

1 - Jornada Única / 1.ª Sessão

21/12/2019 - 9:15

| Prova 1<br>21/12/2019     | Masc., 100m Mariposa |                          |     |                       | Absoluto<br>Lista inscritos |
|---------------------------|----------------------|--------------------------|-----|-----------------------|-----------------------------|
| Recorde Regional Absoluto | 55.09                | SEQUEIRA, Afonso Meneses | CNF | Funchal               | 10/12/2016                  |
| Recorde Regional Sen      | 55.34                | FRANCO, Joao Fragueiro   | CNF | S. Antonio Cavaleiros | 20/12/2009                  |
| Recorde Regional Jun18    | 55.09                | SEQUEIRA, Afonso Meneses | CNF | Funchal               | 10/12/2016                  |
| Recorde Regional Jun17    | 56.11                | SEQUEIRA, Afonso Meneses | CNF | Porto                 | 12/12/2015                  |
| Recorde Regional Juv A    | 58.04                | SEQUEIRA, Afonso Meneses | CNF | Leiria                | 13/12/2014                  |
| Recorde Regional Juv B    | 58.96                | VARGAS, Henrique Luis    | CNF | Funchal               | 24/07/2013                  |
| Recorde Regional Inf A    | 1:01.59              | CAIRES, Nuno Costa       | CNF | Funchal               | 12/07/2008                  |
| Recorde Regional Inf B    | 1:04.84              | CASTRO, Joao Cruz        | CSM | Funchal               | 24/07/2013                  |

TAC Nacionais Inf B: 1:17.10; Inf A: 1:12.30; Juv B: 1:03.49; Juv A: 1:01.39; Jun17: 58.72; Jun18: 58.43; Sen19: 57.53; 20 +: 57.24 /  
TAC Zonais Inf B: 1:17.50; Inf A: 1:12.60

|    |                            | Ano |                                  |         |
|----|----------------------------|-----|----------------------------------|---------|
| 1  | FERREIRA, Miguel Goncalves | 93  | Clube Desportivo Nacional        | 56.52   |
| 2  | FERNANDES, Joao Vitor      | 00  | Clube Escola O Liceu             | 57.46   |
| 3  | ALVES, Paulo Rodrigues     | 04  | Clube Desportivo Nacional        | 59.47   |
| 4  | BARRY, Rafael Francisco    | 04  | Clube Naval do Funchal           | 59.56   |
| 5  | MARCOS, Joao Freitas       | 01  | Clube Escola O Liceu             | 1:01.87 |
| 6  | RODRIGUES, Renato Correia  | 03  | Juventude Atlantico Clube        | 1:04.72 |
| 7  | RODRIGUES, Joao Luis       | 05  | Clube Naval do Funchal           | 1:04.95 |
| 8  | BAPTISTA, Tiago Ornelas    | 03  | Clube Naval do Funchal           | 1:05.02 |
| 9  | FERREIRA, Luis Duarte      | 89  | Clube Escola O Liceu             | 1:06.60 |
| 10 | MELIM, Bruno Pontes        | 03  | Juventude Atlantico Clube        | 1:07.12 |
| 11 | CASTRO, Martim Pereira     | 02  | Clube Escola O Liceu             | 1:07.14 |
| 12 | NUNES, Afonso Miguel       | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 1:08.03 |
| 13 | PEREIRA, Jordao Abreu      | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 1:08.30 |
| 14 | PITA, Pedro Miguel         | 06  | Clube Naval do Funchal           | 1:08.44 |
| 15 | FERNANDES, Diogo Henrique  | 04  | Clube Naval do Funchal           | 1:08.45 |
| 16 | PAULOS, Joao Afonso        | 06  | Clube Naval do Funchal           | 1:08.94 |
| 17 | SILVA, Eduardo Rodrigues   | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 1:11.14 |
| 18 | PAULOS, Francisco Silva    | 02  | Clube Naval do Funchal           | 1:12.06 |
| 19 | TELES, Artur Corte         | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 1:13.01 |
| 20 | ALVES, Andre Camara        | 05  | Clube Desportivo Nacional        | 1:13.35 |
| 21 | ABREU, Joao Francisco      | 06  | Clube Naval do Funchal           | 1:13.57 |
| 22 | ALVES, Tiago Pires         | 05  | Juventude Atlantico Clube        | 1:13.64 |
| 23 | FREIRE, Gabriel Coelho     | 03  | Associacao Desportiva de Machico | 1:15.00 |
| 24 | FERRAZ, Luis Afonso        | 06  | Clube Naval do Funchal           | 1:16.83 |
| 25 | AGUILAR, Luis Santos       | 04  | Clube Desportivo Nacional        | 1:19.71 |
| 26 | ALMEIDA, Joao Francisco    | 07  | Clube Naval do Funchal           | 1:25.38 |
| 27 | COSTA, Guilherme Corte     | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 1:26.13 |
| 28 | SILVA, Joao Luis           | 06  | Clube Escola O Liceu             | 1:29.84 |
| 29 | VIEIRA, Tiago Pestana      | 06  | Clube Naval do Funchal           | 1:31.90 |
| 30 | KOVAL, Igor                | 03  | Clube Desportivo Nacional        | 1:32.61 |
| 31 | VIEIRA, Luis Henrique      | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 1:34.26 |
| 32 | JARDIM, Andre Saldanha     | 06  | Associacao Desportiva de Machico | 1:40.00 |
| 33 | PERESTRELO, Pedro Antonio  | 96  | Associacao Desportiva de Machico | 1:40.00 |
| 34 | NUNES, Henrique Dias       | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 1:44.96 |
| 35 | FERNANDES, Afonso Berimbau | 07  | Juventude Atlantico Clube        | 1:45.20 |

Prova 2 Femin., 100m Mariposa Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 1:24.73; Inf A: 1:19.73; Juv B: 1:10.72; Juv A: 1:09.49; Jun16: 1:07.35; Jun17: 1:07.01; Sen18: 1:05.61;  
19 + 50m: 1:06.17 / TAC Zonais Inf B: 1:25.00; Inf A: 1:20.00

|    |                             | Ano |                            |  |         |
|----|-----------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1  | BOULHOSA, Carolina Abreu    | 01  | Clube Naval do Funchal     |  | 1:05.50 |
| 2  | SOUSA, Joana Francisca      | 04  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 1:09.73 |
| 3  | CAMACHO, Laura Fernandes    | 04  | Clube Naval do Funchal     |  | 1:12.02 |
| 4  | COSTA, Maria Jardim         | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:13.32 |
| 5  | SILVA, Silvana Suamade      | 06  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 1:13.51 |
| 6  | JARDIM, Lara Filipa         | 06  | Clube Naval do Funchal     |  | 1:13.84 |
| 7  | RAMOS, Barbara Emerick      | 04  | Juventude Atlantico Clube  |  | 1:15.35 |
| 8  | SOUSA, Ivana Valentina      | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:16.64 |
| 9  | TEMBE, Ines Afonso          | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:20.78 |
| 10 | FREITAS, Margarida Ramos    | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:22.02 |
| 11 | FARIA, Laura Pereira        | 06  | Juventude Atlantico Clube  |  | 1:23.55 |
| 12 | ALVES, Juliana Rodrigues    | 08  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:27.67 |
| 13 | BAPTISTA, Constanca Ornelas | 06  | Clube Naval do Funchal     |  | 1:33.31 |
| 14 | CANADA, Maria Elvira        | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:33.72 |
| 15 | FREITAS, Maria Raquel       | 07  | Clube Naval do Funchal     |  | 1:34.25 |
| 16 | TEMTEM, Sara Maria          | 07  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:37.55 |
| 17 | CRO, Isabel Matilde         | 00  | Clube Escola O Liceu       |  | 1:38.00 |
| 18 | PEREIRA, Maria Clara        | 08  | Clube Desportivo Nacional  |  | 1:45.02 |
| 19 | PEREIRA, Sofia Jardim       | 08  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:20.00 |

Prova 3 Masc., 200m Costas Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

|                           |         |                       |     |                       |            |
|---------------------------|---------|-----------------------|-----|-----------------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:02.37 | MELIM, Oscar Ramos    | CDN | S. Antonio Cavaleiros | 20/12/2009 |
| Recorde Regional Sen      | 2:02.37 | MELIM, Oscar Ramos    | CDN | S. Antonio Cavaleiros | 20/12/2009 |
| Recorde Regional Jun18    | 2:06.22 | MELIM, Oscar Ramos    | CDN | Funchal               | 10/07/2004 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:06.65 | FERNANDES, Rui Afonso | CDN | Leiria                | 15/12/2019 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:06.54 | FERNANDES, Rui Afonso | CDN | Tomar                 | 15/12/2018 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:08.37 | FERNANDES, Rui Afonso | CDN | Funchal               | 01/08/2018 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:17.56 | FREITAS, Tomas Miguel | CDN | Funchal               | 25/06/2004 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:23.91 | FREITAS, Tomas Miguel | CDN | Funchal               | 28/06/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 2:39.57; Inf A: 2:29.16; Juv B: 2:21.26; Juv A: 2:17.66; Jun17: 2:12.67; Jun18: 2:12.01; Sen19: 2:08.98;  
20 +: 2:08.34 / TAC Zonais Inf B: 2:45.00; Inf A: 2:36.00

|    |                           | Ano |                            |  |         |
|----|---------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1  | GOUVEIA, Luis Galvao      | 05  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:21.05 |
| 2  | RODRIGUES, Rodrigo Reis   | 04  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 2:22.75 |
| 3  | OLIVEIRA, Diogo Alexandre | 05  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:29.42 |
| 4  | FERRO, Henrique Martins   | 01  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:33.66 |
| 5  | ALVES, Pedro Miguel       | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:40.71 |
| 6  | GONCALVES, Martim Luis    | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:43.83 |
| 7  | BOULHOSA, Rodrigo Abreu   | 05  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:45.09 |
| 8  | NEVES, Tiago Brazao       | 07  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:48.06 |
| 9  | OLIVEIRA, Afonso Miguel   | 07  | Juventude Atlantico Clube  |  | 2:49.24 |
| 10 | ARAUJO, Joao Caldeira     | 07  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:49.99 |

Prova 3, Masc., 200m Costas

|                          |    |                            |         |
|--------------------------|----|----------------------------|---------|
| 11 ALVES, Diogo Basilio  | 07 | Juventude Atlantico Clube  | 3:10.00 |
| 12 SMIRNOV, Dmytro       | 07 | Clube Desportivo Sao Roque | 3:13.93 |
| 13 ALVES, Afonso Pires   | 05 | Juventude Atlantico Clube  | 3:16.57 |
| 14 STEFLEA, Andre Sergio | 06 | Clube Desportivo Sao Roque | 3:17.52 |

Prova 4  
21/12/2019

Femin., 200m Costas

Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                          |     |         |            |
|---------------------------|---------|--------------------------|-----|---------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:21.09 | QUINTAL, Fabiana Maria   | CDN | Silves  | 22/12/2007 |
| Recorde Regional Sen      | 2:21.09 | QUINTAL, Fabiana Maria   | CDN | Silves  | 22/12/2007 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:23.46 | QUINTAL, Fabiana Maria   | CDN | Funchal | 03/02/2001 |
| Recorde Regional Jun16    | 2:25.65 | QUINTAL, Fabiana Maria   | CDN | Funchal | 19/07/2000 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:24.92 | ROSA, Beatriz Jong       | CDN | Funchal | 10/07/2015 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:27.90 | NUNES, Joannete Vilarejo | CNF | Funchal | 07/07/1994 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:33.29 | COSTA, Maria Jardim      | CDN | Funchal | 08/06/2019 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:40.09 | REIS, Constantina Isabel | CDN | Funchal | 12/07/1996 |

TAC Nacionais Inf B: 2:50.16; Inf A: 2:41.55; Juv B: 2:34.23; Juv A: 2:32.42; Jun16: 2:28.04; Jun17: 2:27.30; Sen18: 2:25.06;  
19 + 50m: 2:29.28 / TAC Zonais Inf B: 3:00.00; Inf A: 2:50.00

