRA Joana Rosa	05	130757	Naval de Peniche	4:56.69	25m	23/11/2019
26	VIEIRA Carmo Dias	05	201319	Avancado EUL	5:02.71	50m	16/06/2019

Prova 21
08/12/2019

Masc., 200m Bruços

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	2:05.59	ALMEIDA Carlos Esteves	POR	Chartres (FRA)	25/11/2012
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:18.22	SANTOS Andre Goncalo	POR	Felgueiras	08/03/2013
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:20.22	SANTOS Andre Goncalo	POR	Braga	03/03/2012

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 2:47.80 - 25m: 2:41.26 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 2:49.20 - 25m: 2:44.27

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	OLIVEIRA Simao Lopes	05	200178	Naval Setubalense	2:32.45	25m	26/10/2019
2	FREITAS Filipe Simoes	05	202349	Sporting	2:34.74	25m	31/03/2019
3	NUNES Carlos Daniel	05	132140	Nautico Salvaterra Magos	2:35.96	25m	23/11/2019
4	COSTA Goncalo Ramos	05	205229	Gesloures	2:46.20	50m	07/07/2019
5	GOUVEIA Luis Galvao	05	127884	Desportivo Nacional	2:37.98	25m	26/10/2019
6	MOREIRA Lucas Filipe	05	200035	Ba-Leiria	2:38.02	25m	09/11/2019
7	CAPRICO Diogo Botelho	05	142035	Sporting	2:46.59	50m	27/07/2019
8	VOLOZHENIM Alexandre	05	204548	Naval do Funchal	2:41.37	25m	22/11/2019
9	CARVALHO Goncalo Duarte	05	132466	Benfica	2:41.49	25m	31/03/2019
10	MIMOSO Rodrigo Ferreira	05	201483	Benfica	2:41.54	25m	31/03/2019
11	ROSARIO Alexandre Rocha	05	207270	Louletano / Loule Concelho	2:42.14	25m	09/11/2019
12	CEPELEAGA Marin	05	200223	Portinado	2:43.70	25m	20/10/2019
WDR	SILVA Tony Stefano	05	200947	Naval do Funchal	2:41.99	25m	22/11/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 21, Masc., 200m Bruços

Juvenis A

1	ALVES Paulo Rodrigues	04	124154	Desportivo Nacional	2:23.33	25m	13/07/2019
2	REBELO Joao Lourenco	04	132558	Alges	2:25.64	25m	29/06/2019
3	FERNANDES Martim Pestana	04	130526	Naval do Funchal	2:27.31	25m	22/11/2019
4	CARVALHO Antonio Lombardi	04	129886	Sporting	2:32.50	25m	16/12/2018
5	LOPES Francisco Oliveira	04	120038	Bombeiros Ponta Delgada	2:34.56	25m	13/07/2019
6	ANICETO Joao Gabriel	04	129790	Ba-Leiria	2:34.84	25m	09/11/2019
7	MATIAS Francisco Miguel	04	200271	CCDSerta	2:43.69	50m	06/07/2019
8	GONCALVES Duarte Cadima	04	153295	Natacao do Montijo	2:36.17	25m	14/07/2019
9	NUNES Jaeden Michael	04	202508	Belenenses	2:45.25	50m	03/08/2019
10	LOPES Tiago Fanha	04	129520	Natacao do Montijo	2:45.53	50m	16/06/2019
11	JORGE Afonso Goncalves	04	201702	Gesloures	2:37.10	25m	24/11/2019
12	VIEIRA Tomas Sa	04	131504	Alges	2:37.70	25m	24/11/2019
13	FARIAS Alexandre Moreira	04	132174	Louletano / Loule Concelho	2:37.73	25m	23/11/2019
14	OLIVEIRA Vasco Peixoto	04	132490	Alcobaca	2:37.90	25m	16/12/2018
15	TRISTAO Miguel Salomao	04	129885	Portinado	2:39.63	25m	23/11/2019
16	CHOCAS Afonso Alves	04	126756	Electrico Clube	2:40.66	25m	16/12/2018

Prova 22
08/12/2019

Femin., 200m Costas

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	2:09.12	FRISCHKNECHT Rita Barros	POR	Porto	08/12/2017
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:14.11	REBELO Camila Rodrigues	POR	Condeixa	12/05/2018
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:17.86	MARTINHEIRA Catia Raquel	POR	Sines	21/12/2008

TAC-JUVAFem Juv A 50m: 2:41.75 - 25m: 2:38.58 / TAC-JUVBFem Juv B 50m: 2:46.41 - 25m: 2:43.15

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	MAGALHAES Luana Cardoso	06	201688	Bombeiros Estoris	2:28.96	25m	26/10/2019
2	SIMOES Filipa Mendes	06	129841	Ba-Leiria	2:32.08	25m	23/11/2019
3	SILVA Ana Francisca	06	200045	Alcobaca	2:32.13	25m	23/11/2019
4	COSTA Maria Jardim	06	205248	Desportivo Nacional	2:32.63	25m	24/11/2019
5	PARRA Joana Santos	06	132301	Natacao Olhao	2:33.73	25m	
6	BRITES Marta Lopes	06	132069	Naval de Ponta Delgada	2:33.81	25m	31/03/2019
7	ROMAO Ana Teresa	06	200128	Louletano / Loule Concelho	2:33.92	25m	23/11/2019
8	DINIS Filipa Paiva	06	200033	Ba-Leiria	2:34.08	25m	10/11/2019
9	CAMACHO Carolina Martins	06	202646	Uniao Piedense	2:34.48	25m	22/11/2019
10	DIAS Julia Alves	06	133479	Desportivo Nacional	2:34.84	25m	24/11/2019
11	FREITAS Margarida Ramos	06	131345	Desportivo Nacional	2:38.07	25m	13/07/2019
12	GAMA Beatriz Fernandes	06	151459	Sporting	2:45.00	50m	16/06/2019
13	SA Madalena Correa	06	201548	Gesloures	2:39.42	25m	31/03/2019
14	JARDIM Lara Filipa	06	200830	Naval do Funchal	2:39.73	25m	13/07/2019
15	SILVA Ines Gaspar	06	204152	Gesloures	2:46.23	50m	16/06/2019
16	LOURA Raquel Maria	06	201341	Natacao de Faro	2:40.30	25m	31/03/2019
17	SANTOS Jessica Mendes	06	132112	Nautico Marinha Grande	2:40.32	25m	31/03/2019
18	DIAS Salome Silva	06	200267	CCDSerta	2:40.45	25m	22/06/2019
19	COSTA Beatriz Portugal	06	133278	Benfica	2:40.49	25m	31/03/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 22, Femin., 200m Costas

