

Recordes Regionais 25 metros

Recordes Reg ANCNP 25m

							Piscina curta (25m)
Masc., Open							
Livres							
50m	22.84	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	15/11/2020	Mealhada
100m	48.46	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	19/12/2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	1:45.69	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	20/12/2009	S. Antonio Cavaleiros
400m	3:49.02	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	21/12/2012	S. Antonio Cavaleiros
800m	8:06.66	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
1500m	15:36.34	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	15/12/2019	Leiria
Costas							
50m	25.35	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	16/05/2009	Sta. Maria da Feira
100m	54.19	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	05/12/2009	Leiria
200m	1:58.76	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	17/05/2009	Sta. Maria da Feira
Bruços							
50m	27.61	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
100m	59.01	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:08.49	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	11/12/2015	Porto
Mariposa							
50m	23.63	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	13/12/2009	Istanbul (TUR)
100m	51.45	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	11/11/2009	Stockholm (SWE)
200m	1:53.39	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	12/12/2009	Istanbul (TUR)
Estilos							
100m	53.28	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	18/04/2009	Viseu
200m	1:53.45	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:06.83	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	11/12/2009	Istanbul (TUR)
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:34.63	Clube dos Galitos Aveiro		POR	CGA	08/12/2006	Felgueiras
4 x 100m	3:23.31	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	14/12/2019	Leiria
		CARVALHO, Diogo Filipe, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, FARDILHA, Manuel Cruz, MACHADO, Tiago Andrade					
4 x 200m	7:28.65	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	15/12/2019	Leiria
		CARVALHO, Diogo Filipe, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, FARDILHA, Manuel Cruz, MACHADO, Tiago Andrade					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:44.87	Clube Galitos de Aveiro		POR	CGA	20/12/2014	Porto
		PAULA, Joao Carlos, PASCOAL, Nuno Durao, CARVALHO, Diogo Filipe, MARQUEZ, Henrique Jose					
4 x 100m	3:45.07	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	14/12/2019	Leiria
		LARANJEIRA, Joao Jose, CARVALHO, Diogo Filipe, MACHADO, Tiago Andrade, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais					
Femin., Open							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	24.96	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	21/12/2019	Felgueiras
100m	54.66	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:02.98	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
400m	4:17.24	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	21/12/2019	Estarreja
800m	8:47.49	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	28/11/2021	Leiria
1500m	17:03.65	Cardeal, Beatriz Nunes	04	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
Costas							
50m	29.21	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/11/2021	Viseu
100m	1:02.84	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
200m	2:14.39	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	20/12/2019	Felgueiras
Bruços							
50m	30.80	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	10/12/2017	Porto
100m	1:07.65	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	08/12/2017	Porto
200m	2:29.41	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	06/12/2015	Netanya (ISR)
Mariposa							
50m	27.28	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
100m	1:00.36	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	30/11/2019	Sines
200m	2:16.51	Almeida, Maria Carolina	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
Estilos							
100m	1:01.58	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	22/12/2019	Felgueiras

Recordes Regionais 25 metros

200m	2:18.16	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	21/12/2019	Felgueiras
400m	4:49.39	Pina, Ana Sofia	02	POR	CACRCCD	04/11/2018	Vila Real Stº António
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:47.78	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	06/11/2021	Viseu
		FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, SOARES, Miriam Mortagua, ALMEIDA, Maria Carolina					
4 x 100m	3:55.67	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	07/11/2021	Viseu
		VASCONCELOS, Lara Rodrigues, FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, SOARES, Miriam Mortagua					
4 x 200m	8:37.24	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
		AMADOR, Joana Costa, RODRIGUES, Ana Margarida, MONTEIRO, Margarida Cabral, SANTOS, Ana Pedro					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:58.55	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	07/11/2021	Viseu
		FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SOARES, Miriam Mortagua					
4 x 100m	4:21.02	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	06/11/2021	Viseu
		FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SOARES, Miriam Mortagua					
Misto, Open				Piscina curta (25m)			
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:45.77	Seleção ANCNP		POR	SANCNP	23/10/2022	Estarreja
		FERNANDES, Carolina Miranda, PINTO, Romulo Neves, CORREIA, Matilde Ribeiro, GUEDES, Tiago Vidal					
4 x 100m	3:41.06	Academico Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
		SOUSA, Nuno Alexandre, CARDEAL, Joana Nunes, CARDEAL, Beatriz Nunes, MOURA, Andre Magalhaes					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:51.44	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	22/10/2022	Estarreja
		SILVA, Diogo Miguel, RODRIGUES, Joao Carvalho, FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues					
4 x 100m	4:00.59	Academico Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
		SOUSA, Nuno Alexandre, MOURA, Andre Magalhaes, CARDEAL, Beatriz Nunes, CARDEAL, Joana Nunes					
Masc., Sen				Piscina curta (25m)			
Livres							
50m	22.84	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	15/11/2020	Mealhada
100m	48.46	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	20/12/2009	STº António Cavaleiros
200m	1:45.69	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	20/12/2009	STº Antonio de Cavaleiros
400m	3:49.02	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	21/12/2012	STº Antonio Cavaleiros
800m	8:31.97	Cardoso, Filipe Santos	04	POR	CAPGE	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
1500m	16:16.97	Garcia, Pedro Rafael		POR	AVFC	21/12/2014	Porto
Costas							
50m	25.35	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	16/05/2009	STª Maria da Feira
100m	54.19	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	05/12/2009	Leiria
200m	1:58.76	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	17/05/2009	Stª Maria da Feira
Bruços							
50m	27.61	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
100m	59.01	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:08.49	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	11/12/2015	Porto
Mariposa							
50m	23.63	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	13/12/2009	Istambul
100m	51.45	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	11/11/2009	Estocolomo (SWE)
200m	1:53.39	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	12/12/2009	Istambul (TUR)
Estilos							
100m	53.28	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	18/04/2009	Viseu
200m	1:53.45	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:06.83	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	11/12/2009	Istambul (TUR)
Masc., Jun 18				Piscina curta (25m)			
Livres							
50m	23.07	Machado, Tiago Andrade	02	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
100m	50.36	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	16/12/2005	Paços Ferreira
200m	1:49.38	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
400m	3:55.07	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
800m	8:18.83	Jorge, Duarte Miguel		POR	CGA	21/12/2018	Felgueiras