Ano

|                              |    |                           |         |
|------------------------------|----|---------------------------|---------|
| 1 CARICHAS, Joana Medeiros   | 06 | Juventude Atlantico Clube | 2:44.42 |
| 2 ARAUJO, Maria Clara        | 05 | Clube Naval do Funchal    | 2:44.60 |
| 3 ALVES, Catarina Andrade    | 78 | Clube Desportivo Nacional | 2:51.00 |
| 4 PEREIRA, Joana Marques     | 06 | Clube Desportivo Nacional | 2:51.93 |
| 5 FERRO, Maria Leonor        | 06 | Clube Naval do Funchal    | 2:56.77 |
| 6 ANDRADE, Matilde Sousa     | 08 | Clube Naval do Funchal    | 2:59.62 |
| 7 SILVA, Carolina Pestana    | 08 | Clube Naval do Funchal    | 3:01.54 |
| 8 MATEUS, Clarisse Vieira    | 07 | Clube Desportivo Nacional | 3:09.48 |
| 9 MAGALHAES, Julia Silva     | 08 | Juventude Atlantico Clube | 3:20.00 |
| 10 RODRIGUES, Beatriz Mendes | 07 | Clube Naval do Funchal    | 3:20.32 |
| 11 ERRA, Clara Patricia      | 07 | Juventude Atlantico Clube | 3:25.99 |
| 12 GOUVEIA, Susana Isabel    | 04 | Juventude Atlantico Clube | 3:35.75 |
| 13 SOARES, Leonor Silva      | 08 | Clube Desportivo Nacional | 3:45.00 |
| 14 MELIM, Ana Luisa          | 08 | Juventude Atlantico Clube | 3:58.00 |

Prova 5  
21/12/2019

Masc., 100m Estilos

Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                         |      |            |            |
|---------------------------|---------|-------------------------|------|------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 57.76   | MARQUES, Miguel Freitas | JACL | Funchal    | 29/07/2016 |
| Recorde Regional Sen      | 57.76   | MARQUES, Miguel Freitas | JACL | Funchal    | 29/07/2016 |
| Recorde Regional Jun18    | 58.92   | SILVA, Tomas Antonio    | CNF  | Felgueiras | 23/12/2018 |
| Recorde Regional Jun17    | 1:00.04 | SILVA, Tomas Antonio    | CNF  | Funchal    | 26/03/2018 |
| Recorde Regional Juv A    | 1:02.11 | FERNANDES, Joao Vitor   | CDSR | Funchal    | 29/07/2016 |
| Recorde Regional Juv B    | 1:03.82 | FREITAS, Tomas Miguel   | CDN  | Funchal    | 23/03/2005 |
| Recorde Regional Inf A    | 1:03.32 | BARRY, Rafael Francisco | CNF  | Funchal    | 31/07/2018 |
| Recorde Regional Inf B    | 1:06.89 | FREITAS, Tomas Miguel   | CDN  | Funchal    | 19/07/2003 |

TAC Nacionais Jun17: 1:01.76; Jun18: 1:01.46; Sen19: 1:00.15; 20 +: 59.85

Ano

|                               |    |                            |         |
|-------------------------------|----|----------------------------|---------|
| 1 QUINTAL, Nuno Alexandre     | 99 | Clube Desportivo Nacional  | 1:04.50 |
| 2 LEAL, Diogo Silva           | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:08.47 |
| 3 PAULOS, Francisco Silva     | 02 | Clube Naval do Funchal     | 1:08.78 |
| 4 ALVES, Paulo Rodrigues      | 04 | Clube Desportivo Nacional  | 1:09.69 |
| 5 SILVA, Tony Stefano         | 05 | Clube Naval do Funchal     | 1:10.77 |
| 6 NASCIMENTO, Diogo Andre     | 02 | Clube Naval do Funchal     | 1:11.45 |
| 7 VIEIRA, Emanuel Eloi        | 03 | Clube Desportivo Sao Roque | 1:13.69 |
| 8 MACHADO, Bernardo Magalhaes | 06 | Clube Desportivo Nacional  | 1:13.93 |
| 9 CALDEIRA, Rodolfo Morais    | 02 | Juventude Atlantico Clube  | 1:16.76 |

Prova 5, Masc., 100m Estilos

|    |                            |    |                            |         |
|----|----------------------------|----|----------------------------|---------|
| 10 | CAMACHO, Joao Simao        | 03 | Clube Desportivo Nacional  | 1:18.73 |
| 11 | PAULOS, Joao Afonso        | 06 | Clube Naval do Funchal     | 1:18.89 |
| 12 | GOMES, Alexandre Monteiro  | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:20.00 |
| 13 | NUNES, Afonso Miguel       | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:20.27 |
| 14 | SOUSA, Simao Henrique      | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 1:23.20 |
| 15 | ALVES, Luis Fernandez      | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 1:24.35 |
| 16 | PEREIRA, Lucas Santos      | 07 | Clube Naval do Funchal     | 1:26.08 |
| 17 | CORREIA, Rodrigo Ramos     | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 1:29.35 |
| 18 | NACHYCHKO, Maximo          | 06 | Clube Naval do Funchal     | 1:30.00 |
| 19 | MENDES, Juan Diego         | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 1:31.40 |
| 20 | URDANETA, Lisandro Alberto | 04 | Clube Desportivo Nacional  | 1:32.19 |
| 21 | VIEIRA, Tiago Pestana      | 06 | Clube Naval do Funchal     | 1:35.00 |
| 22 | SILVA, Eduardo Rodrigues   | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:36.84 |
| 23 | NUNES, Andre Maltez        | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 1:40.00 |
| 24 | GOUVEIA, Martim Jose       | 07 | Clube Desportivo Sao Roque | 1:40.51 |
| 25 | BARBOSA, Joao Camacho      | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 1:41.10 |
| 26 | FERNANDEZ, Joao Guilherme  | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:43.88 |
| 27 | CARREIRA, Ernani Afonso    | 06 | Clube Desportivo Nacional  | 1:45.00 |
| 28 | MARTINS, Tomas Rodrigo     | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 1:54.44 |

Prova 6

Femin., 100m Estilos

Absoluto

21/12/2019

Lista inscritos

|                           |         |                         |     |          |            |
|---------------------------|---------|-------------------------|-----|----------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 1:05.01 | QUINTAL, Fabiana Maria  | CDN | Leiria   | 06/12/2009 |
| Recorde Regional Sen      | 1:05.01 | QUINTAL, Fabiana Maria  | CDN | Leiria   | 06/12/2009 |
| Recorde Regional Jun17    | 1:10.03 | SOUSA, Susana Margarida | CFU | M. Campo | 13/03/1994 |
| Recorde Regional Jun16    | 1:08.36 | ABREU, Laura Catarina   | CDN | Funchal  | 14/11/2015 |
| Recorde Regional Juv A    | 1:09.02 | ROSA, Beatriz Jong      | CDN | Funchal  | 13/06/2015 |
| Recorde Regional Juv B    | 1:12.34 | CERDAS, Sara Rodrigues  | CNF | Funchal  | 04/04/2003 |
| Recorde Regional Inf A    | 1:13.40 | CORREIA, Marta Corte    | CNF | Funchal  | 20/04/1997 |
| Recorde Regional Inf B    | 1:16.47 | FERREIRA, Maria Leonor  | CDN | Funchal  | 29/07/2016 |

TAC Nacionais Jun16: 1:10.66; Jun17: 1:10.31; Sen18: 1:08.66

Ano

|    |                              |    |                            |         |
|----|------------------------------|----|----------------------------|---------|
| 1  | OLIVEIRA, Sara Fernandes     | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:16.30 |
| 2  | JARDIM, Teresa Vieira        | 05 | Clube Naval do Funchal     | 1:17.26 |
| 3  | BETENCOURT, Ana Margarida    | 03 | Clube Naval do Funchal     | 1:18.17 |
| 4  | REBELO, Filipa Margarida     | 03 | Clube Escola O Liceu       | 1:20.71 |
| 5  | ANDRADE, Margarida Fernandes | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 1:21.05 |
| 6  | VICTOR, Joana Isabel         | 91 | Juventude Atlantico Clube  | 1:25.78 |
| 7  | RODRIGUES, Laura Sofia       | 07 | Juventude Atlantico Clube  | 1:26.59 |
| 8  | SOARES, Ines Silva           | 04 | Clube Desportivo Nacional  | 1:29.68 |
| 9  | TEMBE, Ines Afonso           | 06 | Clube Desportivo Nacional  | 1:30.56 |
| 10 | BAPTISTA, Ines Sande         | 08 | Clube Desportivo Nacional  | 1:30.70 |
| 11 | FREITAS, Ana Beatriz         | 02 | Clube Desportivo Nacional  | 1:35.95 |
| 12 | FREITAS, Beatriz Rodrigues   | 06 | Clube Naval do Funchal     | 1:40.13 |
| 13 | NOBREGA, Maria Trindade      | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 1:41.74 |
| 14 | ALVES, Margarida Jesus       | 08 | Clube Desportivo Nacional  | 1:48.37 |
| 15 | QUINTAL, Madalena Saldanha   | 08 | Clube Naval do Funchal     | 1:50.30 |
| 16 | PERNETA, Mariana Rodrigues   | 08 | Clube Desportivo Nacional  | 1:57.02 |
| 17 | DINIS, Maria Antonia         | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 1:57.67 |
| 18 | CARDOSO, Isabel Maria        | 05 | Clube Sport Maritimo       | 2:00.00 |
| 19 | NOBREGA, Sara Francisca      | 08 | Clube Desportivo Sao Roque | 2:00.51 |
| 20 | VIEIRA, Sara Patricia        | 05 | Clube Sport Maritimo       | 2:50.00 |

Prova 7  
21/12/2019

Masc., 200m Livres

Absoluto  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 2:20.33; Inf A: 2:11.45; Juv B: 2:05.62; Juv A: 2:01.83; Jun17: 1:57.46; Jun18: 1:56.88; Sen19: 1:54.97;  
20 +: 1:54.40 / TAC Zonais Inf B: 2:26.50; Inf A: 2:20.20

|    |                             | Ano |                                  |         |
|----|-----------------------------|-----|----------------------------------|---------|
| 1  | SOUSA, Tiago Ferreira       | 91  | Clube Desportivo Nacional        | 2:04.02 |
| 2  | OLIVEIRA, Diogo Alexandre   | 05  | Clube Naval do Funchal           | 2:07.08 |
| 3  | FREITAS, Joao Tomas         | 02  | Juventude Atlantico Clube        | 2:08.60 |
| 4  | SILVA, Joao Jesus           | 02  | Juventude Atlantico Clube        | 2:09.54 |
| 5  | RODRIGUES, Renato Correia   | 03  | Juventude Atlantico Clube        | 2:11.25 |
| 6  | MELIM, Bruno Pontes         | 03  | Juventude Atlantico Clube        | 2:11.47 |
| 7  | VIEIRA, Duarte Nuno         | 95  | Juventude Atlantico Clube        | 2:13.00 |
| 8  | SANTOS, Nuno Goncalo        | 05  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:14.91 |
| 9  | FARIA, Joao Pedro           | 03  | Clube Naval do Funchal           | 2:15.34 |
| 10 | MAROTE, Joao Nuno           | 03  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:15.40 |
| 11 | TELES, Artur Corte          | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 2:15.63 |
| 12 | PRIOSTE, Pedro Danilo       | 01  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:16.79 |
| 13 | BELO, Francisco Miguel      | 02  | Clube Desportivo Nacional        | 2:17.16 |
| 14 | RAMALHO, Joao Caires        | 02  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:17.29 |
| 15 | MACHADO, Tiago Magalhaes    | 04  | Clube Desportivo Nacional        | 2:17.78 |
| 16 | NUNES, Goncalo Almada       | 01  | Juventude Atlantico Clube        | 2:19.61 |
| 17 | PITA, Pedro Miguel          | 06  | Clube Naval do Funchal           | 2:21.50 |
| 18 | AGUILAR, Luis Santos        | 04  | Clube Desportivo Nacional        | 2:22.35 |
| 19 | FERRAZ, Luis Afonso         | 06  | Clube Naval do Funchal           | 2:25.00 |
| 20 | SETIM, Joao Oliveira        | 06  | Clube Naval do Funchal           | 2:25.86 |
| 21 | ABREU, Joao Francisco       | 06  | Clube Naval do Funchal           | 2:27.73 |
| 22 | SILVA, Joao Luis            | 06  | Clube Escola O Liceu             | 2:35.78 |
| 23 | VASCONCELOS, Samuel Antonio | 01  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:41.04 |
| 24 | NEVES, Joao Pedro           | 06  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:47.18 |
| 25 | CASTRO, Mateus Pereira      | 06  | Clube Escola O Liceu             | 2:55.54 |
| 26 | DINIS, Fernando Jose        | 02  | Clube Desportivo Sao Roque       | 3:00.08 |
| 27 | NUNES, Henrique Dias        | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 3:03.52 |
| 28 | FERNANDES, Afonso Berimbau  | 07  | Juventude Atlantico Clube        | 3:06.01 |
| 29 | VIVEIROS, Pedro Perestrelo  | 06  | Associacao Desportiva de Machico | 3:10.00 |
| 30 | VIEIRA, Rodrigo Leal        | 06  | Associacao Desportiva de Machico | 3:10.00 |
| 31 | VIEIRA, Luis Henrique       | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 3:17.07 |
| 32 | RIBEIRO, Joao Pedro         | 05  | Associacao Desportiva de Machico | 3:20.00 |
| 33 | FARIA, Jose Diogo           | 04  | Clube Sport Maritimo             | 3:45.11 |