20	CARVALHO Mariana Coelho	06	200172	Naval Setubalense	2:41.09	25m	31/03/2019
21	SANTOS Marta Silva	06	200182	Naval Setubalense	2:41.55	25m	22/11/2019
22	NEVES Diana Patricia	06	130031	Naval da Horta	2:42.25	25m	19/01/2019
23	DURO Leonor Santos	06	202520	Naval Setubalense	2:42.29	25m	31/03/2019
24	FARIA Leonor Verissimo	06	143779	Nucleo de Pombal	2:42.61	25m	26/10/2019
25	BOLOTINHA Violeta Faria	06	205345	Louletano / Loule Concelho	2:42.97	25m	23/11/2019

Juvenis A

1	LAGOA Carlota Macedo	05	132179	Ba-Leiria	2:25.88	25m	10/11/2019
2	CANINHAS Maria Pinto	05	201666	Natacao do Fundao	2:27.03	25m	
3	REIS Erica Cristina	05	200201	Sporting	2:27.72	25m	16/12/2018
4	GONCALVES Rita Abibe	05	144730	Geslours	2:28.80	25m	29/06/2019
5	SALGADO Soraia Maria	05	132513	Fisica Torres Vedras	2:29.06	25m	13/07/2019
6	NOBRE Beatriz Gaspar	05	153134	Gualdim Pais	2:29.98	25m	17/03/2019
7	SEBASTIAO Sofia Antunes	05	147121	Amadora	2:30.66	25m	16/12/2018
8	MACHADO Beatriz Alexandra	05	137849	Beja	2:30.80	25m	17/03/2019
9	VENTURA Barbara Cunha	05	132458	Benfica	2:31.58	25m	22/11/2019
10	GOMES Rita Ferreira	05	132565	Alges	2:33.04	25m	13/07/2019
11	MONTEIRO Simone Filipe	05	203878	Geslours	2:33.97	25m	13/07/2019
12	BENTO Maria Madalena	05	127217	BUZIOS-Coruche	2:35.25	25m	17/03/2019
13	ROSA Sara Henriques	05	129112	Nucleo Sporting da Terceira	2:36.07	25m	17/03/2019
14	CAETANO Ines Martins	05	200262	CCDSerta	2:36.15	25m	22/06/2019
15	MARTINS Rafaela Diogo	05	132214	Naval Setubalense	2:36.23	25m	13/07/2019
16	DIAS Iara Filipa	05	130387	Naval de Peniche	2:37.41	25m	26/10/2019

Prova 23
08/12/2019

Masc., 200m Estilos

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	1:53.45	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Netanya (ISR)	04/12/2015
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:05.34	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Aveiro	15/05/2004
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:08.27	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Fafe	10/05/2003

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 2:31.02 - 25m: 2:28.06 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 2:33.84 - 25m: 2:30.83

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	OLIVEIRA Miguel Fernandes	05	130926	Nautico Marinha Grande	2:18.49	25m	23/11/2019
2	GOUVEIA Luis Galvao	05	127884	Desportivo Nacional	2:19.67	25m	23/11/2019
3	ROSA Simao Dinis	05	132611	Torres Novas	2:19.94	25m	31/03/2019
4	CARVALHO Goncalo Duarte	05	132466	Benfica	2:21.24	25m	01/11/2019
5	MARQUES Andre Henriques	05	129665	Benfica	2:22.87	25m	26/01/2019
6	NUNES Carlos Daniel	05	132140	Nautico Salvaterra Magos	2:23.80	25m	23/11/2019
7	ANACLETO Miguel Correia	05	151340	Sporting	2:24.05	25m	31/03/2019
8	ALVAREZ Pedro Mahua	05	208096	Sporting	2:24.28	25m	24/11/2019
9	VASCONCELOS Francisco Lourico	05	201698	Geslours	2:24.82	25m	24/11/2019
10	CEPELEAGA Marin	05	200223	Portinado	2:25.04	25m	02/11/2019
11	RODRIGUES Joao Luis	05	130527	Naval do Funchal	2:25.73	25m	08/06/2019
12	ROSARIO Alexandre Rocha	05	207270	Louletano / Loule Concelho	2:26.09	25m	24/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 23, Masc., 200m Estilos

13	CORTES Martim Silva	05	200486	AONDA-Azeitao	2:26.35	25m	10/03/2019
14	PINHEIRO Joao Seixedo	05	205374	Naval Setubalense	2:26.57	25m	01/11/2019
15	CORDEIRO Tomas Almeida	05	125238	Alges	2:27.18	25m	24/11/2019
16	MIMOSO Rodrigo Ferreira	05	201483	Benfica	2:27.31	25m	24/11/2019
17	DURO Tomas Ferreira	05	132663	Colegio Monte Maior	2:27.34	25m	31/03/2019
18	SA Jose Manuel	05	203114	Sporting	2:27.59	25m	03/11/2019
19	BILRO Simao Valadas	05	147049	Aminata	2:27.83	25m	16/11/2019
20	DIAS Andre Vicente	05	132697	Desportivo Nacional	2:27.84	25m	26/10/2019
21	GUTUTUI Francisc	05	200907	Alges	2:28.00	25m	31/03/2019
22	LEITAO Andre Freitas	05	130739	Naval do Funchal	2:28.73	25m	23/11/2019
23	CAPRICO Diogo Botelho	05	142035	Sporting	2:29.20	25m	20/06/2019
24	FELIX Dylan Marques	05	129249	Pimpoes/Cimai	2:29.52	25m	23/11/2019
25	ASCENSO Afonso Manuel	05	144105	Nautico Marinha Grande	2:29.57	25m	23/11/2019
26	COSTA Afonso Lucio	05	202216	Sporting	2:29.94	25m	10/03/2019
27	ANSELMO Raul Sousa	05	130950	Bombeiros Ponta Delgada	2:30.18	25m	29/06/2019
28	MORGADO Vasco Alves	05	147123	Alges	2:30.55	25m	24/11/2019
WDR	FERRAO Gabriel Carvalho	05	132345	Cova da Piedade	2:28.03	25m	
WDR	SILVA Tony Stefano	05	200947	Naval do Funchal	2:30.07	25m	23/11/2019

