

PAULO FRAGUEIRO FRANCO, 1982

CARREIRA DESPORTIVA (resumo):

1) Nadador Federado de 1989 a 2012;

2) 17 Internacionalizações, mais importantes:

- Campeonatos da Europa de Júnior:

Rússia (Moscou), 1999

França (Dunquerque), 2000

- *Multinations*:

República Checa (Praga), 1998 [Medalha de Ouro aos 200 Mariposa].

Chipre (Limassol), 2000 [Medalha de Prata aos 400 Estilos e 1500 Livres].

- *Mare Nostrum*:

Espanha (Barcelona), 1999.

Espanha (Barcelona), 2002.

- OPEN de França, 2004.

3) 4 Recordes Nacionais individuais:

- Três (3) de Categoria:

Infantil, 200 Mariposa com 2:25.27 em 1995.

Júnior, 400 Estilos com 4:34.60 em 1999.

Sénior, 800 livres com 7:59.51 em 2009.

- Um (1) Absoluto:

800 Livres com 7:59.51 em 2009.

4) 1.º Nadador português a baixar a barreira dos 8 minutos nos 800L, piscina de 25 metros;

5) 100 Medalhas Nacionais (28 ouros, 45 pratas e 27 bronzes), sendo o nadador mais medalhado de sempre da Madeira;

6) 1.º Título Campeão Nacional Categoria:

- 400 livres 4:37.33 em 1995 nos Olivais.

7) 1.º Título Campeão Nacional Absoluto:

- 400 estilos 4:34.60 em 1999 em Famalicão.

8) Último título de Campeão Nacional Absoluto: 1500 livres em 2011 na Póvoa de Varzim.

9) Recordes Regionais Absolutos, os que ainda permanecem:

- Piscina de 25 metros: 400L, 800L, 1500L, 200M e 400EST.

- Piscina de 50 metros: 400L, 800L, 1500L e 400EST.

10) Atleta Residente no "Centro de Alto Rendimento" do Jamor (2000/01 a 2003/4);

11) Atualmente, Diretor Técnico Nacional Adjunto da Federação Portuguesa de Natação.