Prova 8  
21/12/2019

Femin., 200m Livres

Absoluto  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 2:33.75; Inf A: 2:21.88; Juv B: 2:17.82; Juv A: 2:15.71; Jun16: 2:11.97; Jun17: 2:11.32; Sen18: 2:08.45;  
19 + 50m: 2:10.40 / TAC Zonais Inf B: 2:38.00; Inf A: 2:31.00

|    |                             | Ano |                            |         |
|----|-----------------------------|-----|----------------------------|---------|
| 1  | AGUILAR, Vera Ines          | 00  | Clube Desportivo Nacional  | 2:09.59 |
| 2  | LUIS, Jessica Santos        | 00  | Clube Desportivo Sao Roque | 2:19.90 |
| 3  | JARDIM, Lara Filipa         | 06  | Clube Naval do Funchal     | 2:24.04 |
| 4  | JESUS, Filipa Mafalda       | 03  | Clube Desportivo Sao Roque | 2:25.35 |
| 5  | BELO, Bruna Raquel          | 05  | Clube Desportivo Nacional  | 2:28.11 |
| 6  | CANADA, Maria Elvira        | 06  | Clube Desportivo Nacional  | 2:33.44 |
| 7  | LECA, Natasha Maria         | 03  | Clube Desportivo Nacional  | 2:36.61 |
| 8  | GONCALVES, Valentina Jose   | 07  | Clube Desportivo Nacional  | 2:37.60 |
| 9  | PEREIRA, Luisa Tovela       | 03  | Clube Desportivo Nacional  | 2:39.97 |
| 10 | SILVA, Gabriela Suamade     | 02  | Clube Desportivo Sao Roque | 2:41.00 |
| 11 | TEMTEM, Sara Maria          | 07  | Clube Desportivo Nacional  | 2:44.42 |
| 12 | BAPTISTA, Constanca Ornelas | 06  | Clube Naval do Funchal     | 2:44.90 |
| 13 | SOUSA, Ivana Valentina      | 06  | Clube Desportivo Nacional  | 2:45.40 |
| 14 | BARROS, Ana Carolina        | 05  | Juventude Atlantico Clube  | 2:46.76 |
| 15 | GOIS, Mariana Teles         | 05  | Clube Desportivo Sao Roque | 2:50.21 |
| 16 | DIAS, Monica Fernandes      | 06  | Clube Desportivo Sao Roque | 2:52.05 |
| 17 | MATEUS, Clarisse Vieira     | 07  | Clube Desportivo Nacional  | 2:54.09 |
| 18 | CRO, Isabel Matilde         | 00  | Clube Escola O Liceu       | 2:55.55 |
| 19 | CARDOSO, Isabel Maria       | 05  | Clube Sport Maritimo       | 2:55.76 |
| 20 | GOUVEIA, Susana Isabel      | 04  | Juventude Atlantico Clube  | 2:58.78 |
| 21 | DIAS, Magda Fernandes       | 06  | Clube Desportivo Sao Roque | 3:04.01 |
| 22 | VIEIRA, Sara Patricia       | 05  | Clube Sport Maritimo       | 3:22.22 |
| 23 | RODRIGUES, Beatriz Vieira   | 07  | Juventude Atlantico Clube  | 3:45.00 |
| 24 | MELIM, Ana Luisa            | 08  | Juventude Atlantico Clube  | 3:48.00 |
| 25 | RONDON, Maria Victoria      | 07  | Clube Sport Maritimo       | 4:50.31 |

Prova 9  
21/12/2019

Masc., 100m Bruços

Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                        |     |                       |            |
|---------------------------|---------|------------------------|-----|-----------------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 1:03.47 | FIGUEIRA, Andre Temtem | CNF | Funchal               | 11/07/2009 |
| Recorde Regional Sen      | 1:04.47 | MOURA, Vitor Diogo     | CDN | S. Antonio Cavaleiros | 19/12/2009 |
| Recorde Regional Jun18    | 1:03.47 | FIGUEIRA, Andre Temtem | CNF | Funchal               | 11/07/2009 |
| Recorde Regional Jun17    | 1:06.54 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Funchal               | 10/06/2018 |
| Recorde Regional Juv A    | 1:06.85 | DEUS, Andre Portugal   | CNF | Funchal               | 25/11/2017 |
| Recorde Regional Juv B    | 1:06.23 | ALVES, Paulo Rodrigues | CDN | Funchal               | 18/05/2019 |
| Recorde Regional Inf A    | 1:09.94 | ALVES, Paulo Rodrigues | CDN | Funchal               | 31/07/2018 |
| Recorde Regional Inf B    | 1:11.63 | FREITAS, Tomas Miguel  | CDN | Funchal               | 19/07/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 1:27.22; Inf A: 1:21.70; Juv B: 1:13.51; Juv A: 1:11.68; Jun17: 1:08.01; Jun18: 1:07.67; Sen19: 1:05.98;  
20 +: 1:05.66 / TAC Zonais Inf B: 1:27.50; Inf A: 1:22.00

|    |                            | Ano |                               |         |
|----|----------------------------|-----|-------------------------------|---------|
| 1  | FERNANDES, Martim Pestana  | 04  | Clube Naval do Funchal        | 1:07.61 |
| 2  | MARCOS, Joao Freitas       | 01  | Clube Escola O Liceu          | 1:08.82 |
| 3  | PAULOS, Francisco Silva    | 02  | Clube Naval do Funchal        | 1:09.58 |
| 4  | LOPES, Pedro Henrique      | 03  | Clube Desportivo Sao Roque    | 1:12.42 |
| 5  | SILVA, Tony Stefano        | 05  | Clube Naval do Funchal        | 1:13.03 |
| 6  | FERREIRA, Luis Duarte      | 89  | Clube Escola O Liceu          | 1:13.31 |
| 7  | CASTRO, Martim Pereira     | 02  | Clube Escola O Liceu          | 1:13.74 |
| 8  | VOLOZHENIM, Alexandre      | 05  | Clube Naval do Funchal        | 1:16.11 |
| 9  | ALVES, Afonso Pires        | 05  | Juventude Atlantico Clube     | 1:17.19 |
| 10 | SOUSA, Lourenco Quintas    | 05  | Clube Naval do Funchal        | 1:19.06 |
| 11 | ALVES, Tiago Pires         | 05  | Juventude Atlantico Clube     | 1:19.21 |
| 12 | NUNES, Afonso Miguel       | 04  | Juventude Atlantico Clube     | 1:20.37 |
| 13 | ALVES, Andre Camara        | 05  | Clube Desportivo Nacional     | 1:20.89 |
| 14 | SETIM, Joao Oliveira       | 06  | Clube Naval do Funchal        | 1:24.28 |
| 15 | PEREIRA, Jordao Abreu      | 04  | Juventude Atlantico Clube     | 1:24.66 |
| 16 | ALVES, Pedro Miguel        | 06  | Clube Desportivo Nacional     | 1:24.68 |
| 17 | SOUSA, Simao Henrique      | 07  | Clube Desportivo Nacional     | 1:28.84 |
| 18 | LUIS, Francisco Sousa      | 03  | Clube Desportivo Nacional     | 1:29.26 |
| 19 | GOMES, Alexandre Monteiro  | 04  | Juventude Atlantico Clube     | 1:29.53 |
| 20 | BOULHOSA, Rodrigo Abreu    | 05  | Clube Naval do Funchal        | 1:31.02 |
| 21 | NEVES, Tiago Brazao        | 07  | Clube Naval do Funchal        | 1:32.15 |
| 22 | CORREIA, Rodrigo Ramos     | 05  | Clube Desportivo Nacional     | 1:33.39 |
| 23 | ARAUJO, Joao Caldeira      | 07  | Clube Naval do Funchal        | 1:33.61 |
| 24 | NACHYCHKO, Maximo          | 06  | Clube Naval do Funchal        | 1:35.66 |
| 25 | ALMEIDA, Joao Francisco    | 07  | Clube Naval do Funchal        | 1:37.28 |
| 26 | COSTA, Guilherme Corte     | 07  | Clube Desportivo Nacional     | 1:37.34 |
| 27 | SMIRNOV, Dmytro            | 07  | Clube Desportivo Sao Roque    | 1:38.07 |
| 28 | ALVES, Luis Fernandez      | 05  | Clube Desportivo Nacional     | 1:39.03 |
| 29 | CARVALHO, Joaquim Eduardo  | 07  | Clube Naval do Funchal        | 1:41.48 |
| 30 | URDANETA, Lisandro Alberto | 04  | Clube Desportivo Nacional     | 1:45.00 |
| 31 | STEFLEA, Andre Sergio      | 06  | Clube Desportivo Sao Roque    | 1:45.31 |
| 32 | GOUVEIA, Martim Jose       | 07  | Clube Desportivo Sao Roque    | 1:47.73 |
| 33 | GONCALVES, Gabriel Fiqueli | 07  | Clube Desportivo Sao Roque    | 1:48.11 |
| 34 | CARREIRA, Ernani Afonso    | 06  | Clube Desportivo Nacional     | 1:52.25 |
| 35 | MARTINS, Tomas Rodrigo     | 07  | Clube Desportivo Nacional     | 1:59.88 |
| 36 | DRUMOND, Pedro Afonso      | 07  | Associação Desportiva Galomar | 2:07.66 |