Recordes Regionais 25 metros

1500m	15:50.47	Jorge, Duarte Miguel		POR	CGA	23/12/2018	Felgueiras
Costas							
50m	26.32	Machado, Tiago Andrade	02	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
100m	54.56	Silva, Job Santos		POR	CDF	01/02/2014	Mealhada
200m	2:03.58	Laranjeira, Joao Jose		POR	CGA	13/12/2015	Porto
Bruços							
50m	29.77	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	28/11/2015	Caldas da Rainha
100m	1:02.96	Moura, Andre Magalhães		POR	AVFC	21/05/2016	
200m	2:16.26	Moura, Andre Magalhes		POR	AVFC	29/11/2015	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	25.01	Trigo, Hugo Guilherme		POR	SCA	21/12/2014	Porto
100m	54.38	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	12/02/2006	Estoril
200m	1:58.64	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	09/12/2005	Tomar
Estilos							
100m	56.96	Carvalho, Diogo Filipe			CGA	11/12/2005	Tomar
200m	2:00.80	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	11/02/2006	Estoril
400m	4:30.40	Moura, Andre Magalhaes		POR	AVFC	11/12/2015	Porto
Femin., Sen							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	24.96	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	21/12/2019	Felgueiras
100m	54.66	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:02.98	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
400m	4:17.24	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	04/12/2021	Estarreja
800m	8:47.49	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	28/11/2021	Leiria
1500m	17:05.77	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
Costas							
50m	29.46	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
100m	1:04.21	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	05/03/2023	Gafanha da Nazaré
200m	2:14.39	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	20/12/2019	Felgueiras
Bruços							
50m	30.80	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	10/12/2017	Porto
100m	1:07.65	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	08/12/2017	Porto
200m	2:29.41	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	06/01/2015	Netanya (ISR)
Mariposa							
50m	27.28	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
100m	1:00.36	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	30/11/2019	Sines
200m	2:16.94	Cardeal, Beatriz Nunes	04	POR	AVFC	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
Estilos							
100m	1:01.58	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	ADS	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:18.16	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	21/12/2019	Felgueiras
400m	4:50.31	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	14/11/2020	Mealhada
Masc., Jun 17							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	23.12	Machado, Tiago Andrade		POR	SCA	22/12/2018	Felgueiras
100m	51.59	Machado, Tiago Andrade		POR	SCA	21/12/2018	Felgueiras
200m	1:50.39	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	14/12/2019	Leiria
400m	3:56.61	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	14/12/2019	Leiria
800m	8:06.66	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
1500m	15:36.34	Ribeiro, Gustavo Carvalhais	03	POR	CGA	15/12/2019	Leiria
Costas							
50m	26.33	Silva, Diogo Miguel	05	POR	CGA	27/11/2021	Leiria
100m	56.74	Silva, Diogo Miguel	05	POR	CGA	26/11/2021	Leiria
200m	2:02.00	Silva, Diogo Miguel	05	POR	CGA	26/11/2021	Leiria
Bruços							
50m	30.14	Rodrigues, Joao Carvalho	06	POR	CGA	28/01/2023	Viseu
100m	1:04.09	Rodrigues, Joao Carvalho	06	POR	CGA	13/05/2023	Gafanha da Nazaré
200m	2:18.79	Moura, Andre Magalhaes	98	POR	AVFC	24/05/2015	Gafanha da Nazaré

Recordes Regionais 25 metros

Mariposa							
50m	25.62	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	15/02/2004	Mealhada
100m	54.97	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	04/03/2005	Mealhada
200m	1:59.93	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	05/03/2005	Mealhada
Estilos							
100m	57.40	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	14/05/2005	Aveiro
200m	2:02.96	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	06/03/2005	Mealhada
400m	4:26.05	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	ANCNP	20/12/2004	Cantanhede
Femin., Jun 17							
Livres							
50m	25.98	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
100m	55.54	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:05.01	Pina, Ana Sofia	02	POR	CRASTO	23/12/2018	Felgueiras
400m	4:19.23	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	16/06/2018	Mealhada
800m	8:57.32	Cardeal, Beatriz Nunes	04	POR	AVFC	04/07/2021	Gafanha de Nazaré
1500m	17:03.65	Cardeal, Beatriz Nunes	04	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
Costas							
50m	29.21	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/11/2021	Viseu
100m	1:03.00	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/11/2021	Viseu
200m	2:18.03	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	09/12/2018	Stº António dos Cavaleiros
Bruços							
50m	32.11	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	25/11/2010	Eindhoven (NED)
100m	1:09.46	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	11/12/2010	Guarda
200m	2:33.37	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	10/12/2010	Guarda
Mariposa							
50m	27.34	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/11/2021	Viseu
100m	1:00.57	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	16/10/2021	Estarreja
200m	2:16.51	Almeida, Maria Carolina	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
Estilos							
100m	1:02.10	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:18.68	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	22/12/2018	Felgueiras
400m	4:49.39	Pina, Ana Sofia		POR	CRASTO	04/11/2018	Vila Real Stº António
Masc., Juv A							
Livres							
50m	24.50	Gabriel, Jose Luis		POR	AVFC	21/04/2012	Viseu
100m	52.70	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	14/02/2004	Alapraia-Estoril
200m	1:53.85	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	28/02/2004	Anadia
400m	4:01.35	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	ANCNP	28/02/2004	Anadia
800m	8:37.61	Jorge, Duarte Miguel	01	POR	CGA	13/05/2017	Condeixa
1500m	16:16.37	Jorge, Duarte Miguel	01	POR	CGA	04/12/2016	Ponte da Barca
Costas							
50m	27.33	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	25/04/2022	Viseu
100m	58.19	Silva, Diogo Miguel	05	POR	CGA	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:05.50	Silva, Diogo Miguel	05	POR	CGA	04/07/2021	Gafanha de Nazaré
Bruços							
50m	31.01	Rodrigues, Joao Carvalho	06	POR	CGA	17/12/2021	Ponte da Barca
100m	1:06.29	Rodrigues, Joao Carvalho	06	POR	SANCNP	22/01/2022	Abrantes
200m	2:20.72	Moura, Andre Magalhaes	98	POR	AVFC	08/12/2013	Leiria
Mariposa							
50m	26.11	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	15/02/2004	Estoril
100m	57.51	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	15/02/2004	Estoril
200m	2:03.83	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	07/03/2004	Mealhada
Estilos							
100m	1:02.34	Gabriel, José Luis		POR	AVFC	22/10/2011	Mealhada
200m	2:06.34	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	ANCNP	15/05/2004	Aveiro
400m	4:28.27	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	19/03/2004	Penafiel
Femin., Jun 16							
Livres							
50m	26.07	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré

Recordes Regionais 25 metros

100m	56.85	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	24/04/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:05.54	Pina, Ana Sofia		POR	CRASTO	10/12/2017	Porto
400m	4:21.32	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	16/06/2018	Mealhada
800m	9:04.72	Cardeal, Beatriz Nunes	04	POR	AVFC	15/12/2019	Leiria
1500m	17:32.08	Amador, Joana Costa	98	POR	CGA	13/11/2016	Viseu
Costas							
50m	29.49	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
100m	1:05.14	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	17/07/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:20.15	Cardeal, Joana Nunes	02	POR	AVFC	21/04/2018	Anadia
Bruços							
50m	31.46	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	08/12/2009	Leiria
100m	1:08.85	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	13/12/2009	Ponte de Sôr
200m	2:29.97	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	12/12/2009	Ponte de Sôr
Mariposa							
50m	27.31	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	1:00.66	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:17.03	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
Estilos							
100m	1:05.66	Marques, Maria Vieira	04	POR	CNVA	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:19.66	Pina, Ana Sofia		POR	AVFC	12/05/2018	Condeixa
400m	4:53.90	Pina, Ana Sofia	02	POR	CACRCCD	08/12/2017	Porto
Masc., Juv B							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	24.49	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	10/06/2003	Viseu
100m	53.32	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	21/03/2003	Braga
200m	1:55.53	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	01/03/2003	Ilhavo
400m	4:05.91	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	01/03/2003	Braga
800m	8:30.55	Jorge, Duarte Miguel		POR	CGA	22/05/2016	Viseu
1500m	16:53.08	Jorge, Duarte Miguel	01	POR	CGA	14/11/2015	Gafanha da Encarnacao
Costas							
50m	28.20	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	1:00.71	Machado, Tiago Andrade		POR	SCA	26/11/2016	Abrantes
200m	2:13.09	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	04/07/2021	Gafanha de Nazaré
Bruços							
50m	31.78	Rodrigues, Joao Carvalho	06	POR	CGA	17/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	1:07.31	Rodrigues, Joao Carvalho	06	POR	CGA	17/07/2021	Gafanha de Nazaré
200m	2:27.10	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	09/03/2003	Anadia
Mariposa							
50m	27.16	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
100m	57.32	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	10/06/2003	Estarreja
200m	2:14.86	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	07/02/2002	Aveiro
Estilos							
100m	1:02.14	Machado, Tiago Andrade	02	POR	SCA	14/01/2017	Anadia
200m	2:08.27	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	10/05/2003	Fafe
400m	4:35.02	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	21/03/2003	Braga
Femin., Juv A							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	26.37	Fernandes, Carolina Miranda		POR	CGA	09/11/2019	Albufeira
100m	56.18	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:07.19	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
400m	4:25.40	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	22/05/2016	Viseu
800m	8:59.51	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	21/05/2016	Viseu
1500m	17:45.28	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	15/11/2015	Gafanha da Nazaré
Costas							
50m	30.36	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada
100m	1:02.84	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
200m	2:17.77	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada

Recordes Regionais 25 metros

Bruços							
50m	33.99	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	25/10/2008	Aveiro
100m	1:13.26	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	31/01/2009	Gafanha da Nazaré
200m	2:40.11	Jesus, Mariana Teixeira	06	POR	CDE	02/05/2021	Gafanha da Nazaré
Mariposa							
50m	27.88	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	01/08/2020	Aveiro
100m	1:00.43	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:22.00	Almeida, Maria Carolina	05	POR	CGA	16/11/2019	Viseu
Estilos							
100m	1:08.20	Marques, Maria Vieira	04	POR	CNVA	19/01/2019	Estarreja
200m	2:18.48	Pina, Ana Sofia	02	POR	CACRCCD	20/05/2017	Mealhada
400m	4:59.34	Pina, Ana Sofia	02	POR	CACRCCD	02/12/2016	Ponte da Barca
Masc., Inf A							
Livres							
50m	26.13	Fernandes, Eduardo G.		POR	HCM	10/06/2016	Estarreja
100m	55.46	Costa, Pedro		POR	SCE	08/07/2006	Águeda
200m	1:59.19	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	18/05/2002	
400m	4:19.33	Jorge, Duarte Miguel	01	POR	CGA	21/02/2015	Abrantes
800m	9:10.56	Jorge, Duarte Miguel		POR	CGA	22/11/2014	Gafanha da Nazaré
1500m	16:57.19	Carvalho, Diogo Filipe		POR	CGA	08/12/2001	São João da Madeira
Costas							
50m	29.38	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	18/01/2020	Mealhada
100m	1:02.61	Fernandes, Eduardo G.		POR	HCM	17/04/2016	Cantanhede
200m	2:18.18	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	30/11/2019	Sines
Bruços							
50m	34.08	Capitão, Simão Miguel		POR	CDF	21/05/2011	Estarreja
100m	1:11.92	Machado, Tiago Andrade	02	POR	SCA	21/05/2016	Viseu
200m	2:37.09	Mendes, Ricardo Ferreira		POR	AEJ	09/04/2017	Mealhada
Mariposa							
50m	27.84	Crespo, Pedro Diogo	93	POR	CGA	12/05/2007	Aveiro
100m	1:01.32	Crespo, Pedro Diogo	93	POR	CGA	12/05/2007	Aveiro
200m	2:18.39	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	04/12/2002	
Estilos							
100m	1:07.60	Machado, Tiago Andrade		POR	SCA	23/01/2016	Estarreja
200m	2:17.02	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	04/12/2002	
400m	4:55.65	Jorge, Duarte Miguel		POR	CGA	27/03/2015	Vila Praia de Âncora
Femin., Juv B							
Livres							
50m	26.94	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
100m	57.65	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
200m	2:09.53	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	14/12/2014	Estarreja
400m	4:29.85	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	24/05/2015	Gafanha da Nazaré
800m	9:18.10	Cardeal, Beatriz Nunes		POR	AVFC	11/03/2017	Condeixa
1500m	18:28.25	Maia, Lara Catarina	09	POR	CDE	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
Costas							
50m	31.36	Santos, Ana Pedro		POR	SCA	23/01/2016	Estarreja
100m	1:05.09	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	12/05/2019	Castro Daire
200m	2:25.07	Fernandes, Carolina Miranda		POR	CGA	16/12/2018	Braga
Bruços							
50m	35.25	Melo, Maria Miguel	02	POR	CGA	23/01/2016	Estarreja
100m	1:13.85	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	17/02/2008	Alapraia
200m	2:41.48	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	01/12/2007	Viseu
Mariposa							
50m	29.89	Marques, Maria Vieira		POR	CNVA	12/11/2017	Vila Real Stº António
100m	1:03.64	Fernandes, Carolina Miranda	99	POR	CGA	16/12/2018	Braga
200m	2:23.77	Almeida, Maria Emilia	07	POR	CGA	17/07/2021	Gafanha de Nazaré
Estilos							
100m	1:07.39	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	19/01/2019	Estarreja

Recordes Regionais 25 metros

200m	2:22.64	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	12/05/2019	Castro Daire
400m	5:09.54	Amador, Rita Costa	99	POR	CGA	03/02/2013	Espinho
Masc., Inf B							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	26.96	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	18/05/2019	Espinho
100m	58.61	Vieira, Eduardo Gabriel	05	POR	HCM/CA	17/06/2018	Mealhada
200m	2:08.52	Vieira, Eduardo Gabriel	05	POR	HCM	10/03/2018	Felgueiras
400m	4:30.17	Tomé, David Emanuel		POR	HCM	14/05/2016	Espinho
800m	9:28.15	Fernandes, Eduardo G.		POR	HCM	24/05/2015	Gafanha da Nazaré
1500m	18:00.04	Fernandes, Eduardo G.		POR	HCM	08/03/2015	Mealhada
Costas							
50m	31.41	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	19/05/2019	Espinho
100m	1:05.91	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	15/06/2019	Mealhada
200m	2:22.60	Sousa, David Joao	05	POR	ACRTCMV	10/03/2018	Felgueiras
Bruços							
50m	36.25	Mendes, Ricardo Ferreira		POR	AEJ	08/05/2016	Gafanha da Nazaré
100m	1:16.47	Mendes, Ricardo Ferreira	03	POR	AEJ	08/05/2016	Gafanha da Nazaré
200m	2:49.12	Carvalho, Diogo Filipe	88	POR	CGA	10/03/2001	Albergaria-a-Velha
Mariposa							
50m	30.03	Assuncao, Rafael Moreira	10	POR	CDF	06/05/2023	Espinho
100m	1:05.55	Rodrigues, Rodrigo Vieira	06	POR	SCE	15/06/2019	Mealhada
200m	2:27.67	Gabriel, José Luis		POR	AVFC	08/03/2009	Cantanhede
Estilos							
100m	1:09.17	Gabriel, José Luis		POR	AVFC	16/05/2009	Santa Maria da Feira
200m	2:25.69	Gabriel, Jose Luis	96	POR	AVFC	10/06/2009	Estarreja
400m	5:11.19	Gabriel, José Luis		POR	AVFC	06/03/2009	Cantanhede
Femin., Inf A							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	27.56	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	19/05/2018	Espinho
100m	58.55	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:07.47	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
400m	4:40.92	Amador, Joana Costa	01	POR	CGA	12/04/2014	Abrantes
800m	9:39.51	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	24/02/2018	Mealhada
1500m	20:50.20	Henriques, Diva		POR	SCA	22/11/1992	Aveiro
Costas							
50m	31.92	Marques, Maria Vieira		POR	CNVA	14/01/2017	Anadia
100m	1:07.19	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
200m	2:23.22	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/02/2018	Mealhada
Bruços							
50m	36.75	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	28/10/2006	Castro Daire
100m	1:15.83	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	01/04/2007	Braga
200m	2:49.70	Silva, Patricia		POR	SCE	18/06/2006	Mealhada
Mariposa							
50m	29.31	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
100m	1:02.30	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:20.28	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
Estilos							
100m	1:14.01	Amador, Rita Costa	99	POR	CGA	21/01/2012	Espinho
200m	2:21.36	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	10/03/2018	Felgueiras
400m	5:03.94	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
Femin., Inf B							Piscina curta (25m)
Livres							
50m	27.89	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	13/05/2017	Espinho
100m	1:00.13	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
200m	2:11.27	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	25/03/2017	Mealhada
400m	4:46.14	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	14/05/2017	Espinho