Juvenis A

1	SIMOES Bernardo Jorge	04	130250	Colegio Vasco da Gama	2:08.74	25m	14/07/2019
2	SILVA Gustavo Carvalho	04	128796	Naval Praia da Vitoria	2:10.59	25m	11/05/2019
3	ALVES Paulo Rodrigues	04	124154	Desportivo Nacional	2:11.24	25m	17/05/2019
4	SILVA Nuno Marques	04	127406	Ba-Leiria	2:12.56	25m	23/11/2019
5	COSTA Joao Peres	04	130322	Naval Praia da Vitoria	2:14.10	25m	16/12/2018
6	REBELO Joao Lourenco	04	132558	Alges	2:15.34	25m	29/06/2019
7	BARAONA Andre Azevedo	04	123965	Natacao do Montijo	2:16.85	25m	18/05/2019
8	FARIA Ricardo Morais	04	127370	Ba-Leiria	2:17.40	25m	09/11/2019
9	FRASQUILHO Afonso Figueiredo	04	153353	Sporting	2:17.85	25m	24/11/2019
10	PINTO Afonso Cipriano	04	153352	Sporting	2:17.94	25m	24/11/2019
11	CHOCAS Afonso Alves	04	126756	Electrico Clube	2:19.54	25m	18/05/2019
12	BARRY Rafael Francisco	04	128316	Naval do Funchal	2:19.64	25m	16/12/2018
13	SANTOS Vasco Malia	04	153124	Natacao de Lagos	2:20.10	25m	24/11/2019
14	SIMOES Miguel Costa	04	132350	Cova da Piedade	2:20.29	25m	
15	MAIA Felipe Menegassi	04	207683	Alges	2:20.31	25m	18/05/2019
16	CORREIA Francisco Alves	04	131389	Litoral Alentejano	2:20.65	25m	26/10/2019
17	LOPES Tiago Fanha	04	129520	Natacao do Montijo	2:20.78	25m	14/07/2019
18	GONCALVES Duarte Cadima	04	153295	Natacao do Montijo	2:21.07	25m	14/07/2019
19	LOPES Francisco Oliveira	04	120038	Bombeiros Ponta Delgada	2:21.53	25m	14/07/2019
20	SANTOS Joao Afonso	04	153371	Sporting	2:21.88	25m	14/07/2019
21	NOGUEIRA Tiago Morgado	04	202389	Colegio Monte Maior	2:22.17	25m	29/06/2019
22	SILVA Miguel Madeira	04	132664	AONDA-Azeitao	2:22.33	25m	25/04/2019
23	SANTOS Guilherme Machado	04	200202	Uniao Piedense	2:22.62	25m	14/07/2019
24	FARIAS Alexandre Moreira	04	132174	Louletano / Loule Concelho	2:23.02	25m	11/05/2019
25	TROMBINHAS Tiago Miguel	04	201495	Colegio Monte Maior	2:23.21	25m	18/05/2019
26	TSYKAL Daniel	04	128727	Alcobaca	2:23.34	25m	18/05/2019
27	FERNANDES Martim Pestana	04	130526	Naval do Funchal	2:24.00	25m	23/11/2019
28	AUGUSTO Goncalo Gomes	04	127270	AONDA-Azeitao	2:24.17	25m	24/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 23, Masc., 200m Estilos

29	OLIVEIRA Vasco Peixoto	04	132490	Alcobaca	2:25.10	25m	18/05/2019
30	FOCK Yann Chetelat	04	129699	Avancado EUL	2:25.26	25m	02/02/2019
31	SILVA Hugo Tomas	04	200491	AONDA-Azeitao	2:25.34	25m	24/11/2019
32	ANICETO Joao Gabriel	04	129790	Ba-Leiria	2:25.53	25m	22/06/2019
33	FERNANDES Rodrigo Neves	04	150758	Gesloures	2:25.69	25m	24/11/2019
34	AFONSO Martim Rodrigues	04	205149	Aquatico Silves	2:26.01	25m	09/11/2019
35	TRISTAO Miguel Salomao	04	129885	Portinado	2:26.19	25m	20/10/2019
36	GASPAR Andre Jesus	04	132481	Gualdim Pais	2:26.26	25m	23/11/2019
37	MIRA Tomas Martins	04	132215	Naval Setubalense	2:26.54	25m	24/11/2019
38	PACHECO Francisco Silva	04	125117	Nucleo Sporting da Terceira	2:26.58	25m	19/01/2019
39	FAUSTINO Joao Pedro	04	203986	Cova da Piedade	2:26.75	25m	
40	NUNES Jaeden Michael	04	202508	Belenenses	2:26.90	25m	24/11/2019
41	NETO Tomas Pratas	04	132652	Palmela Desporto	2:27.13	25m	14/07/2019
42	SOUSA Vasco Silva	04	133022	Ba-Leiria	2:27.34	25m	23/11/2019
43	SILVA Daniel Alexandre	04	204626	Natacao Olhao	2:27.35	25m	
44	NUNES Afonso Miguel	04	148356	Juventude Atlantico	2:27.48	25m	14/07/2019
45	ANJO Miguel Filipe	04	201394	Cova da Piedade	2:27.69	25m	
46	MONTEIRO Diogo Miguel	04	147200	Despertarecorde	2:27.95	25m	
47	MORAIS Alexandre Duarte	04	132645	Palmela Desporto	2:27.96	25m	18/05/2019