Prova 10  
21/12/2019

Femin., 100m Bruços

Absoluto  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 1:34.70; Inf A: 1:30.20; Juv B: 1:21.61; Juv A: 1:20.47; Jun16: 1:18.00; Jun17: 1:17.61; Sen18: 1:15.79;  
19 + 50m: 1:17.57 / TAC Zonais Inf B: 1:35.00; Inf A: 1:30.50

|    |                            | Ano |                            |         |
|----|----------------------------|-----|----------------------------|---------|
| 1  | COSTA, Maria Jardim        | 06  | Clube Desportivo Nacional  | 1:19.20 |
| 2  | RODRIGUES, Laura Sofia     | 07  | Juventude Atlantico Clube  | 1:21.89 |
| 3  | GONCALVES, Maria Margarida | 04  | Clube Naval do Funchal     | 1:25.07 |
| 4  | GONCALVES, Valentina Jose  | 07  | Clube Desportivo Nacional  | 1:25.12 |
| 5  | SEQUEIRA, Beatriz Meneses  | 06  | Clube Naval do Funchal     | 1:25.37 |
| 6  | REBELO, Filipa Margarida   | 03  | Clube Escola O Liceu       | 1:25.50 |
| 7  | PEREIRA, Joana Marques     | 06  | Clube Desportivo Nacional  | 1:26.29 |
| 8  | ABREU, Ana Rodrigues       | 06  | Clube Naval do Funchal     | 1:27.42 |
| 9  | FREITAS, Beatriz Rodrigues | 06  | Clube Naval do Funchal     | 1:30.04 |
| 10 | FIGUEIRA, Madalena Leonor  | 07  | Clube Naval do Funchal     | 1:30.57 |
| 11 | FREITAS, Margarida Ramos   | 06  | Clube Desportivo Nacional  | 1:30.73 |
| 12 | GOMES, Madalena Sousa      | 05  | Clube Naval do Funchal     | 1:33.68 |
| 13 | ANDRADE, Matilde Sousa     | 08  | Clube Naval do Funchal     | 1:36.40 |
| 14 | ALVES, Juliana Rodrigues   | 08  | Clube Desportivo Nacional  | 1:36.59 |
| 15 | FREITAS, Maria Raquel      | 07  | Clube Naval do Funchal     | 1:37.39 |
| 16 | PEREIRA, Maria Clara       | 08  | Clube Desportivo Nacional  | 1:38.01 |
| 17 | ROVERI, Isabel Vasconcelos | 06  | Clube Naval do Funchal     | 1:38.08 |
| 18 | ALVES, Carolina Alexandra  | 04  | Clube Naval do Funchal     | 1:40.51 |
| 19 | PEREIRA, Luisa Tovela      | 03  | Clube Desportivo Nacional  | 1:40.87 |
| 20 | PEREIRA, Julia Freitas     | 08  | Clube Naval do Funchal     | 1:42.21 |
| 21 | ANDRADE, Maria Beatriz     | 05  | Clube Desportivo Nacional  | 1:48.13 |
| 22 | SOARES, Leonor Silva       | 08  | Clube Desportivo Nacional  | 1:48.57 |
| 23 | MAGALHAES, Julia Silva     | 08  | Juventude Atlantico Clube  | 1:50.89 |
| 24 | MACEDO, Diana Camacho      | 08  | Clube Naval do Funchal     | 1:53.09 |
| 25 | PEREIRA, Sofia Jardim      | 08  | Clube Desportivo Nacional  | 1:57.07 |
| 26 | QUINTAL, Madalena Saldanha | 08  | Clube Naval do Funchal     | 1:57.29 |
| 27 | NOBREGA, Sara Francisca    | 08  | Clube Desportivo Sao Roque | 2:05.33 |
| 28 | ALVES, Beatriz Abreu       | 07  | Clube Naval do Funchal     | 2:09.19 |
| 29 | RODRIGUES, Beatriz Vieira  | 07  | Juventude Atlantico Clube  | 2:10.22 |

Prova 11 Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

| Recorde Regional Absoluto | 4:23.27 | FRANCO, Paulo Fragueiro | CDN | Felgueiras | 22/11/2002 |
|---------------------------|---------|-------------------------|-----|------------|------------|
| Recorde Regional Sen      | 4:23.27 | FRANCO, Paulo Fragueiro | CDN | Felgueiras | 22/11/2002 |
| Recorde Regional Jun18    | 4:26.56 | SILVA, Tomas Antonio    | CNF | Felgueiras | 21/12/2018 |
| Recorde Regional Jun17    | 4:32.64 | SILVA, Tomas Antonio    | CNF | Funchal    | 26/03/2018 |
| Recorde Regional Juv A    | 4:38.48 | ALVES, Paulo Rodrigues  | CDN | Leiria     | 15/12/2019 |
| Recorde Regional Juv B    | 4:37.30 | FREITAS, Tomas Miguel   | CDN | Funchal    | 16/07/2005 |
| Recorde Regional Inf A    | 4:40.32 | FREITAS, Tomas Miguel   | CDN | Funchal    | 09/07/2004 |
| Recorde Regional Inf B    | 4:53.36 | FREITAS, Tomas Miguel   | CDN | Funchal    | 11/07/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 5:41.48; Inf A: 5:20.42; Juv B: 5:02.59; Juv A: 4:55.34; Jun17: 4:46.65; Jun18: 4:45.22; Sen19: 4:39.12;  
20 +: 4:37.73 / TAC Zonais Inf B: 5:50.00; Inf A: 5:35.00

|                               | Ano |                            |  |         |
|-------------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1 RODRIGUES, Rodrigo Reis     | 04  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 4:52.79 |
| 2 FERRO, Henrique Martins     | 01  | Clube Naval do Funchal     |  | 4:54.85 |
| 3 GOUVEIA, Luis Galvao        | 05  | Clube Desportivo Nacional  |  | 4:56.51 |
| 4 MACHADO, Bernardo Magalhaes | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:39.27 |
| 5 GONCALVES, Martim Luis      | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:40.06 |
| 6 VIEIRA, Emanuel Eloi        | 03  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 5:47.91 |
| 7 ALVES, Diogo Basilio        | 07  | Juventude Atlantico Clube  |  | 6:25.00 |
| 8 OLIVEIRA, Afonso Miguel     | 07  | Juventude Atlantico Clube  |  | 6:33.94 |

Prova 12 Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

| Recorde Regional Absoluto | 5:00.24 | QUINTAL, Fabiana Maria     | CDN | Funchal | 19/02/2009 |
|---------------------------|---------|----------------------------|-----|---------|------------|
| Recorde Regional Sen      | 5:00.24 | QUINTAL, Fabiana Maria     | CDN | Funchal | 19/02/2009 |
| Recorde Regional Jun17    | 5:20.63 | QUINTAL, Fabiana Maria     | CDN | Funchal | 01/03/2001 |
| Recorde Regional Jun16    | 5:14.13 | FERNANDES, Isabel Catarina | CNF | Funchal | 17/06/2006 |
| Recorde Regional Juv A    | 5:20.04 | FERREIRA, Maria Leonor     | CDN | Funchal | 13/07/2019 |
| Recorde Regional Juv B    | 5:19.80 | SOUSA, Susana Margarida    | CFU | Funchal | 27/06/1991 |
| Recorde Regional Inf A    | 5:18.10 | CAIRES, Joana Costa        | CNF | Sines   | 11/03/2011 |
| Recorde Regional Inf B    | 5:36.11 | FERNANDES, Catarina Isabel | CNF | Funchal | 05/07/2002 |

TAC Nacionais Inf B: 6:03.61; Inf A: 5:46.71; Juv B: 5:30.74; Juv A: 5:23.44; Jun16: 5:17.82; Jun17: 5:16.24; Sen18: 5:07.90;  
19 + 50m: 5:16.57 / TAC Zonais Inf B: 6:23.00; Inf A: 6:03.50

|                          | Ano |                           |  |         |
|--------------------------|-----|---------------------------|--|---------|
| 1 RAMOS, Barbara Emerick | 04  | Juventude Atlantico Clube |  | 5:48.18 |
| 2 BAPTISTA, Ines Sande   | 08  | Clube Desportivo Nacional |  | 6:50.00 |
| 3 ERRA, Clara Patricia   | 07  | Juventude Atlantico Clube |  | 7:25.83 |

Prova 13 Absoluto - Classificação Geral  
21/12/2019 Lista inscritos

| Recorde Regional Absoluto | 1:46.19 | Clube Naval do Funchal | CNF | Pacos de Ferreira | 22/11/2003 |
|---------------------------|---------|------------------------|-----|-------------------|------------|
| Recorde Regional Sen      | 1:46.19 | Clube Naval do Funchal | CNF | Paços de Ferreira | 22/11/2003 |
| Recorde Regional Jun      | 1:48.64 | Clube Naval do Funchal | CNF | Porto             | 12/11/2005 |

TAC Nacionais - Estafetas Jun: 1:52.32; Sen: 1:51.01

|                           |                            |         |
|---------------------------|----------------------------|---------|
| 1 Clube Escola O Liceu 1  | Clube Escola O Liceu       | 1:51.00 |
| 2 Naval do Funchal 1      | Clube Naval do Funchal     | 1:59.91 |
| 3 Salesianos do Funchal 1 | Juventude Atlantico Clube  | 2:06.00 |
| 4 Sao Roque 1             | Clube Desportivo Sao Roque | 2:11.00 |
| 5 Salesianos do Funchal 2 | Juventude Atlantico Clube  | 2:13.00 |
| 6 Naval do Funchal 2      | Clube Naval do Funchal     | 2:16.19 |
| 7 Salesianos do Funchal 3 | Juventude Atlantico Clube  | 2:22.00 |
| 8 Salesianos do Funchal 4 | Juventude Atlantico Clube  | 2:30.00 |

Prova 13, Masc., 4 x 50m Estilos

|    |                        |                            |         |
|----|------------------------|----------------------------|---------|
| 9  | Sao Roque 2            | Clube Desportivo Sao Roque | 3:00.00 |
| 10 | Desportivo Nacional 1  | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 11 | Desportivo Nacional 2  | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 12 | Desportivo Nacional 3  | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 13 | Desportivo Nacional 16 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 14 | Desportivo Nacional 17 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 15 | Desportivo Nacional 18 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |

Prova 14  
21/12/2019

Femin., 4 x 50m Estilos

Absoluto - Classificação Geral  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais - Estafetas Jun: 2:06.74; Sen: 2:05.49

|    |                         |                            |         |
|----|-------------------------|----------------------------|---------|
| 1  | Sao Roque 1             | Clube Desportivo Sao Roque | 2:15.00 |
| 2  | Salesianos do Funchal 1 | Juventude Atlantico Clube  | 2:18.00 |
| 3  | Naval do Funchal 1      | Clube Naval do Funchal     | 2:19.09 |
| 4  | Naval do Funchal 2      | Clube Naval do Funchal     | 2:29.13 |
| 5  | Salesianos do Funchal 2 | Juventude Atlantico Clube  | 2:35.00 |
| 6  | Salesianos do Funchal 3 | Juventude Atlantico Clube  | 2:45.00 |
| 7  | Desportivo Nacional 4   | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 8  | Desportivo Nacional 5   | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 9  | Desportivo Nacional 6   | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 10 | Desportivo Nacional 21  | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 11 | Desportivo Nacional 22  | Clube Desportivo Nacional  | NT      |

2 - Jornada Única / 2.<sup>a</sup> Sessão

21/12/2019 - 16:30

Prova 15 Femin., 200m Mariposa  
21/12/2019 Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                        |      |              |            |
|---------------------------|---------|------------------------|------|--------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:21.15 | ROSA, Beatriz Jong     | CDN  | Porto        | 10/12/2017 |
| Recorde Regional Sen      | 2:21.15 | ROSA, Beatriz Jong     | CDN  | Porto        | 10/12/2017 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:25.69 | ROSA, Beatriz Jong     | CDWT | Torres Novas | 21/01/2017 |
| Recorde Regional Jun16    | 2:25.16 | ROSA, Beatriz Jong     | CDN  | Porto        | 11/12/2015 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:25.61 | ROSA, Beatriz Jong     | CDN  | Funchal      | 12/07/2015 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:29.28 | CERDAS, Sara Rodrigues | CNF  | Braga        | 22/03/2003 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:32.56 | CERDAS, Sara Rodrigues | CNF  | Rio Maior    | 06/07/2002 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:45.26 | VICTOR, Joana Isabel   | CDN  | Funchal      | 12/07/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 3:07.16; Inf A: 2:55.05; Juv B: 2:41.39; Juv A: 2:37.62; Jun16: 2:32.18; Jun17: 2:31.42; Sen18: 2:26.33;  
19 + 50m: 2:26.33 / TAC Zonais Inf B: 3:09.00; Inf A: 2:57.00

Ano

|                          |    |                            |         |
|--------------------------|----|----------------------------|---------|
| 1 SOUSA, Joana Francisca | 04 | Clube Desportivo Sao Roque | 2:33.12 |
| 2 SILVA, Silvana Suamade | 06 | Clube Desportivo Sao Roque | 2:49.34 |
| 3 SOUSA, Ivana Valentina | 06 | Clube Desportivo Nacional  | 2:54.68 |

Prova 16 Masc., 200m Mariposa  
21/12/2019 Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                            |     |                       |            |
|---------------------------|---------|----------------------------|-----|-----------------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:00.44 | FRANCO, Paulo Fragueiro    | CDN | S. Antonio Cavaleiros | 19/12/2009 |
| Recorde Regional Sen      | 2:00.44 | FRANCO, Paulo Fragueiro    | CDN | S. Antonio Cavaleiros | 19/12/2009 |
| Recorde Regional Jun18    | 2:01.97 | GOUVEIA, Pedro Galvao      | CDN | Funchal               | 11/12/2016 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:03.86 | GOUVEIA, Pedro Galvao      | CDN | Funchal               | 17/06/2016 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:08.54 | MIGUEL, Goncalves Ferreira | CDN | Funchal               | 12/07/2009 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:11.93 | FERNANDES, Rui Afonso      | CDN | Funchal               | 31/07/2018 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:12.42 | FREITAS, Tomas Miguel      | CDN | Funchal               | 11/07/2004 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:21.67 | FREITAS, Tomas Miguel      | CDN | Funchal               | 28/06/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 2:48.80; Inf A: 2:40.57; Juv B: 2:26.20; Juv A: 2:20.53; Jun17: 2:12.71; Jun18: 2:12.05; Sen19: 2:09.11;  
20 +: 2:08.47 / TAC Zonais Inf B: 2:50.00; Inf A: 2:41.50

Ano

|                          |    |                           |         |
|--------------------------|----|---------------------------|---------|
| 1 LEITAO, Andre Freitas  | 05 | Clube Naval do Funchal    | 2:45.00 |
| 2 COSTA, Guilherme Corte | 07 | Clube Desportivo Nacional | 3:05.00 |
| 3 VIEIRA, Luis Henrique  | 07 | Clube Desportivo Nacional | 3:35.00 |

Prova 17  
21/12/2019

Femin., 100m Livres

Absoluto  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 1:12.75; Inf A: 1:09.72; Juv B: 1:03.30; Juv A: 1:02.41; Jun16: 1:00.73; Jun17: 1:00.43; Sen18: 59.48;  
19 + 50m: 1:00.47 / TAC Zonais Inf B: 1:13.00; Inf A: 1:10.00

|    | Ano                           |    |                                  |         |
|----|-------------------------------|----|----------------------------------|---------|
| 1  | AGUILAR, Vera Ines            | 00 | Clube Desportivo Nacional        | 59.96   |
| 2  | BOULHOSA, Carolina Abreu      | 01 | Clube Naval do Funchal           | 1:01.45 |
| 3  | COSTA, Maria Jardim           | 06 | Clube Desportivo Nacional        | 1:02.56 |
| 4  | OLIVEIRA, Sara Fernandes      | 04 | Juventude Atlantico Clube        | 1:04.25 |
| 5  | LUIS, Jessica Santos          | 00 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:05.57 |
| 6  | GONCALVES, Maria Margarida    | 04 | Clube Naval do Funchal           | 1:06.43 |
| 7  | JESUS, Filipa Mafalda         | 03 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:06.48 |
| 8  | JARDIM, Lara Filipa           | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:06.66 |
| 9  | RAMOS, Barbara Emerick        | 04 | Juventude Atlantico Clube        | 1:07.18 |
| 10 | ANDRADE, Margarida Fernandes  | 04 | Juventude Atlantico Clube        | 1:08.10 |
| 11 | SEQUEIRA, Beatriz Meneses     | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:08.18 |
| 12 | RODRIGUES, Laura Sofia        | 07 | Juventude Atlantico Clube        | 1:08.76 |
| 13 | ABREU, Ana Rodrigues          | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:08.87 |
| 14 | LECA, Natasha Maria           | 03 | Clube Desportivo Nacional        | 1:09.40 |
| 15 | FERRO, Maria Leonor           | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:09.52 |
| 16 | REBELO, Filipa Margarida      | 03 | Clube Escola O Liceu             | 1:09.58 |
| 17 | HERNANDEZ, Marcelis Nativid   | 99 | Clube Sport Maritimo             | 1:10.27 |
| 18 | ROVERI, Isabel Vasconcelos    | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:11.64 |
| 19 | GOMES, Madalena Sousa         | 05 | Clube Naval do Funchal           | 1:12.38 |
| 20 | SOARES, Ines Silva            | 04 | Clube Desportivo Nacional        | 1:12.73 |
| 21 | ANDRADE, Matilde Sousa        | 08 | Clube Naval do Funchal           | 1:12.92 |
| 22 | FARIA, Laura Pereira          | 06 | Juventude Atlantico Clube        | 1:12.93 |
| 23 | SILVA, Gabriela Suamade       | 02 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:13.16 |
| 24 | FIGUEIRA, Madalena Leonor     | 07 | Clube Naval do Funchal           | 1:13.26 |
| 25 | PEREIRA, Luisa Tovela         | 03 | Clube Desportivo Nacional        | 1:13.56 |
| 26 | GOIS, Mariana Teles           | 05 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:13.96 |
| 27 | VICTOR, Joana Isabel          | 91 | Juventude Atlantico Clube        | 1:14.04 |
| 28 | TEMBE, Ines Afonso            | 06 | Clube Desportivo Nacional        | 1:15.27 |
| 29 | BARROS, Ana Carolina          | 05 | Juventude Atlantico Clube        | 1:16.95 |
| 30 | FERNANDES, Francisca Oliveira | 02 | Clube Escola O Liceu             | 1:17.13 |
| 31 | TEMTEM, Sara Maria            | 07 | Clube Desportivo Nacional        | 1:17.65 |
| 32 | SOUSA, Maria Beatriz          | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:18.11 |
| 33 | DIAS, Monica Fernandes        | 06 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:18.98 |
| 34 | CRO, Isabel Matilde           | 00 | Clube Escola O Liceu             | 1:19.14 |
| 35 | SILVA, Carolina Pestana       | 08 | Clube Naval do Funchal           | 1:19.56 |
| 36 | FREITAS, Viviana Maria        | 03 | Associacao Desportiva de Machico | 1:20.00 |
| 37 | RODRIGUES, Beatriz Mendes     | 07 | Clube Naval do Funchal           | 1:21.43 |
| 38 | ALVES, Carolina Alexandra     | 04 | Clube Naval do Funchal           | 1:22.50 |
| 39 | CARDOSO, Isabel Maria         | 05 | Clube Sport Maritimo             | 1:24.35 |
| 40 | GOUVEIA, Mariana Alves        | 03 | Ludens Clube de Machico          | 1:26.00 |
| 41 | PEREIRA, Julia Freitas        | 08 | Clube Naval do Funchal           | 1:26.55 |
| 42 | DIAS, Magda Fernandes         | 06 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:27.88 |
| 43 | ANDRADE, Maria Beatriz        | 05 | Clube Desportivo Nacional        | 1:27.93 |
| 44 | ERRA, Juliana Franco          | 03 | Associacao Desportiva de Machico | 1:30.00 |

Prova 17, Femin., 100m Livres

|    |                            |    |                               |         |
|----|----------------------------|----|-------------------------------|---------|
| 45 | NOBREGA, Maria Trindade    | 05 | Clube Desportivo Nacional     | 1:31.43 |
| 46 | DINIS, Maria Antonia       | 05 | Clube Desportivo Nacional     | 1:31.89 |
| 47 | VIEIRA, Sara Patricia      | 05 | Clube Sport Maritimo          | 1:32.85 |
| 48 | ALVES, Margarida Jesus     | 08 | Clube Desportivo Nacional     | 1:35.71 |
| 49 | LUIS, Leonor Goncalves     | 07 | Associação Desportiva Galomar | 1:35.99 |
| 50 | MACEDO, Diana Camacho      | 08 | Clube Naval do Funchal        | 1:37.43 |
| 51 | MAGALHAES, Julia Silva     | 08 | Juventude Atlantico Clube     | 1:38.13 |
| 52 | PEREIRA, Sofia Jardim      | 08 | Clube Desportivo Nacional     | 1:38.48 |
| 53 | FIGUEIRA, Maria Joao       | 07 | Associação Desportiva Galomar | 1:38.99 |
| 54 | ALVES, Beatriz Abreu       | 07 | Clube Naval do Funchal        | 1:39.59 |
| 55 | GOIS, Margarida Teles      | 08 | Ludens Clube de Machico       | 1:40.00 |
| 56 | GOUVEIA, Joana Alves       | 08 | Ludens Clube de Machico       | 1:40.00 |
| 57 | RODRIGUES, Beatriz Vieira  | 07 | Juventude Atlantico Clube     | 1:46.70 |
| 58 | PERNETA, Mariana Rodrigues | 08 | Clube Desportivo Nacional     | 1:49.96 |
| 59 | MELIM, Ana Luisa           | 08 | Juventude Atlantico Clube     | 1:50.60 |
| 60 | NOBREGA, Sara Francisca    | 08 | Clube Desportivo Sao Roque    | 1:51.45 |
| 61 | RONDON, Maria Victoria     | 07 | Clube Sport Maritimo          | 2:00.53 |

Prova 18

Masc., 100m Livres

Absoluto

21/12/2019

Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 1:06.20; Inf A: 1:02.70; Juv B: 57.29; Juv A: 55.68; Jun17: 53.48; Jun18: 53.21; Sen19: 52.54; 20 +: 52.28 /  
TAC Zonais Inf B: 1:06.50; Inf A: 1:03.00

Ano

|    |                             |    |                                  |         |
|----|-----------------------------|----|----------------------------------|---------|
| 1  | FERNANDES, Joao Vitor       | 00 | Clube Escola O Liceu             | 52.77   |
| 2  | QUINTAL, Nuno Alexandre     | 99 | Clube Desportivo Nacional        | 54.21   |
| 3  | FERNANDES, Diogo Henrique   | 04 | Clube Naval do Funchal           | 56.34   |
| 4  | MARCOS, Joao Freitas        | 01 | Clube Escola O Liceu             | 57.02   |
| 5  | RODRIGUES, Renato Correia   | 03 | Juventude Atlantico Clube        | 58.59   |
| 6  | FREITAS, Joao Tomas         | 02 | Juventude Atlantico Clube        | 59.45   |
| 7  | FARIA, Joao Pedro           | 03 | Clube Naval do Funchal           | 59.93   |
| 8  | MACHADO, Tiago Magalhaes    | 04 | Clube Desportivo Nacional        | 1:00.25 |
| 9  | RODRIGUES, Rodrigo Reis     | 04 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:00.28 |
| 10 | NUNES, Goncalo Almada       | 01 | Juventude Atlantico Clube        | 1:00.78 |
| 11 | GOUVEIA, Luis Galvao        | 05 | Clube Desportivo Nacional        | 1:00.81 |
| 12 | VOLOZHENIM, Alexandre       | 05 | Clube Naval do Funchal           | 1:00.81 |
| 13 | NASCIMENTO, Diogo Andre     | 02 | Clube Naval do Funchal           | 1:00.99 |
| 14 | VIEIRA, Duarte Nuno         | 95 | Juventude Atlantico Clube        | 1:01.58 |
| 15 | PAULOS, Joao Afonso         | 06 | Clube Naval do Funchal           | 1:01.78 |
| 16 | CALDEIRA, Rodolfo Moraes    | 02 | Juventude Atlantico Clube        | 1:02.90 |
| 17 | PEREIRA, Jordao Abreu       | 04 | Juventude Atlantico Clube        | 1:03.04 |
| 18 | SANTOS, Nuno Goncalo        | 05 | Clube Desportivo Sao Roque       | 1:03.44 |
| 19 | SOUSA, Lourenco Quintas     | 05 | Clube Naval do Funchal           | 1:03.45 |
| 20 | MELIM, Bruno Pontes         | 03 | Juventude Atlantico Clube        | 1:03.56 |
| 21 | SILVA, Joao Luis            | 06 | Clube Escola O Liceu             | 1:04.14 |
| 22 | LUIS, Francisco Sousa       | 03 | Clube Desportivo Nacional        | 1:05.94 |
| 23 | MACHADO, Bernardo Magalhaes | 06 | Clube Desportivo Nacional        | 1:06.41 |
| 24 | FREIRE, Gabriel Coelho      | 03 | Associação Desportiva de Machico | 1:08.00 |

Prova 18, Masc., 100m Livres

|    |                               |    |  |         |
|----|-------------------------------|----|--|---------|
| 25 | GOMES, Alexandre Monteiro     | 04 | Juventude Atlantico Clube              | 1:08.16 |
| 26 | ALVES, Afonso Pires           | 05 | Juventude Atlantico Clube              | 1:08.26 |
| 27 | FERRAZ, Luis Afonso           | 06 | Clube Naval do Funchal                 | 1:08.30 |
| 28 | GONCALVES, Martim Luis        | 06 | Clube Desportivo Nacional              | 1:08.71 |
| 29 | NEVES, Tiago Brazao           | 07 | Clube Naval do Funchal                 | 1:09.39 |
| 30 | NEVES, Joao Pedro             | 06 | Clube Desportivo Sao Roque             | 1:09.40 |
| 31 | BOULHOSA, Rodrigo Abreu       | 05 | Clube Naval do Funchal                 | 1:09.64 |
| 32 | PEREIRA, Lucas Santos         | 07 | Clube Naval do Funchal                 | 1:09.79 |
| 33 | ALVES, Luis Fernandez         | 05 | Clube Desportivo Nacional              | 1:09.88 |
| 34 | CAMACHO, Joao Simao           | 03 | Clube Desportivo Nacional              | 1:09.91 |
| 35 | ALMEIDA, Joao Francisco       | 07 | Clube Naval do Funchal                 | 1:11.06 |
| 36 | FERNANDEZ, Joao Guilherme     | 04 | Juventude Atlantico Clube              | 1:11.20 |
| 37 | CASTRO, Mateus Pereira        | 06 | Clube Escola O Liceu                   | 1:12.18 |
| 38 | ARAUJO, Joao Caldeira         | 07 | Clube Naval do Funchal                 | 1:13.95 |
| 39 | URDANETA, Lisandro Alberto    | 04 | Clube Desportivo Nacional              | 1:14.70 |
| 40 | MENDES, Juan Diego            | 05 | Clube Desportivo Nacional              | 1:15.05 |
| 41 | CORREIA, Rodrigo Ramos        | 05 | Clube Desportivo Nacional              | 1:16.79 |
| 42 | NACHYCHKO, Maximo             | 06 | Clube Naval do Funchal                 | 1:16.87 |
| 43 | VIEIRA, Rodrigo Leal          | 06 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:18.00 |
| 44 | NUNES, Andre Maltez           | 05 | Clube Desportivo Nacional              | 1:18.07 |
| 45 | ALVES, Diogo Basilio          | 07 | Juventude Atlantico Clube              | 1:20.97 |
| 46 | DINIS, Fernando Jose          | 02 | Clube Desportivo Sao Roque             | 1:21.52 |
| 47 | CARVALHO, Joaquim Eduardo     | 07 | Clube Naval do Funchal                 | 1:21.65 |
| 48 | PERESTRELO, Pedro Antonio     | 96 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:22.00 |
| 49 | BARBOSA, Joao Camacho         | 07 | Clube Desportivo Nacional              | 1:22.28 |
| 50 | STEFLEA, Andre Sergio         | 06 | Clube Desportivo Sao Roque             | 1:22.35 |
| 51 | FERNANDES, Afonso Berimbau    | 07 | Juventude Atlantico Clube              | 1:23.43 |
| 52 | FREITAS, Hugo Joao            | 03 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:25.00 |
| 53 | FREITAS, Bernardo Vasconcelos | 05 | Ludens Clube de Machico                | 1:25.00 |
| 54 | FERNANDES, Afonso Santos      | 01 | Ludens Clube de Machico                | 1:25.00 |
| 55 | RIBEIRO, Joao Pedro           | 05 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:26.00 |
| 56 | VIVEIROS, Pedro Perestrelo    | 06 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:27.00 |
| 57 | OLIM, Joao Luis               | 07 | Ludens Clube de Machico                | 1:28.00 |
| 58 | GOUVEIA, Martim Jose          | 07 | Clube Desportivo Sao Roque             | 1:29.77 |
| 59 | JARDIM, Andre Saldanha        | 06 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:30.00 |
| 60 | FREITAS, Simao Goncalo        | 05 | Ludens Clube de Machico                | 1:30.00 |
| 61 | CARREIRA, Ernani Afonso       | 06 | Clube Desportivo Nacional              | 1:31.50 |
| 62 | TEIXEIRA, Rodrigo Ribeiro     | 04 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:35.00 |
| 63 | MILLAN, Diego Alejandro       | 03 | Clube Desportivo Recreativo Santanense | 1:36.52 |
| 64 | DRUMOND, Pedro Afonso         | 07 | Associação Desportiva Galomar          | 1:36.52 |
| 65 | ABREU, Tiago Jose             | 07 | Associacao Desportiva de Machico       | 1:37.00 |
| 66 | BARRETO, Andre Silva          | 06 | Ludens Clube de Machico                | 1:38.00 |
| 67 | ALVES, Joao Henrique          | 07 | Clube Desportivo Recreativo Santanense | 1:40.00 |
| 68 | FARIA, Jose Diogo             | 04 | Clube Sport Maritimo                   | 1:45.38 |
| 69 | GONCALVES, Gabriel Fiqueli    | 07 | Clube Desportivo Sao Roque             | 1:48.89 |
| 70 | CRO, Nuno Afonso              | 06 | Clube Desportivo Sao Roque             | 2:00.00 |

Prova 19 Femin., 200m Bruços Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 3:19.69; Inf A: 3:10.41; Juv B: 2:57.14; Juv A: 2:54.45; Jun16: 2:49.43; Jun17: 2:48.59; Sen18: 2:43.50;  
19 + 50m: 2:47.29 / TAC Zonais Inf B: 3:22.00; Inf A: 3:14.50

|    |                            | Ano |                           |  |         |
|----|----------------------------|-----|---------------------------|--|---------|
| 1  | PEREIRA, Joana Marques     | 06  | Clube Desportivo Nacional |  | 2:57.01 |
| 2  | ALVES, Catarina Andrade    | 78  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:01.00 |
| 3  | LUIS, Mariana Capelo       | 05  | Juventude Atlantico Clube |  | 3:10.15 |
| 4  | FREITAS, Margarida Ramos   | 06  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:13.67 |
| 5  | FREITAS, Beatriz Rodrigues | 06  | Clube Naval do Funchal    |  | 3:14.70 |
| 6  | MATEUS, Clarisse Vieira    | 07  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:16.83 |
| 7  | GOUVEIA, Susana Isabel     | 04  | Juventude Atlantico Clube |  | 3:19.99 |
| 8  | ALVES, Juliana Rodrigues   | 08  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:25.48 |
| 9  | BAPTISTA, Ines Sande       | 08  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:31.10 |
| 10 | PEREIRA, Maria Clara       | 08  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:34.76 |
| 11 | SOARES, Leonor Silva       | 08  | Clube Desportivo Nacional |  | 3:42.86 |
| 12 | ERRA, Clara Patricia       | 07  | Juventude Atlantico Clube |  | 3:49.17 |
| 13 | RODRIGUES, Beatriz Vieira  | 07  | Juventude Atlantico Clube |  | 3:59.00 |
| 14 | MELIM, Ana Luisa           | 08  | Juventude Atlantico Clube |  | 4:15.00 |

Prova 20 Masc., 200m Bruços Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

|                           |         |                        |     |                       |            |
|---------------------------|---------|------------------------|-----|-----------------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:17.57 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Felgueiras            | 22/12/2018 |
| Recorde Regional Sen      | 2:19.23 | FIGUEIRA, Andre Temtem | CNF | S. Antonio Cavaleiros | 20/12/2009 |
| Recorde Regional Jun18    | 2:17.57 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Felgueiras            | 22/12/2018 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:22.69 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Funchal               | 10/06/2018 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:24.33 | DEUS, Andre Portugal   | CNF | Funchal               | 24/11/2017 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:23.33 | ALVES, Paulo Rodrigues | CDN | Funchal               | 13/07/2019 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:29.20 | ALVES, Paulo Rodrigues | CDN | Funchal               | 01/08/2018 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:37.57 | FREITAS, Tomas Miguel  | CDN | Funchal               | 13/07/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 3:03.94; Inf A: 2:55.05; Juv B: 2:42.26; Juv A: 2:38.44; Jun17: 2:30.02; Jun18: 2:29.27; Sen19: 2:25.15;  
20 +: 2:24.42 / TAC Zonais Inf B: 3:09.00; Inf A: 2:59.00

|    |                           | Ano |                            |  |         |
|----|---------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1  | FERNANDES, Martim Pestana | 04  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:27.31 |
| 2  | PAULOS, Francisco Silva   | 02  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:33.18 |
| 3  | LOPES, Pedro Henrique     | 03  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 2:33.81 |
| 4  | CASTRO, Martim Pereira    | 02  | Clube Escola O Liceu       |  | 2:39.50 |
| 5  | FERREIRA, Luis Duarte     | 89  | Clube Escola O Liceu       |  | 2:39.70 |
| 6  | SILVA, Tony Stefano       | 05  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:41.99 |
| 7  | FERRO, Henrique Martins   | 01  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:45.37 |
| 8  | SILVA, Joao Jesus         | 02  | Juventude Atlantico Clube  |  | 2:47.59 |
| 9  | VIEIRA, Emanuel Eloio     | 03  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 2:53.06 |
| 10 | ALVES, Andre Camara       | 05  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:53.12 |
| 11 | OLIVEIRA, Diogo Alexandre | 05  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:54.54 |
| 12 | AGUILAR, Luis Santos      | 04  | Clube Desportivo Nacional  |  | 3:00.15 |
| 13 | SETIM, Joao Oliveira      | 06  | Clube Naval do Funchal     |  | 3:00.98 |
| 14 | ALVES, Tiago Pires        | 05  | Juventude Atlantico Clube  |  | 3:01.49 |
| 15 | NUNES, Afonso Miguel      | 04  | Juventude Atlantico Clube  |  | 3:05.06 |

Prova 20, Masc., 200m Bruços

|                             |    |                            |         |
|-----------------------------|----|----------------------------|---------|
| 16 OLIVEIRA, Afonso Miguel  | 07 | Juventude Atlantico Clube  | 3:09.17 |
| 17 ABREU, Joao Francisco    | 06 | Clube Naval do Funchal     | 3:10.00 |
| 18 SILVA, Eduardo Rodrigues | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 3:13.70 |
| 19 SOUSA, Simao Henrique    | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 3:16.11 |
| 20 SMIRNOV, Dmytro          | 07 | Clube Desportivo Sao Roque | 3:30.00 |
| 21 NUNES, Henrique Dias     | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 3:52.86 |
| 22 MARTINS, Tomas Rodrigo   | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 4:20.00 |