Recordes Regionais 25 metros

800m	10:15.31	Almeida, Maria Emilia	07	POR	CGA	12/05/2019	Castro Daire
1500m	22:49.82	Albergaria, Sara		POR	AEJ	29/11/1997	Braga
Costas							
50m	32.16	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
100m	1:06.85	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
200m	2:27.90	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	26/03/2017	Mealhada
Bruços							
50m	38.65	Domingues, Matilde Mota		POR	CDF	29/03/2015	Vila Praia Âncora
100m	1:20.13	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	18/06/2006	Mealhada
200m	2:57.96	Rodrigues, Ana Pinho	94	POR	AEJ	18/06/2006	Mealhada
Mariposa							
50m	31.28	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/05/2017	Gafanha da Nazaré
100m	1:05.51	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	06/05/2017	Gafanha da Nazaré
200m	2:40.25	Almeida, Maria Emilia	07	POR	CGA	30/03/2019	Cantanhede
Estilos							
100m	1:16.25	Domingues, Matilde Mota	03	POR	CDF	17/01/2015	Estarreja
200m	2:28.04	Fernandes, Carolina Miranda	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
400m	5:29.41	Pina, Ana Sofia	02	POR	CACRCCD	28/03/2014	Cantanhede
Masc., Sen							
							Piscina curta (25m)
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:34.63	Clube dos Galitos Aveiro		POR	CGA	08/12/2006	Felgueiras
4 x 100m	3:29.53	Clube dos Galitos de Aveiro		POR	CGA	21/12/2014	Porto
4 x 200m	8:14.01	Clube dos Galitos de Aveiro		POR	CGA	01/03/2003	Ilhavo
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:44.87	Clube dos Galitos Aveiro		POR	CGA	20/12/2014	Porto
4 x 100m	3:48.07	Clube dos Galitos de Aveiro		POR	CGA	21/12/2013	Felgueiras
Femin., Sen							
							Piscina curta (25m)
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:49.72	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
		AMADOR, Joana Costa, RODRIGUES, Ana Margarida, MONTEIRO, Margarida Cabral, SANTOS, Ana Pedro					
4 x 100m	3:58.01	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
		AMADOR, Joana Costa, RODRIGUES, Ana Margarida, MONTEIRO, Margarida Cabral, SANTOS, Ana Pedro					
4 x 200m	8:37.24	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
		AMADOR, Joana Costa, RODRIGUES, Ana Margarida, MONTEIRO, Margarida Cabral, SANTOS, Ana Pedro					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	2:01.63	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
		SANTOS, Ana Pedro, MONTEIRO, Margarida Cabral, RODRIGUES, Ana Margarida, AMADOR, Joana Costa					
4 x 100m	4:24.16	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
		SANTOS, Ana Pedro, MONTEIRO, Margarida Cabral, RODRIGUES, Ana Margarida, AMADOR, Joana Costa					
Misto, 18 +							
							Piscina curta (25m)
Livres Estafeta							
4 x 50m		POR		POR			
		AMORIM, Alexandre Ferreira, FERREIRA, Catarina Maria, NUNES, Porfirio Braga, OLIVEIRA, Rosa Maria					
4 x 100m	3:41.06	Academico Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
		SOUSA, Nuno Alexandre, CARDEAL, Joana Nunes, CARDEAL, Beatriz Nunes, MOURA, Andre Magalhaes					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:52.56	Academico Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	15/01/2022	Estarreja
		SOUSA, Nuno Alexandre, MOURA, Andre Magalhaes, CARDEAL, Beatriz Nunes, CARDEAL, Joana Nunes					
4 x 100m	4:00.59	Academico Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
		SOUSA, Nuno Alexandre, MOURA, Andre Magalhaes, CARDEAL, Beatriz Nunes, CARDEAL, Joana Nunes					
Masc., Jun							
							Piscina curta (25m)
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:36.59	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
		MACHADO, Tiago Andrade, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, GONCALVES, Jorge Miguel, FARDILHA, Manuel Cruz					
4 x 100m	3:31.05	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
		MACHADO, Tiago Andrade, GONCALVES, Jorge Miguel, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, FARDILHA, Manuel Cruz					