Prova 24
08/12/2019

Femin., 200m Livres

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	1:58.62	DURAES Diana Margarida	POR	Copenhagen (DEN)	16/12/2017
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:03.90	MOURA Maria Ferreira	POR	Algés	29/06/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:04.38	REBELO Camila Rodrigues	POR	Coimbra	25/06/2017

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 2:23.98 - 25m: 2:21.16 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 2:28.13 - 25m: 2:25.23

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição	
Juvenis B						
1	BRITES Marta Lopes	06	132069	Naval de Ponta Delgada	2:13.67	25m
2	CARAPINHA Ariana Bento	06	148277	Nautico Marinha Grande	2:13.76	25m 31/03/2019
3	FLORINDO Helena Neto	06	129426	Electrico Clube	2:16.18	25m 31/03/2019
4	BARBEITO Laura Espinola	06	201165	Nucleo Sporting da Terceira	2:17.26	25m 12/07/2019
5	NEVES Diana Patricia	06	130031	Naval da Horta	2:17.30	25m 12/07/2019
6	TEIXEIRA Ines Correia	06	133334	Amadora	2:17.46	25m 31/03/2019
7	COELHO Maria Leonor	06	132470	Benfica	2:17.48	25m 10/03/2019
8	COSTA Maria Jardim	06	205248	Desportivo Nacional	2:18.60	25m 29/03/2019
9	ALVES Maria Madalena	06	132854	Ba-Leiria	2:18.85	25m 09/03/2019
10	COSTA Catarina Gomes	06	201543	Avancado EUL	2:19.34	25m 24/11/2019
11	DINIS Filipa Paiva	06	200033	Ba-Leiria	2:19.61	25m 31/03/2019
12	PARRA Joana Santos	06	132301	Natacao Olhao	2:19.80	25m
13	FARIA Leonor Verissimo	06	143779	Nucleo de Pombal	2:20.70	25m 31/03/2019
14	CAMACHO Carolina Martins	06	202646	Uniao Piedense	2:24.45	50m 26/07/2019
15	ASCENSO Maria Joao	06	200444	Nautico Marinha Grande	2:21.26	25m 24/11/2019
16	FERNANDES Ines Goncalves	06	132489	Nautico Abrantes	2:21.72	25m 31/03/2019
17	ROMAO Ana Teresa	06	200128	Louletano / Loule Concelho	2:22.37	25m 23/11/2019
18	MARQUES Margarida Barbara	06	200396	Alges	2:22.85	25m 24/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 24, Femin., 200m Livres

19	FREITAS Margarida Ramos	06	131345	Desportivo Nacional	2:23.08	25m	23/11/2019
20	CUNHA Sofia Simao	06	201905	Pimpoes/Cimai	2:23.37	25m	31/03/2019
21	MENDES Erica Candeias	06	147116	Amadora	2:23.45	25m	24/11/2019
22	LOURA Raquel Maria	06	201341	Natacao de Faro	2:23.58	25m	23/11/2019
23	FREITAS Beatriz Rodrigues	06	200543	Naval do Funchal	2:24.05	25m	08/06/2019
24	OLIVEIRA Marina Alexandra	06	200174	Naval Setubalense	2:24.10	25m	10/03/2019
25	GOMES Maria Isabel	06	202295	Naval de Ponta Delgada	2:24.42	25m	31/03/2019
26	MAGALHAES Luana Cardoso	06	201688	Bombeiros Estoris	2:24.91	25m	24/11/2019
27	SILVA Rita Borges	06	200715	Amadora	2:25.06	25m	24/11/2019

Juvenis A

1	PIRES Marta Joao	05	147235	Alges	2:07.24	25m	13/07/2019
2	SIMOES Ana Beatriz	05	153354	Sporting	2:11.91	25m	16/12/2018
3	NICOLAU Margarida Claudino	05	200214	Torres Novas	2:12.58	25m	16/12/2018
4	SEBASTIAO Sofia Antunes	05	147121	Amadora	2:14.12	25m	13/07/2019
5	ALVES Joana Silva	05	200038	Benedita	2:14.32	25m	24/11/2019
6	NOBRE Beatriz Gaspar	05	153134	Gualdim Pais	2:14.39	25m	16/12/2018
7	COSTA Mafalda Santos	05	132453	Colegio Monte Maior	2:15.28	25m	08/12/2018
8	CARRAO Iris Pereira	05	201392	Laranjeiro	2:15.84	25m	29/06/2019
9	CANINHAS Maria Pinto	05	201666	Natacao do Fundao	2:16.07	25m	
10	GOMES Carolina Fonseca	05	202528	Olivais e Moscavide	2:16.25		
11	SANTOS Mariana Marques	05	150757	Geslours	2:16.57	25m	24/11/2019
12	CARLOTA Catarina Isabel	05	132493	BUZIOS-Coruche	2:16.90	25m	16/12/2018
13	GONCALVES Rita Abibe	05	144730	Geslours	2:17.31	25m	13/07/2019
14	ROSA Sara Henriques	05	129112	Nucleo Sporting da Terceira	2:17.70	25m	24/02/2019
15	SILVA Ana Margarida	05	128816	Natacao do Fundao	2:18.38	25m	22/06/2019
16	SALGADO Soraia Maria	05	132513	Fisica Torres Vedras	2:18.46	25m	13/07/2019
17	COLACO Catarina Neves	05	200599	Natacao de Faro	2:19.44	25m	23/11/2019
18	MONTEIRO Simone Filipe	05	203878	Geslours	2:23.20	50m	16/03/2019
19	MELO Sara Carreira	05	153366	Geslours	2:23.24	50m	16/06/2019
20	BALL Marianna Thais	05	205698	Natacao de Lagos	2:20.20	25m	20/10/2019
21	ARAUJO Maria Clara	05	133482	Naval do Funchal	2:20.61	25m	13/07/2019
22	CONCEICAO Sara Nunes	05	201393	Uniao Piedense	2:20.63	25m	13/07/2019
23	REIS Juliana Branco	05	200453	Alcobaca	2:20.96	25m	24/11/2019
24	JUNQUEIRA Manuela Paccola	05	204477	Naval de Peniche	2:21.15	25m	23/02/2019
25	BERNAT Maria Del Rio	05	200403	Alges	2:21.15	25m	13/07/2019
WDR	TRIBUNA Francisca Otao	05	132463	Benfica	2:17.89	25m	13/07/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 25
08/12/2019