Prova 21  
21/12/2019

Femin., 100m Costas

Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                        |      |         |            |
|---------------------------|---------|------------------------|------|---------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 1:05.05 | QUINTAL, Fabiana Maria | CDN  | Funchal | 12/07/2009 |
| Recorde Regional Sen      | 1:05.05 | QUINTAL, Fabiana Maria | CDN  | Funchal | 12/07/2009 |
| Recorde Regional Jun17    | 1:06.59 | ROSA, Beatriz Jong     | CDWT | Funchal | 11/12/2016 |
| Recorde Regional Jun16    | 1:05.65 | ROSA, Beatriz Jong     | CDN  | Funchal | 05/03/2016 |
| Recorde Regional Juv A    | 1:07.64 | ROSA, Beatriz Jong     | CDN  | Funchal | 09/05/2015 |
| Recorde Regional Juv A    | 1:07.64 | AGUILAR, Vera Ines     | CDN  | Funchal | 11/07/2015 |
| Recorde Regional Juv B    | 1:08.35 | AGUILAR, Vera Ines     | CDN  | Funchal | 10/04/2014 |
| Recorde Regional Inf A    | 1:10.41 | COSTA, Maria Jardim    | CDN  | Funchal | 08/06/2019 |
| Recorde Regional Inf B    | 1:13.20 | LOPES, Joana Cristina  | CNF  | Funchal | 15/02/1992 |

TAC Nacionais Inf B: 1:23.71; Inf A: 1:18.10; Juv B: 1:11.31; Juv A: 1:10.08; Jun16: 1:08.45; Jun17: 1:08.11; Sen18: 1:06.78;  
19 + 50m: 1:08.93 / TAC Zonais Inf B: 1:24.00; Inf A: 1:18.50

|    |                           | Ano |                                  |         |
|----|---------------------------|-----|----------------------------------|---------|
| 1  | AGUILAR, Vera Ines        | 00  | Clube Desportivo Nacional        | 1:07.64 |
| 2  | COSTA, Maria Jardim       | 06  | Clube Desportivo Nacional        | 1:10.23 |
| 3  | BOULHOSA, Carolina Abreu  | 01  | Clube Naval do Funchal           | 1:11.91 |
| 4  | JARDIM, Teresa Vieira     | 05  | Clube Naval do Funchal           | 1:12.96 |
| 5  | ARAUJO, Maria Clara       | 05  | Clube Naval do Funchal           | 1:14.67 |
| 6  | OLIVEIRA, Sara Fernandes  | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 1:15.64 |
| 7  | BETENCOURT, Ana Margarida | 03  | Clube Naval do Funchal           | 1:17.02 |
| 8  | CANADA, Maria Elvira      | 06  | Clube Desportivo Nacional        | 1:17.92 |
| 9  | GONCALVES, Valentina Jose | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 1:19.21 |
| 10 | RAMOS, Barbara Emerick    | 04  | Juventude Atlantico Clube        | 1:20.48 |
| 11 | SOUSA, Maria Beatriz      | 06  | Clube Naval do Funchal           | 1:23.56 |
| 12 | MATEUS, Clarisse Vieira   | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 1:24.94 |
| 13 | FREITAS, Viviana Maria    | 03  | Associacao Desportiva de Machico | 1:26.00 |
| 14 | SILVA, Carolina Pestana   | 08  | Clube Naval do Funchal           | 1:26.48 |
| 15 | TEMTEM, Sara Maria        | 07  | Clube Desportivo Nacional        | 1:27.91 |
| 16 | CARDOSO, Isabel Maria     | 05  | Clube Sport Maritimo             | 1:31.55 |
| 17 | BARROS, Ana Carolina      | 05  | Juventude Atlantico Clube        | 1:31.72 |
| 18 | RODRIGUES, Beatriz Mendes | 07  | Clube Naval do Funchal           | 1:33.09 |
| 19 | GOUVEIA, Mariana Alves    | 03  | Ludens Clube de Machico          | 1:40.00 |
| 20 | DINIS, Maria Antonia      | 05  | Clube Desportivo Nacional        | 1:43.26 |
| 21 | NOBREGA, Maria Trindade   | 05  | Clube Desportivo Nacional        | 1:45.99 |
| 22 | GOUVEIA, Joana Alves      | 08  | Ludens Clube de Machico          | 1:50.00 |
| 23 | GOIS, Margarida Teles     | 08  | Ludens Clube de Machico          | 1:56.00 |
| 24 | NOBREGA, Sara Francisca   | 08  | Clube Desportivo Sao Roque       | 2:02.09 |

Prova 22  
21/12/2019

Masc., 100m Costas

Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                        |     |         |            |
|---------------------------|---------|------------------------|-----|---------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 57.39   | FERNANDES, Rui Afonso  | CDN | Leiria  | 14/12/2019 |
| Recorde Regional Sen      | 57.93   | PINTO, Luis Marques    | CDN | Funchal | 09/05/2009 |
| Recorde Regional Jun18    | 57.43   | FERNANDES, Joao Manuel | CNF | Porto   | 20/12/2014 |
| Recorde Regional Jun17    | 57.39   | FERNANDES, Rui Afonso  | CDN | Leiria  | 14/12/2019 |
| Recorde Regional Juv A    | 59.07   | FERNANDES, Rui Afonso  | CDN | Tomar   | 14/12/2018 |
| Recorde Regional Juv B    | 1:00.51 | FERNANDES, Rui Afonso  | CDN | Funchal | 26/03/2018 |
| Recorde Regional Inf A    | 1:03.46 | FERNANDES, Rui Afonso  | CDN | Funchal | 27/07/2017 |
| Recorde Regional Inf B    | 1:06.87 | CAMACHO, Afonso Caires | CNF | Sines   | 07/04/2017 |

TAC Nacionais Inf B: 1:16.75; Inf A: 1:12.40; Juv B: 1:04.49; Juv A: 1:02.85; Jun17: 1:00.48; Jun18: 1:00.18; Sen19: 58.65;  
20 +: 58.36 / TAC Zonais Inf B: 1:17.00; Inf A: 1:12.70

|    |                               | Ano |                                  |  |         |
|----|-------------------------------|-----|----------------------------------|--|---------|
| 1  | ALVES, Paulo Rodrigues        | 04  | Clube Desportivo Nacional        |  | 1:01.30 |
| 2  | RODRIGUES, Joao Luis          | 05  | Clube Naval do Funchal           |  | 1:05.96 |
| 3  | LEAL, Diogo Silva             | 04  | Juventude Atlantico Clube        |  | 1:06.12 |
| 4  | PITA, Pedro Miguel            | 06  | Clube Naval do Funchal           |  | 1:10.66 |
| 5  | BOULHOSA, Rodrigo Abreu       | 05  | Clube Naval do Funchal           |  | 1:16.79 |
| 6  | ALVES, Pedro Miguel           | 06  | Clube Desportivo Nacional        |  | 1:17.22 |
| 7  | NEVES, Tiago Brazao           | 07  | Clube Naval do Funchal           |  | 1:18.38 |
| 8  | SILVA, Joao Luis              | 06  | Clube Escola O Liceu             |  | 1:18.67 |
| 9  | ARAUJO, Joao Caldeira         | 07  | Clube Naval do Funchal           |  | 1:21.30 |
| 10 | GOMES, Alexandre Monteiro     | 04  | Juventude Atlantico Clube        |  | 1:21.85 |
| 11 | ALVES, Afonso Pires           | 05  | Juventude Atlantico Clube        |  | 1:31.20 |
| 12 | VIEIRA, Tiago Pestana         | 06  | Clube Naval do Funchal           |  | 1:32.74 |
| 13 | GOUVEIA, Martim Jose          | 07  | Clube Desportivo Sao Roque       |  | 1:36.71 |
| 14 | VIEIRA, Luis Henrique         | 07  | Clube Desportivo Nacional        |  | 1:42.13 |
| 15 | CARREIRA, Ernani Afonso       | 06  | Clube Desportivo Nacional        |  | 1:43.90 |
| 16 | ABREU, Tiago Jose             | 07  | Associacao Desportiva de Machico |  | 1:45.00 |
| 17 | FREITAS, Bernardo Vasconcelos | 05  | Ludens Clube de Machico          |  | 1:45.00 |
| 18 | FREITAS, Simao Goncalo        | 05  | Ludens Clube de Machico          |  | 1:45.00 |
| 19 | FERNANDES, Afonso Santos      | 01  | Ludens Clube de Machico          |  | 1:47.00 |
| 20 | OLIM, Joao Luis               | 07  | Ludens Clube de Machico          |  | 1:58.00 |
| 21 | BARRETO, Andre Silva          | 06  | Ludens Clube de Machico          |  | 2:05.00 |

Prova 23  
21/12/2019

Femin., 200m Estilos

Absoluto  
Lista inscritos

|                           |         |                         |      |         |            |
|---------------------------|---------|-------------------------|------|---------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:18.16 | QUINTAL, Fabiana Maria  | CDN  | Tomar   | 13/12/2008 |
| Recorde Regional Sen      | 2:18.16 | QUINTAL, Fabiana Maria  | CDN  | Tomar   | 13/12/2008 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:25.85 | ROSA, Beatriz Jong      | CDWT | Funchal | 06/05/2017 |
| Recorde Regional Jun16    | 2:26.86 | ROSA, Beatriz Jong      | CDN  | Funchal | 13/05/2016 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:28.06 | ROSA, Beatriz Jong      | CDN  | Funchal | 09/05/2015 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:30.10 | SOUSA, Susana Margarida | CFU  | Funchal | 28/06/1991 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:31.77 | CAIRES, Joana Costa     | CNF  | Sines   | 12/03/2011 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:38.90 | LOPES, Joana Cristina   | CNF  | Funchal | 01/01/1992 |

TAC Nacionais Inf B: 2:50.35; Inf A: 2:41.70; Juv B: 2:35.01; Juv A: 2:32.60; Jun16: 2:28.85; Jun17: 2:28.11; Sen18: 2:25.29;  
19 + 50m: 2:28.26 / TAC Zonais Inf B: 3:00.00; Inf A: 2:52.00

|   |                           | Ano |                            |  |         |
|---|---------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1 | RODRIGUES, Laura Sofia    | 07  | Juventude Atlantico Clube  |  | 2:39.93 |
| 2 | SEQUEIRA, Beatriz Meneses | 06  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:42.08 |
| 3 | SILVA, Silvana Suamade    | 06  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 2:43.92 |
| 4 | JARDIM, Lara Filipa       | 06  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:44.34 |
| 5 | PEREIRA, Joana Marques    | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:47.15 |
| 6 | GONCALVES, Valentina Jose | 07  | Clube Desportivo Nacional  |  | 2:47.63 |
| 7 | ANDRADE, Matilde Sousa    | 08  | Clube Naval do Funchal     |  | 2:56.47 |
| 8 | REBELO, Filipa Margarida  | 03  | Clube Escola O Liceu       |  | 2:59.24 |

Prova 23, Femin., 200m Estilos

|                                  |    |                           |         |
|----------------------------------|----|---------------------------|---------|
| 9 FARIA, Laura Pereira           | 06 | Juventude Atlantico Clube | 3:01.82 |
| 10 FIGUEIRA, Madalena Leonor     | 07 | Clube Naval do Funchal    | 3:02.77 |
| 11 SOARES, Ines Silva            | 04 | Clube Desportivo Nacional | 3:04.35 |
| 12 ALVES, Juliana Rodrigues      | 08 | Clube Desportivo Nacional | 3:04.38 |
| 13 FERNANDES, Francisca Oliveira | 02 | Clube Escola O Liceu      | 3:10.85 |
| 14 GOUVEIA, Susana Isabel        | 04 | Juventude Atlantico Clube | 3:12.57 |
| 15 BAPTISTA, Ines Sande          | 08 | Clube Desportivo Nacional | 3:16.77 |
| 16 TEMBE, Ines Afonso            | 06 | Clube Desportivo Nacional | 3:18.26 |
| 17 FREITAS, Maria Raquel         | 07 | Clube Naval do Funchal    | 3:18.69 |
| 18 SOARES, Leonor Silva          | 08 | Clube Desportivo Nacional | 3:25.88 |
| 19 PEREIRA, Maria Clara          | 08 | Clube Desportivo Nacional | 3:27.73 |
| 20 ERRA, Clara Patricia          | 07 | Juventude Atlantico Clube | 3:33.59 |
| 21 PEREIRA, Sofia Jardim         | 08 | Clube Desportivo Nacional | 4:20.00 |

Prova 24 Masc., 200m Estilos Absoluto  
21/12/2019 Lista inscritos

|                           |         |                        |     |            |            |
|---------------------------|---------|------------------------|-----|------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 2:05.46 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Leiria     | 14/12/2019 |
| Recorde Regional Sen      | 2:05.46 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Leiria     | 14/12/2019 |
| Recorde Regional Jun18    | 2:05.78 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Felgueiras | 22/12/2018 |
| Recorde Regional Jun17    | 2:09.60 | SILVA, Tomas Antonio   | CNF | Funchal    | 26/03/2018 |
| Recorde Regional Juv A    | 2:11.61 | ALVES, Paulo Rodrigues | CDN | Leiria     | 14/12/2019 |
| Recorde Regional Juv B    | 2:11.24 | ALVES, Paulo Rodrigues | CDN | Funchal    | 17/05/2019 |
| Recorde Regional Inf A    | 2:13.38 | FREITAS, Tomas Miguel  | CDN | Funchal    | 17/07/2004 |
| Recorde Regional Inf B    | 2:20.56 | FREITAS, Tomas Miguel  | CDN | Funchal    | 28/06/2003 |

TAC Nacionais Inf B: 2:39.29; Inf A: 2:30.30; Juv B: 2:21.00; Juv A: 2:17.04; Jun17: 2:12.79; Jun18: 2:12.13; Sen19: 2:09.62; 20 +: 2:08.98 / TAC Zonais Inf B: 2:45.00; Inf A: 2:38.00

Ano

|                               |    |                            |         |
|-------------------------------|----|----------------------------|---------|
| 1 MARCOS, Joao Freitas        | 01 | Clube Escola O Liceu       | 2:17.25 |
| 2 BARRY, Rafael Francisco     | 04 | Clube Naval do Funchal     | 2:19.64 |
| 3 OLIVEIRA, Diogo Alexandre   | 05 | Clube Naval do Funchal     | 2:22.36 |
| 4 CASTRO, Martim Pereira      | 02 | Clube Escola O Liceu       | 2:25.25 |
| 5 LEITAO, Andre Freitas       | 05 | Clube Naval do Funchal     | 2:28.73 |
| 6 SILVA, Tony Stefano         | 05 | Clube Naval do Funchal     | 2:30.07 |
| 7 PEREIRA, Jordao Abreu       | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 2:30.58 |
| 8 VIEIRA, Emanuel Eloi        | 03 | Clube Desportivo Sao Roque | 2:35.27 |
| 9 AGUILAR, Luis Santos        | 04 | Clube Desportivo Nacional  | 2:39.67 |
| 10 NUNES, Goncalo Almada      | 01 | Juventude Atlantico Clube  | 2:42.58 |
| 11 GONCALVES, Martim Luis     | 06 | Clube Desportivo Nacional  | 2:43.27 |
| 12 MACHADO, Tiago Magalhaes   | 04 | Clube Desportivo Nacional  | 2:43.59 |
| 13 SOUSA, Lourenco Quintas    | 05 | Clube Naval do Funchal     | 2:46.67 |
| 14 ALVES, Pedro Miguel        | 06 | Clube Desportivo Nacional  | 2:47.32 |
| 15 FERNANDEZ, Joao Guilherme  | 04 | Juventude Atlantico Clube  | 2:56.33 |
| 16 CAMACHO, Joao Simao        | 03 | Clube Desportivo Nacional  | 2:57.60 |
| 17 PEREIRA, Lucas Santos      | 07 | Clube Naval do Funchal     | 2:59.10 |
| 18 ALMEIDA, Joao Francisco    | 07 | Clube Naval do Funchal     | 3:02.93 |
| 19 OLIVEIRA, Afonso Miguel    | 07 | Juventude Atlantico Clube  | 3:03.58 |
| 20 SOUSA, Simao Henrique      | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 3:03.84 |
| 21 COSTA, Guilherme Corte     | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 3:05.34 |
| 22 ALVES, Luis Fernandez      | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 3:16.76 |
| 23 ALVES, Diogo Basilio       | 07 | Juventude Atlantico Clube  | 3:18.22 |
| 24 FERNANDES, Afonso Berimbau | 07 | Juventude Atlantico Clube  | 3:29.78 |
| 25 NUNES, Henrique Dias       | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 3:30.45 |
| 26 MARTINS, Tomas Rodrigo     | 07 | Clube Desportivo Nacional  | 3:58.51 |

Prova 25 Femin., 400m Livres  
21/12/2019 Absoluto  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 5:14.91; Inf A: 5:00.57; Juv B: 4:49.23; Juv A: 4:45.52; Jun16: 4:38.56; Jun17: 4:37.18; Sen18: 4:31.05;  
19 + 50m: 4:36.03 / TAC Zonais Inf B: 5:32.00; Inf A: 5:16.50

|    |                             | Ano |                            |  |         |
|----|-----------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1  | SOUSA, Joana Francisca      | 04  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 4:50.44 |
| 2  | LUIS, Jessica Santos        | 00  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 4:57.13 |
| 3  | CAMACHO, Laura Fernandes    | 04  | Clube Naval do Funchal     |  | 4:57.43 |
| 4  | FREITAS, Beatriz Rodrigues  | 06  | Clube Naval do Funchal     |  | 5:01.11 |
| 5  | FREITAS, Margarida Ramos    | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:04.28 |
| 6  | JESUS, Filipa Mafalda       | 03  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 5:11.56 |
| 7  | CANADA, Maria Elvira        | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:20.67 |
| 8  | SILVA, Gabriela Suamade     | 02  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 5:29.35 |
| 9  | PEREIRA, Luisa Tovela       | 03  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:37.31 |
| 10 | SOUSA, Ivana Valentina      | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:40.25 |
| 11 | LECA, Natasha Maria         | 03  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:40.82 |
| 12 | LUIS, Mariana Capelo        | 05  | Juventude Atlantico Clube  |  | 5:44.74 |
| 13 | HERNANDEZ, Marcelis Nativid | 99  | Clube Sport Maritimo       |  | 5:46.97 |
| 14 | DIAS, Monica Fernandes      | 06  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 5:49.57 |
| 15 | GOIS, Mariana Teles         | 05  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 5:56.01 |
| 16 | CRO, Isabel Matilde         | 00  | Clube Escola O Liceu       |  | 6:10.88 |
| 17 | DIAS, Magda Fernandes       | 06  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 6:22.34 |
| 18 | MAGALHAES, Julia Silva      | 08  | Juventude Atlantico Clube  |  | 7:05.00 |

Prova 26 Masc., 400m Livres  
21/12/2019 Absoluto  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais Inf B: 4:54.07; Inf A: 4:31.75; Juv B: 4:27.09; Juv A: 4:19.30; Jun17: 4:10.51; Jun18: 4:09.26; Sen19: 4:03.91;  
20 +: 4:02.70 / TAC Zonais Inf B: 5:05.00; Inf A: 4:53.50

|    |                             | Ano |                            |  |         |
|----|-----------------------------|-----|----------------------------|--|---------|
| 1  | ALVES, Paulo Rodrigues      | 04  | Clube Desportivo Nacional  |  | 4:20.87 |
| 2  | RODRIGUES, Rodrigo Reis     | 04  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 4:21.35 |
| 3  | LOPES, Pedro Henrique       | 03  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 4:24.42 |
| 4  | TELES, Artur Corte          | 04  | Juventude Atlantico Clube  |  | 4:36.21 |
| 5  | GOUVEIA, Luis Galvao        | 05  | Clube Desportivo Nacional  |  | 4:38.31 |
| 6  | BELO, Francisco Miguel      | 02  | Clube Desportivo Nacional  |  | 4:49.11 |
| 7  | RAMALHO, Joao Cairres       | 02  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 4:55.50 |
| 8  | SILVA, Eduardo Rodrigues    | 04  | Juventude Atlantico Clube  |  | 5:00.35 |
| 9  | ALVES, Tiago Pires          | 05  | Juventude Atlantico Clube  |  | 5:04.12 |
| 10 | MACHADO, Bernardo Magalhaes | 06  | Clube Desportivo Nacional  |  | 5:10.25 |
| 11 | NEVES, Joao Pedro           | 06  | Clube Desportivo Sao Roque |  | 5:20.00 |

Prova 26, Masc., 400m Livres

|                                |    |                            |         |
|--------------------------------|----|----------------------------|---------|
| 12 ALVES, Andre Camara         | 05 | Clube Desportivo Nacional  | 5:41.14 |
| 13 VASCONCELOS, Samuel Antonio | 01 | Clube Desportivo Sao Roque | 5:50.41 |
| 14 CASTRO, Mateus Pereira      | 06 | Clube Escola O Liceu       | 6:23.35 |
| 15 STEFLEA, Andre Sergio       | 06 | Clube Desportivo Sao Roque | 6:30.00 |
| 16 SMIRNOV, Dmytro             | 07 | Clube Desportivo Sao Roque | 6:35.42 |

Prova 27  
21/12/2019

Femin., 4 x 50m Livres

Absoluto - Classificação Geral  
Lista inscritos

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

TAC Nacionais - Estafetas Jun: 1:52.38; Sen: 1:51.27

|                           |                            |         |
|---------------------------|----------------------------|---------|
| 1 Naval do Funchal 1      | Clube Naval do Funchal     | 2:03.90 |
| 2 Salesianos do Funchal 1 | Juventude Atlantico Clube  | 2:05.00 |
| 3 Sao Roque 1             | Clube Desportivo Sao Roque | 2:10.00 |
| 4 Salesianos do Funchal 2 | Juventude Atlantico Clube  | 2:16.00 |
| 5 Naval do Funchal 2      | Clube Naval do Funchal     | 2:16.38 |
| 6 Salesianos do Funchal 3 | Juventude Atlantico Clube  | 2:30.00 |
| 7 Desportivo Nacional 7   | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 8 Desportivo Nacional 8   | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 9 Desportivo Nacional 9   | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 10 Desportivo Nacional 19 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 11 Desportivo Nacional 20 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |

Prova 28  
21/12/2019

Masc., 4 x 50m Livres

Absoluto - Classificação Geral  
Lista inscritos

|                           |         |                        |     |            |            |
|---------------------------|---------|------------------------|-----|------------|------------|
| Recorde Regional Absoluto | 1:33.79 | Clube Naval do Funchal | CNF | Felgueiras | 22/11/2002 |
| Recorde Regional Sen      | 1:33.79 | Clube Naval do Funchal | CNF | Felgueiras | 22/11/2002 |
| Recorde Regional Jun      | 1:37.45 | Clube Naval do Funchal | CNF | Felgueiras | 20/12/2003 |

TAC Nacionais - Estafetas Jun: 1:39.93; Sen: 1:38.94

|                           |                            |         |
|---------------------------|----------------------------|---------|
| 1 Clube Escola O Liceu 1  | Clube Escola O Liceu       | 1:38.90 |
| 2 Salesianos do Funchal 1 | Juventude Atlantico Clube  | 1:50.00 |
| 3 Naval do Funchal 1      | Clube Naval do Funchal     | 1:55.82 |
| 4 Salesianos do Funchal 2 | Juventude Atlantico Clube  | 1:56.00 |
| 5 Naval do Funchal 2      | Clube Naval do Funchal     | 1:57.70 |
| 6 Sao Roque 1             | Clube Desportivo Sao Roque | 1:58.00 |
| 7 Salesianos do Funchal 3 | Juventude Atlantico Clube  | 2:05.00 |
| 8 Salesianos do Funchal 4 | Juventude Atlantico Clube  | 2:18.00 |
| 9 Sao Roque 2             | Clube Desportivo Sao Roque | 2:40.00 |
| 10 Desportivo Nacional 10 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 11 Desportivo Nacional 11 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 12 Desportivo Nacional 12 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 13 Desportivo Nacional 13 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 14 Desportivo Nacional 14 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |
| 15 Desportivo Nacional 15 | Clube Desportivo Nacional  | NT      |