Recordes Regionais 25 metros

1

4 x 200m	7:41.19	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, GONCALVES, Jorge Miguel, MACHADO, Tiago Andrade, FARDILHA, Manuel Cruz						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:47.18	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
MACHADO, Tiago Andrade, RODRIGUES, Miguel Carvalho, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, FARDILHA, Manuel Cruz						
4 x 100m	3:59.16	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
MACHADO, Tiago Andrade, RODRIGUES, Miguel Carvalho, RIBEIRO, Gustavo Carvalhais, CARVALHO, Renato Miguel						
Misto, 16 - 18						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:50.39	Clube Desportivo Estarreja	POR	CDE	25/04/2022	Viseu
MOUTELA, Dinis Amorim, LIMA, Tiago Diniz, VALENTE, Maria Miguel, SANTOS, Marta Cecilia						
4 x 100m	3:41.33	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
TAVARES, Bernardo Rodrigues, SILVA, Diogo Miguel, ALMEIDA, Maria Carolina, FERNANDES, Carolina Miranda						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:54.59	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/01/2022	Estarreja
SILVA, Diogo Miguel, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, TAVARES, Bernardo Rodrigues, SEQUEIRA, Leonor Ferreira						
4 x 100m	4:00.84	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
SILVA, Diogo Miguel, PEREIRA, Tiago Maia, ALMEIDA, Maria Carolina, FERNANDES, Carolina Miranda						
Femin., Jun						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:47.78	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/11/2021	Viseu
FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, SOARES, Miriam Mortagua, ALMEIDA, Maria Carolina						
4 x 100m	3:55.67	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/11/2021	Viseu
VASCONCELOS, Lara Rodrigues, FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, SOARES, Miriam Mortagua						
4 x 200m	8:47.85	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/10/2021	Estarreja
SOARES, Miriam Mortagua, FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:58.55	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/11/2021	Viseu
FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SOARES, Miriam Mortagua						
4 x 100m	4:21.02	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/11/2021	Viseu
FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SOARES, Miriam Mortagua						
Masc., Juv A						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:51.02	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	06/11/2021	Viseu
RODRIGUES, Rodrigo Vieira, TONA, Biagio Martim, RAFAEL, Afonso Ribeiro, OLIVEIRA, Ruben Simao						
4 x 100m	3:41.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada
JESUS, Pedro Duarte, ANTUNES, Joao Afonso, TAVARES, Bernardo Rodrigues, PEREIRA, Tiago Maia						
4 x 200m	8:04.81	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
JESUS, Pedro Duarte, TAVARES, Bernardo Rodrigues, ANTUNES, Joao Afonso, PEREIRA, Tiago Maia						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:06.48	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	07/11/2021	Viseu
RODRIGUES, Rodrigo Vieira, TONA, Biagio Martim, RAFAEL, Afonso Ribeiro, OLIVEIRA, Ruben Simao						
4 x 100m	4:03.42	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
ANTUNES, Joao Afonso, PEREIRA, Tiago Maia, TAVARES, Bernardo Rodrigues, JESUS, Pedro Duarte						
Femin., Jun 16						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:02.12	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AFC	12/11/2016	Viseu
4 x 100m	4:26.85	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	13/11/2016	Viseu
4 x 200m	9:45.71	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	12/11/2016	Viseu
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:13.53	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	05/11/2022	Gafanha da Nazaré
SILVA, Lara Pinho, MENDES, Marta Barbosa, CONCEICAO, Sara Oliveira, TAVARES, Rita Lopes						
4 x 100m	4:52.54	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	05/11/2022	Gafanha da Nazaré
CONCEICAO, Sara Oliveira, TAVARES, Rita Lopes, SILVA, Lara Pinho, MENDES, Marta Barbosa						
Masc., Juv						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						

Recordes Regionais 25 metros

4 x 50m	1:46.38	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	05/03/2023	Gafanha da Nazaré
		RESENDE, Alexandre Silva, ASSUNCAO, Tomas Moreira, LOMBA, Tomas Maia, FARIA, Rodrigo Silva				
4 x 100m	3:41.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada
		JESUS, Pedro Duarte, ANTUNES, Joao Afonso, TAVARES, Bernardo Rodrigues, PEREIRA, Tiago Maia				
4 x 200m	8:04.81	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
		JESUS, Pedro Duarte, TAVARES, Bernardo Rodrigues, ANTUNES, Joao Afonso, PEREIRA, Tiago Maia				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:56.58	Associação Estamos Juntos	POR	AEJ	20/05/2018	Espinho
		PINHO, Duarte Sá, SANTOS, Roberto Pinho, SILVA, Henrique Gomes, SANTOS, Guilherme Clara				
4 x 100m	4:03.42	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
		ANTUNES, Joao Afonso, PEREIRA, Tiago Maia, TAVARES, Bernardo Rodrigues, JESUS, Pedro Duarte				
Misto, 15 - 16						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:52.13	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	25/04/2022	Viseu
		RODRIGUES, Rodrigo Vieira, SILVA, Francisca Gomes, PINTO, Guilherme Romeira, CARDOSO, Mafalda Rodrigues				
4 x 100m	3:59.42	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	19/12/2022	Estarreja
		NUNES, Duarte Ramos, KUCHERYAVENKO, Daniel, MIRANDA, Matilde Pinguicha, JORGE, Sofia Pereira				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:04.19	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	15/01/2022	Estarreja
		RODRIGUES, Rodrigo Vieira, CARDOSO, Mafalda Rodrigues, PINTO, Guilherme Romeira, SILVA, Francisca Gomes				
4 x 100m	4:28.08	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/12/2022	Estarreja
		LAMEIRO, Matilde Pinheiro, MIRANDA, Matilde Pinguicha, NUNES, Duarte Ramos, KUCHERYAVENKO, Daniel				
Masc., Juv B						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:50.78	Natacao Bombeiros Mealhada/Credito	POR	INB	16/11/2019	Viseu
		AMARAL, Francisco Xavier, PESSOA, Rafael Pereira, PEREIRA, Paulo Tomas, VIEIRA, Eduardo Gabriel				
4 x 100m	3:51.63	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	21/04/2007	Viseu
4 x 200m	8:26.51	Clube dos Galitos Aveiro	POR	CGA	04/12/2015	Cantanhede
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:07.61	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
		NEVES, Joao Diogo, CASTRO, Joao Coelho, SANTOS, Francisco Pereira, OLIVEIRA, Manuel Martins				
4 x 100m	4:19.22	Clube dos Galitos de Aveiro	POR	CGA	17/12/2017	Bragança
Femin., Juv A						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:00.48	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	06/11/2021	Viseu
		CARRILHO, Luana Alexandra, GARRIDO, Daniela Cruz, CORREIA, Rita Martins, FIGUEIRA, Madalena Almeida				
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
		FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, SEQUEIRA, Leonor Ferreira, VASCONCELOS, Lara Rodrigues				
4 x 200m	8:58.60	Clube dos Galitos Aveiro	POR	CGA	04/12/2015	Cantanhede
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:07.08	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
		LAMEIRO, Matilde Pinheiro, MIRANDA, Matilde Pinguicha, GONCALVES, Maria Meleiro, JORGE, Sofia Pereira				
4 x 100m	4:32.85	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada
		FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SEQUEIRA, Leonor Ferreira				
Misto, 14 - 16						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:52.13	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	25/04/2022	Viseu
		RODRIGUES, Rodrigo Vieira, SILVA, Francisca Gomes, PINTO, Guilherme Romeira, CARDOSO, Mafalda Rodrigues				
4 x 100m	3:59.42	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	19/12/2022	Estarreja
		NUNES, Duarte Ramos, KUCHERYAVENKO, Daniel, MIRANDA, Matilde Pinguicha, JORGE, Sofia Pereira				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:01.97	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
		FERNANDES, Carolina Miranda, PEREIRA, Tiago Maia, ALMEIDA, Maria Carolina, ANTUNES, Joao Afonso				
4 x 100m	4:28.08	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/12/2022	Estarreja
		LAMEIRO, Matilde Pinheiro, MIRANDA, Matilde Pinguicha, NUNES, Duarte Ramos, KUCHERYAVENKO, Daniel				