Masc., 100m Livres

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	47.61	NASCIMENTO Miguel Duarte	POR	Hangzhou (CHN)	11/12/2018
Recordes Nacionais 25m Juv A	50.82	VENANCIO Tiago Andre	POR	Braga	23/03/2003
Recordes Nacionais 25m Juv B	52.29	RIBEIRO Diogo Matos	POR	Coimbra	11/05/2019

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 1:00.15 - 25m: 58.97 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 1:01.27 - 25m: 1:00.07

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tempo	Distância	Tp inscrição
Juvenis B							
1	ROSA Simao Dinis	05	132611	Torres Novas	55.19	25m	
2	SOUSA Afonso Coelho	05	127647	Nucleo Sporting da Terceira	56.13	25m	20/07/2019
3	OLIVEIRA Miguel Fernandes	05	130926	Nautico Marinha Grande	56.73	25m	17/02/2019
4	CABRAL Jose Pinto	05	130623	Viver Santarem	56.87	25m	24/11/2019
5	ALVAREZ Pedro Mahua	05	208096	Sporting	59.66	50m	27/07/2019
6	BILRO Simao Valadas	05	147049	Aminata	57.17	25m	17/11/2019
7	MARQUES Andre Henriques	05	129665	Benfica	57.40	25m	24/11/2019
8	DURO Tomas Ferreira	05	132663	Colegio Monte Maior	57.85	25m	31/03/2019
9	CORTES Martim Silva	05	200486	AONDA-Azeitao	58.18	25m	23/11/2019
10	DIAS Diogo Rafael	05	202931	Despertarecorde	58.18	25m	31/03/2019
11	MOREIRA Lucas Filipe	05	200035	Ba-Leiria	58.30	25m	23/11/2019
12	ALEKSYEYEV Artur Paulo	05	200380	Viver Santarem	58.50	25m	24/11/2019
13	FREITAS Filipe Simoes	05	202349	Sporting	1:01.16	50m	27/07/2019
14	VASCONCELOS Francisco Lour	05	201698	Gesloures	59.23	25m	03/11/2019
15	BARTOLO Tiago Silva	05	205340	Alges	59.26	25m	23/11/2019
16	ANACLETO Miguel Correia	05	151340	Sporting	59.52	25m	31/03/2019
17	PIRES Joao Antonio	05	201027	Torres Novas	1:00.06	25m	24/11/2019
18	PINHEIRO Joao Seixedo	05	205374	Naval Setubalense	1:00.07	25m	
19	TEIXEIRA Tomas Borges	05	148451	Nucleo Sporting da Terceira	1:00.07	25m	
20	AMADO Pedro Maria	05	148286	Alges	1:00.07	25m	
21	COSTA Afonso Lucio	05	202216	Sporting	1:00.07	25m	
WDR	FRIBERGH Joel Michael	05	203916	Bombeiros Estoris	1:00.01	25m	20/06/2019

Juvenis A

1	REIS Rodrigo Miguel	04	129842	Ba-Leiria	52.83	25m	20/10/2019
2	SILVA Gustavo Carvalho	04	128796	Naval Praia da Vitoria	54.56	25m	26/10/2019
3	ALMEIDA Bernardo Victorino	04	153357	Sporting	54.67	25m	19/05/2019
4	REBELO Joao Lourenco	04	132558	Alges	55.25	25m	14/07/2019
5	CASTANHEIRA Guilherme Silva	04	131232	Ba-Leiria	55.56	25m	23/11/2019
6	CLARA Vitor Belo	04	127243	Ba-Leiria	55.65	25m	22/06/2019
7	LOPES Rafael Caceres	04	201395	Uniao Piedense	58.20	50m	12/05/2019
8	FARIA Ricardo Morais	04	127370	Ba-Leiria	55.79	25m	24/11/2019
9	PAZ Antonio Manuel	04	119312	Bombeiros Ponta Delgada	55.94	25m	26/10/2019
10	GOMES Guilherme Sousa	04	153562	Aquatico Silves	56.03	25m	10/11/2019
11	SILVA Miguel Madeira	04	132664	AONDA-Azeitao	56.31	25m	14/07/2019
12	BARRY Rafael Francisco	04	128316	Naval do Funchal	56.37	25m	14/07/2019
13	FERNANDES Diogo Henrique	04	133152	Naval do Funchal	56.40	25m	22/11/2019
14	RODEIA Jose Miguel	04	128116	Louletano / Loule Concelho	56.75	25m	10/11/2019
15	MAIA Felipe Menegassi	04	207683	Alges	56.78	25m	23/11/2019
16	PENELAS Joao Pedro	04	150754	Gesloures	56.79	25m	24/11/2019



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 25, Masc., 100m Livres

17	GONCALVES Duarte Cadima	04	153295	Natacao do Montijo	56.95	25m	13/07/2019
18	PALMA Francisco Caetano	04	147220	Zona Azul	59.52	50m	07/07/2019
19	FERNANDES Rodrigo Cardoso	04	200556	Cartaxo	57.05	25m	24/11/2019
20	OLIVEIRA Pedro Nuno	04	202589	Torres Novas	57.08	25m	23/02/2019
21	SIMOES Miguel Costa	04	132350	Cova da Piedade	57.09	25m	
22	FARIAS Alexandre Moreira	04	132174	Louletano / Loule Concelho	57.09	25m	24/11/2019
23	MORAIS Alexandre Duarte	04	132645	Palmela Desporto	57.12	25m	14/07/2019
24	VIEIRA Tomas Sa	04	131504	Alges	57.27	25m	14/07/2019
25	SANTOS Guilherme Machado	04	200202	Uniao Piedense	59.82	50m	11/05/2019
26	CARVALHO Antonio Lombardi	04	129886	Sporting	57.70	25m	16/12/2018
27	FRANCISCO Afonso Romao	04	204573	Cova da Piedade	57.89	25m	
28	MIRA Tomas Martins	04	132215	Naval Setubalense	58.00	25m	19/05/2019
29	FAUSTINO Joao Pedro	04	203986	Cova da Piedade	58.14	25m	
30	FERREIRA Leonardo Filipe	04	203400	Naval do Funchal	58.21	25m	14/07/2019
31	SANTOS Vasco Malia	04	153124	Natacao de Lagos	58.35	25m	02/11/2019
32	TROMBINHAS Tiago Miguel	04	201495	Colegio Monte Maior	58.59	25m	19/05/2019
33	GROSHEV Vladislav	04	132754	FC Ferreiras/AlgarExperience	58.77	25m	
34	GUERREIRO Joao Negreiros	04	209459	Laranjeiro	58.80	25m	23/11/2019
EXH 35	TIGRE Victor Bethlem	04	208094	Sporting	58.93	25m	14/07/2019
36	ANICETO Joao Gabriel	04	129790	Ba-Leiria	58.95	25m	22/06/2019

Prova 26
08/12/2019

Femin., 100m Bruços

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	1:07.17	GOMES Diana Duarte	POR	S. António Cavaleiros	19/12/2009
Recordes Nacionais 25m Juv A	1:09.59	GOMES Diana Duarte	POR	Tomar	13/03/2004
Recordes Nacionais 25m Juv B	1:11.76	GOMES Diana Duarte	POR	Reboleira	28/06/2003

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 1:25.48 - 25m: 1:22.99 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 1:27.10 - 25m: 1:24.57

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	FERREIRA Francisca Santos	06	200402	Alges	1:18.22	25m	22/11/2019
2	ANTUNES Rebeca Leonor	06	148284	Colegio Vasco da Gama	1:18.42	25m	29/06/2019
3	MADIRA Margarida Correia	06	200050	Nautico Marinha Grande	1:18.80	25m	23/11/2019
4	FROIS Maria Francisca	06	129330	Ba-Leiria	1:20.49	25m	31/03/2019
5	DUARTE Catarina Danae	06	201687	Bombeiros Estoris	1:20.85	25m	25/04/2019
6	BELO Catarina Machado	06	200036	Benedita	1:21.87	25m	23/11/2019
7	LOPES Matilde Nunes	06	201711	Benfica	1:21.90	25m	22/11/2019
8	BRIZIDA Filipa Roma	06	202469	Ba-Leiria	1:22.36	25m	20/10/2019
9	DIAS Salome Silva	06	200267	CCDSerta	1:24.71	50m	27/07/2019
10	PEREIRA Matilde Aparicio	06	200477	Amadora	1:22.74	25m	25/04/2019
11	SA Madalena Correa	06	201548	Gesloures	1:23.13	25m	20/06/2019
12	MARTINS Ines Cravo	06	205215	Louletano / Loule Concelho	1:23.31	25m	10/03/2019
13	CALDES Ana Sofia	06	132416	Elvense	1:26.12	50m	27/07/2019
14	COSTA Beatriz Portugal	06	133278	Benfica	1:24.12	25m	01/11/2019
15	VALENTE Maria Esteves	06	202954	Benfica	1:24.32	25m	22/11/2019
16	PEREIRA Joana Marques	06	131193	Desportivo Nacional	1:24.57		
17	DEUS Ines Portugal	06	203091	Naval do Funchal	1:24.57	25m	

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 26, Femin., 100m Bruços

18	SEQUEIRA Beatriz Meneses	06	132695	Naval do Funchal	1:24.57	25m	
19	ZACARIAS Mariana Ramos	06	200183	Naval Setubalense	1:24.57	25m	
20	TOME Rita Bernardo	06	132142	Nautico Salvaterra Magos	1:24.57	25m	
21	BOROZAN Cristina	06	200126	Louletano / Loule Concelho	1:24.57	25m	
WDR	GAMA Beatriz Fernandes	06	151459	Sporting	1:25.01	25m	20/06/2019

Juvenis A

1	NUNES Margarida Domingues	05	201398	Avancado EUL	1:14.33	50m	
2	REIS Erica Cristina	05	200201	Sporting	1:15.16	25m	20/06/2019
3	ESTEVEENS Laura Fabiana	05	129315	Natacao Olhao	1:15.57	25m	
4	SILVA Ana Carolina	05	124090	Naval Praia da Vitoria	1:16.02	25m	23/05/2019
5	RICARDO Maria Correia	05	129496	Naval Setubalense	1:16.97	25m	13/07/2019
6	FERREIRA Joana Rosa	05	130757	Naval de Peniche	1:19.87	25m	05/05/2019
7	GAMA Joana Fernandes	05	153361	Sporting	1:20.35	25m	19/05/2019
8	PIRES Laura Joao	05	148663	Natacao do Fundao	1:22.77	50m	
9	ENGELLEN Zoe	05	133012	Louletano / Loule Concelho	1:20.95	25m	10/11/2019
10	REIS Juliana Branco	05	200453	Alcobaca	1:21.24	25m	23/11/2019
11	FERNANDES Maria Teresa	05	132557	Alges	1:21.79	25m	19/05/2019
12	MARQUES Maria Ines	05	130822	Alcobaca	1:21.89	25m	08/12/2018
13	VARGAS Maria Carolina	05	132561	Benfica	1:22.63	25m	22/11/2019
14	SILVEIRA Sofia Pereira	05	131899	Bombeiros Ponta Delgada	1:22.99	25m	
WDR	REIS Beatriz Grave	05	201149	Rio Maior	1:16.54	25m	15/03/2019