Recordes Regionais 25 metros

						Piscina curta (25m)
Femin., Juv						
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:59.51	Clube Desportivo Estarreja	POR	CDE	12/06/2022	Estarreja AMADOR, Erica Domitila, NUNES, Carolina Mendes, GONCALVES, Ana Jorge, CASALINHO, Catarina Castro
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, SEQUEIRA, Leonor Ferreira, VASCONCELOS, Lara Rodrigues
4 x 200m	8:58.60	Clube dos Galitos Aveiro	POR	CGA	04/12/2015	Cantanhede
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:07.08	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré LAMEIRO, Matilde Pinheiro, MIRANDA, Matilde Pinguicha, GONCALVES, Maria Meleiro, JORGE, Sofia Pereira
4 x 100m	4:32.85	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SEQUEIRA, Leonor Ferreira
Misto, 14 - 15						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m		POR		POR		
		RODRIGUES, Gil Afonso, NEVES, Ana Carolina, CARVALHO, Afonso Pacheco, SOUSA, Mafalda Pinto				
4 x 100m	4:08.04	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	19/12/2022	Estarreja VALE, Vicente Sa, FARDILHA, Antonio Cruz, OLIVEIRA, Francisca Pinto, SANTOS, Joana Almeida
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:01.97	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja FERNANDES, Carolina Miranda, PEREIRA, Tiago Maia, ALMEIDA, Maria Carolina, ANTUNES, Joao Afonso
4 x 100m	4:35.56	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré OLIVEIRA, Francisca Pinto, ANJOS, Nuno Miguel, VALE, Vicente Sa, SANTOS, Joana Almeida
Masc., Inf A						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:54.80	Clube dos Galitos Aveiro	POR	CGA	07/12/2013	Coimbra
4 x 100m	3:59.12	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	08/07/2006	Águeda
4 x 200m	8:47.03	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras ANTUNES, Joao Afonso, PEREIRA, Tiago Maia, BRANCO, Rodrigo Figueiredo, JESUS, Pedro Duarte
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:10.45	Clube Galitos de Aveiro	POR	CGA	07/12/2013	Coimbra
4 x 100m	4:30.04	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras JESUS, Pedro Duarte, PEREIRA, Tiago Maia, TAVARES, Bernardo Rodrigues, ANTUNES, Joao Afonso
Femin., Juv B						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:06.08	Clube Desportivo Estarreja	POR	CDE	06/11/2021	Viseu GONCALVES, Ana Jorge, RESENDE, Maria Miguel, TEIXEIRA, Leonor Oliveira, NUNES, Carolina Mendes
4 x 100m	4:05.21	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, SEQUEIRA, Leonor Ferreira
4 x 100m	4:05.21	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, SEQUEIRA, Leonor Ferreira
4 x 200m	9:14.64	Clube dos Galitos de Aveiro	POR	CGA	12/12/2014	Estarreja
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:18.48	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré OLIVEIRA, Francisca Pinto, SANTOS, Carlota Ganito, SANTOS, Joana Almeida, PEDREIRO, Francisca Soreto
4 x 100m	4:46.52	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/11/2018	Viseu FERNANDES, Carolina Miranda, VASCONCELOS, Lara Rodrigues, ALMEIDA, Maria Carolina, SEQUEIRA, Leonor Ferreira
Masc., Inf						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:54.80	Clube dos Galitos Aveiro	POR	CGA	07/12/2013	Coimbra
4 x 100m	3:59.12	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	08/07/2006	Águeda
4 x 200m	8:47.03	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras ANTUNES, Joao Afonso, PEREIRA, Tiago Maia, BRANCO, Rodrigo Figueiredo, JESUS, Pedro Duarte
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:10.45	Clube dos Galitos Aveiro	POR	CGA	07/12/2013	Coimbra