Prova 27
08/12/2019

Masc., 200m Mariposa

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	1:53.39	CARVALHO Diogo Filipe	POR	Istambul (TUR)	12/12/2009
Recordes Nacionais 25m Juv A	2:03.38	SILVA Diogo Parrilha da	POR	Alcobaça	13/06/2009
Recordes Nacionais 25m Juv B	2:06.17	RIBEIRO Diogo Matos	POR	Felgueiras	27/04/2019

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 2:30.75 - 25m: 2:26.36 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 2:33.49 - 25m: 2:29.02

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tp inscrição		
Juvenis B							
1	GOUVEIA Luis Galvao	05	127884	Desportivo Nacional	2:15.82	25m	22/11/2019
2	FERRAO Gabriel Carvalho	05	132345	Cova da Piedade	2:19.45	25m	
3	CABRAL Jose Pinto	05	130623	Viver Santarem	2:19.51	25m	24/11/2019
4	PINTO Tiago Rodrigues	05	132514	Sporting	2:20.12	25m	22/11/2019
5	DIAS Andre Vicente	05	132697	Desportivo Nacional	2:21.89	25m	22/11/2019
6	SARREIRA Tomas Amor	05	132117	Nautico Marinha Grande	2:22.53	25m	24/11/2019
7	PEREIRA Manuel Angelo	05	151305	Sporting	2:27.00	50m	27/07/2019
8	OLIVEIRA Diogo Alexandre	05	130414	Naval do Funchal	2:23.76	25m	10/11/2019
9	GABOLEIRO Guilherme Filipe	05	130049	Rio Maior	2:26.37	25m	24/11/2019
10	RODRIGUES Joao Luis	05	130527	Naval do Funchal	2:30.91	50m	27/07/2019
11	GUTUTUI Francisc	05	200907	Alges	2:27.96	25m	31/03/2019
12	TEIXEIRA Tomas Borges	05	148451	Nucleo Sporting da Terceira	2:27.99	25m	13/07/2019
13	OLIVEIRA Simao Lopes	05	200178	Naval Setubalense	2:28.44	25m	22/11/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 27, Masc., 200m Mariposa

Juvenis A

1	SIMOES Bernardo Jorge	04	130250	Colegio Vasco da Gama	2:05.17	25m	22/11/2019
2	CARVALHO Martim Henriques	04	148627	Rio Maior	2:11.12	25m	24/11/2019
3	COSTA Joao Peres	04	130322	Naval Praia da Vitoria	2:13.95	25m	20/07/2019
4	PAZ Antonio Manuel	04	119312	Bombeiros Ponta Delgada	2:16.27	25m	13/07/2019
5	ALVES Paulo Rodrigues	04	124154	Desportivo Nacional	2:16.71	25m	16/03/2019
6	BARAONA Andre Azevedo	04	123965	Natacao do Montijo	2:17.68	25m	14/07/2019
7	NASCIMENTO Angelo Miranda	04	153160	Natacao Olhao	2:18.20	25m	
8	VIEIRA Francisco Ribeiro	04	130443	Fisica Torres Vedras	2:18.56	25m	22/11/2019
9	PINTO Afonso Cipriano	04	153352	Sporting	2:18.79	25m	22/11/2019
10	MATOS Gil Amaral	04	127630	Terceira Clube	2:19.52	25m	26/10/2019
11	CORREIA Francisco Alves	04	131389	Litoral Alentejano	2:22.83	25m	26/10/2019
12	PACHECO Francisco Silva	04	125117	Nucleo Sporting da Terceira	2:24.13	25m	26/10/2019
13	RODRIGUES Rodrigo Reis	04	124155	Sao Roque	2:24.33	25m	26/10/2019
14	SANTOS Joao Afonso	04	153371	Sporting	2:24.56	25m	22/11/2019
15	FRANCISCO Ruben Filipe	04	131728	Portinado	2:24.72	25m	20/10/2019
16	NOGUEIRA Tiago Morgado	04	202389	Colegio Monte Maior	2:24.85	25m	14/07/2019
17	SILVA Guilherme Antonio	04	205156	Aquatico Silves	2:29.56	50m	12/07/2019
18	PROENCA Tiago Barroso	04	129698	Avancado EUL	2:25.33	25m	26/10/2019
19	LOPES Rafael Caceres	04	201395	Uniao Piedense	2:29.68	50m	17/03/2019
WDR	FARIA Ricardo Morais	04	127370	Ba-Leiria	2:26.21	25m	20/10/2019

Prova 28
08/12/2019

Femin., 100m Mariposa

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	58.31	OLIVEIRA Sara Freitas	POR	Dubai (UAE)	18/12/2010
Recordes Nacionais 25m Juv A	1:01.00	CUNHA Mariana Pacheco	POR	Felgueiras	27/04/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	1:02.36	CUNHA Mariana Pacheco	POR	Felgueiras	14/04/2018

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 1:13.48 - 25m: 1:11.34 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 1:14.88 - 25m: 1:12.70

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Nome	Ano	Licença	Clube	Tempo	Distancia	Tp inscrição
1	SILVA Ana Francisca	06	200045	Alcobaca	1:09.53	25m	09/11/2019
2	SIMOES Filipa Mendes	06	129841	Ba-Leiria	1:09.54	25m	09/11/2019
3	BARBEITO Laura Espinola	06	201165	Nucleo Sporting da Terceira	1:10.12	25m	24/05/2019
4	DOMINGOS Filipa Ferraz	06	200878	Sporting	1:10.47	25m	22/11/2019
5	ANTUNES Rebeca Leonor	06	148284	Colegio Vasco da Gama	1:10.67	25m	01/11/2019
6	CATALAO Leonor Tavares	06	202215	Sporting	1:10.76	25m	
7	COSTA Catarina Gomes	06	201543	Avancado EUL	1:10.78	25m	22/11/2019
8	ASCENSO Maria Joao	06	200444	Nautico Marinha Grande	1:11.31	25m	23/11/2019
9	NIZA Beatriz Mocego	06	148435	Amadora	1:12.60	25m	
10	BELO Catarina Machado	06	200036	Benedita	1:12.70	25m	
11	DIAS Julia Alves	06	133479	Desportivo Nacional	1:12.70		
12	SILVA Silvana Suamade	06	131322	Sao Roque	1:12.70	25m	
13	TRINDADE Constanca Arinto	06	200451	Alcobaca	1:12.70	25m	
14	BERNARDINO Dalila Leal	06	204859	Nucleo de Pombal	1:12.70	25m	
15	BUCHA Marta Filipa	06	132484	Viver Santarem	1:14.65	50m	11/05/2019

Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 28, Femin., 100m Mariposa

Juvenis A

1	BENTO Maria Madalena	05	127217	BUZIOS-Coruche	1:05.91	25m	26/10/2019
2	DELGADO Soraia Alexandra	05	153438	Sporting	1:07.29	25m	19/05/2019
3	RINO Maria Pedro	05	148594	Naval Praia da Vitoria	1:08.33	25m	26/10/2019
4	NICOLAU Margarida Claudino	05	200214	Torres Novas	1:08.73	25m	23/11/2019
5	LOURO Ariana Espirito	05	128140	Gualdim Pais	1:08.78	25m	18/05/2019
6	LAGOA Carlota Macedo	05	132179	Ba-Leiria	1:08.99	25m	18/05/2019
7	FRANCA Nicole Patriarca	05	153435	Sporting	1:09.26	25m	22/11/2019
8	VIEIRA Carmo Dias	05	201319	Avancado EUL	1:10.04	25m	26/10/2019
9	FERREIRA Joana Rocha	05	201560	Benfica	1:10.07	25m	22/11/2019
10	GOMES Carolina Fonseca	05	202528	Olivais e Moscavide	1:10.20		
11	NEVES Daniela Lourenco	05	132684	CCDSerta	1:11.37	50m	06/07/2019
12	TORGAL Madalena Sampaio	05	132521	Bombeiros Estoris	1:10.54	25m	20/06/2019
13	CARRAO Iris Pereira	05	201392	Laranjeiro	1:11.22	25m	14/07/2019

Prova 29
08/12/2019

Masc., 4 x 100m Estilos

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	3:34.53	CCD Estrelas S. Joao de Brito	POR	Porto	19/12/2014
Recordes Nacionais 25m Juv A	3:59.39	Clube Futebol Os Belenenses	POR	Algés	14/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv	3:59.39	Clube Futebol Os Belenenses	POR	Algés	14/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:04.46	Grupo Desp. Natacao V. N. Famalic	POR	Estarreja	14/12/2014

TAC-JUVAMasc Juv A 50m: 4:45.89 - 25m: 4:40.28 / TAC-JUVBMasc Juv B 50m: 4:57.32 - 25m: 4:51.49

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Licença	Clube	Tp inscrição
1		Benfica-JUV B	4:24.05
2		Sporting-JUV B	4:24.09
3		Cova da Piedade-JUV B	4:27.98
4		Alges-JUV B	4:28.40
5		Naval do Funchal-JUV B	4:28.50
6		Nautico Marinha Grande-JUV B	4:28.80
7		Beja-JUV B	4:47.28

Juvenis A

1	Ba-Leiria-JUV A	Ba-Leiria	4:04.29
2	Sporting-JUV A	Sporting	4:10.90
3	Alges-JUV A	Alges	4:14.12
4	Naval do Funchal-JUV A	Naval do Funchal	4:16.87
5	Gesloures-JUV A	Gesloures	4:23.57
6	Aquatico Silves-JUV A	Aquatico Silves	4:25.48
7	Natacao Olhao-JUV A	Natacao Olhao	4:28.11
8	Portinado-JUV A	Portinado	4:35.81
9	Juventude Atlantico-JUV A	Juventude Atlantico	4:40.28



Torneio Zonal de Juvenis (Zona Sul)
Sines, 6 - 8/12/2019

Prova 30
08/12/2019

Femin., 4 x 100m Livres

Juvenis
Lista inscritos

Recordes Nacionais 25m Absoluto	3:44.99	Futebol Clube do Porto/Dolce Vita	POR	Porto	04/12/2010
Recordes Nacionais 25m Juv A	4:01.73	Sporting Clube de Portugal	POR	Algés	13/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv	4:01.73	Sporting Clube de Portugal	POR	Algés	13/07/2019
Recordes Nacionais 25m Juv B	4:05.21	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	Estarreja	10/06/2019

TAC-JUVA Fem Juv A 50m: 4:37.05 - 25m: 4:31.62 / TAC-JUVB Fem Juv B 50m: 4:42.25 - 25m: 4:36.71

Conversão tempo inscrição: Conversão com pontos FINA

Rank	Licença	Clube	Tp inscrição	
Juvenis B				
1	Ba-Leiria-JUV B	Ba-Leiria	4:20.75	
2	Sporting-JUV B	Sporting	4:22.05	
3	Amadora-JUV B	Amadora	4:22.73	
4	Nautico Marinha Grande-JUV B	Nautico Marinha Grande	4:22.93	
5	Benfica-JUV B	Benfica	4:23.03	
6	Louletano / Loule Concelho-JUV B	Louletano / Loule Concelho	4:28.61	
7	Naval do Funchal-JUV B	Naval do Funchal	4:30.24	
8	Naval de Ponta Delgada-JUV B	Naval de Ponta Delgada	4:30.80	
9	Desportivo Nacional-JUV B	Desportivo Nacional	4:31.78	
10	Pimpoes/Cimai-JUV B	Pimpoes/Cimai	4:32.99	
11	Naval Setubalense-JUV B	Naval Setubalense	4:35.12	
12	Bombeiros Estoris-JUV B	Bombeiros Estoris	4:36.53	25m 24/11/2019

Juvenis A

1	Sporting-JUV A	Sporting	4:10.13	
2	Gesloures-JUV A	Gesloures	4:12.05	
3	Alges-JUV A	Alges	4:19.91	
4	Naval de Peniche-JUV A	Naval de Peniche	4:25.83	
WDR	Benfica-JUV A	Benfica	4:26.61	