Recordes Regionais 25 metros

4 x 100m	4:30.04	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	11/03/2018	Felgueiras
<small>JESUS, Pedro Duarte, PEREIRA, Tiago Maia, TAVARES, Bernardo Rodrigues, ANTUNES, Joao Afonso</small>					
Misto, 13 - 14					Piscina curta (25m)
Livres Estafeta					
4 x 50m		POR	POR		
4 x 100m	4:10.86	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	24/06/2023	Castro Daire
<small>TAVEIRA, Carolina Ratola, VASCONCELOS, Sofia Rodrigues, NETO, Goncalo Malha, SILVA, Tiago Joaquim</small>					
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:29.85	Associacao Estamos Juntos	POR AEJ	15/01/2022	Estarreja
<small>MACEDO, Nuno Rodrigo, NEVES, Rita Resende, SILVA, Laura Gomes, COSTA, Guilherme Franca</small>					
4 x 100m	4:46.76	Clube Desportivo Estarreja	POR CDE	04/05/2019	Gafanha da Encarnação
<small>VALENTE, Maria Miguel, JESUS, Mariana Teixeira, SILVA, Tomas Caineta, MOUTELA, Dinis Amorim</small>					
Masc., Inf B					Piscina curta (25m)
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:03.82	Clube dos Galitos Aveiro	POR CGA	06/02/2011	Estarreja
4 x 100m	4:21.98	Clube dos Galitos de Aveiro	POR CGA	08/04/2017	Mealhada
4 x 200m	9:35.17	Clube dos Galitos Aveiro	POR CGA	15/03/2013	Porto
Estilos Estafeta					
4 x 50m		???			
4 x 100m	4:57.79	Academico Viseu Futebol Clube	POR AVFC	24/06/2023	Castro Daire
<small>PARENTE, Rafael Pires, SOUSA, Tomas Alexandre, OLAS, Tiago Joao, SANTOS, Andre Ferreira</small>					
Femin., Inf A					Piscina curta (25m)
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:06.15	Clube Galitos de Aveiro	POR CGA	07/12/2013	Coimbra
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	11/03/2018	Felgueiras
<small>FERNANDES, Carolina Miranda, SEQUEIRA, Leonor Ferreira, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues</small>					
4 x 200m	9:18.83	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	09/03/2018	Felgueiras
<small>FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, PIMENTEL, Sara Calisto, VASCONCELOS, Lara Rodrigues</small>					
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:26.66	Clube dos Galitos Aveiro	POR CGA	07/12/2013	Coimbra
4 x 100m	4:50.36	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	10/03/2018	Felgueiras
<small>SEQUEIRA, Leonor Ferreira, FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues</small>					
Misto, 12 - 14					Piscina curta (25m)
Livres Estafeta					
4 x 50m		POR	POR		
4 x 100m	4:10.86	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	24/06/2023	Castro Daire
<small>TAVEIRA, Carolina Ratola, VASCONCELOS, Sofia Rodrigues, NETO, Goncalo Malha, SILVA, Tiago Joaquim</small>					
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:18.66	Clube Desportivo Feirense	POR CDF	10/06/2023	Estarreja
<small>RIBEIRO, Ines Sousa, CUNHA, Lara Amorim, ASSUNCAO, Rafael Moreira, BERNARDES, Duarte Oliveira</small>					
4 x 100m	4:46.76	Clube Desportivo Estarreja	POR CDE	04/05/2019	Gafanha da Encarnação
<small>VALENTE, Maria Miguel, JESUS, Mariana Teixeira, SILVA, Tomas Caineta, MOUTELA, Dinis Amorim</small>					
Femin., Inf					Piscina curta (25m)
Livres Estafeta					
4 x 50m	2:06.15	Clube dos Galitos Aveiro	POR CGA	07/12/2013	Coimbra
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	11/03/2018	Felgueiras
<small>FERNANDES, Carolina Miranda, SEQUEIRA, Leonor Ferreira, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues</small>					
4 x 200m	9:18.83	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	09/03/2018	Felgueiras
<small>FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, PIMENTEL, Sara Calisto, VASCONCELOS, Lara Rodrigues</small>					
Estilos Estafeta					
4 x 50m	2:26.48	Academico Viseu Futebol Clube	POR AVFC	14/05/2017	Espinho
4 x 100m	4:50.36	Clube dos Galitos / Bresimar	POR CGA	10/03/2018	Felgueiras
<small>SEQUEIRA, Leonor Ferreira, FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, VASCONCELOS, Lara Rodrigues</small>					
Misto, 12 - 13					Piscina curta (25m)
Livres Estafeta					
4 x 50m		POR	POR		

Recordes Regionais 25 metros

,

4 x 100m	4:24.07	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/06/2022	Estarreja
TAVEIRA, Carolina Ratola, VASCONCELOS, Sofia Rodrigues, JESUS, Andre Marques, SILVA, Tiago Joaquim						
Estilos Estafeta						
4 x 50m		POR		POR		
4 x 100m	5:26.74	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	25/02/2023	Estarreja
RIBEIRO, Ines Sousa, CUNHA, Lara Amorim, ASSUNCAO, Rafael Moreira, FERREIRA, Rodrigo Guedes						
Femin., Inf B						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:24.90	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	07/05/2022	Espinho
TRINDADE, Adriana Resende, MOREIRA, Beatriz Ribeiro, BRANCO, Francisca Sousa, RAFAEL, Maria Ribeiro						
4 x 100m	4:23.50	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/05/2017	Mealhada
FERNANDES, Carolina Miranda, ALMEIDA, Maria Carolina, SEQUEIRA, Leonor Ferreira, VASCONCELOS, Lara Rodrigues						
4 x 200m	9:51.75	Clube Galitos de Aveiro	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:46.94	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	08/05/2022	Espinho
MOREIRA, Beatriz Ribeiro, TRINDADE, Adriana Resende, BRANCO, Francisca Sousa, RAFAEL, Maria Ribeiro						
4 x 100m	5:08.41	Clube dos GALitos de Aveiro	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada