

Recordes Reg ANCNP 25m

Masc., Open

Piscina curta (25m)

Livres

50m	22.84	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	15/11/2020	Mealhada
100m	48.46	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	19/12/2009	S. Antonio Cavaleiros
200m	1:45.69	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	20/12/2009	S. Antonio Cavaleiros
400m	3:49.02	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	21/12/2012	S. Antonio Cavaleiros
800m	8:06.66	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
1500m	15:36.34	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	15/12/2019	Leiria

Costas

50m	25.35	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	16/05/2009	Sta. Maria da Feira
100m	54.19	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	05/12/2009	Leiria
200m	1:58.76	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	17/05/2009	Sta. Maria da Feira

Bruços

50m	27.61	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
100m	59.01	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:08.49	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/12/2015	Porto

Mariposa

50m	23.63	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	13/12/2009	Istambul (TUR)
100m	51.45	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/11/2009	Stockholm (SWE)
200m	1:53.39	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	12/12/2009	Istambul (TUR)

Estilos

100m	53.28	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	18/04/2009	Viseu
200m	1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:06.83	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/12/2009	Istambul (TUR)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:34.63	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	08/12/2006	Felgueiras
Gonçalo Filipe Pereira, Diogo Filipe Carvalho, Nelson Rafael S�, Pedro Filipe Sapata							
4 x 100m	3:23.31	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	14/12/2019	Leiria
Diogo Filipe Carvalho, Gustavo Carvalhais Ribeiro, Manuel Cruz Fardilha, Tiago Andrade Machado							
4 x 200m	7:28.65	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	15/12/2019	Leiria
Diogo Filipe Carvalho, Gustavo Carvalhais Ribeiro, Manuel Cruz Fardilha, Tiago Andrade Machado							

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:44.87	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	20/12/2014	Porto
Joao Carlos Paula, Nuno Durao Pascoal, Diogo Filipe Carvalho, Henrique Jose Marquez							
4 x 100m	3:45.07	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	14/12/2019	Leiria
Joao Jose Laranjeira, Diogo Filipe Carvalho, Tiago Andrade Machado, Gustavo Carvalhais Ribeiro							

Femin., Open

Piscina curta (25m)

Livres

50m	24.96	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	21/12/2019	Felgueiras
100m	54.66	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:02.98	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
400m	4:15.59	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	12/11/2022	Albufeira
800m	8:47.49	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	28/11/2021	Leiria
1500m	16:47.91	Mafalda Sofia Rosa	03	POR	AVFC	13/12/2024	Tomar

Costas

50m	28.57	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	27/11/2021	Leiria
100m	1:02.47	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:14.39	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	20/12/2019	Felgueiras

Bruços

50m	30.80	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	10/12/2017	Porto
-----	-------	---------------------	----	-----	-----	------------	-------

Recordes Regionais 25 metros

100m	1:07.65	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	08/12/2017	Porto
200m	2:29.41	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	06/12/2015	Netanya (ISR)
Mariposa							
50m	26.90	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	26/11/2021	Leiria
100m	59.42	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/11/2021	Albufeira
200m	2:15.33	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	11/12/2022	Leiria
Estilos							
100m	1:01.58	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:16.98	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	27/11/2021	Leiria
400m	4:49.39	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	04/11/2018	Vila Real Stº António
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:47.19	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	26/11/2021	Leiria
		Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Miriam Mortagua Soares, Maria Carolina Almeida					
4 x 100m	3:52.24	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	28/11/2021	Leiria
		Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares					
4 x 200m	8:32.42	Academico de Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	03/12/2023	Estarreja
		Beatriz Nunes Cardeal, Madalena Almeida Figueira, Leonor Nunes Cardeal, Joana Nunes Cardeal					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:58.61	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	27/11/2021	Leiria
		Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares					
4 x 100m	4:18.50	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	26/11/2021	Leiria
		Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares					
Misto, Open							
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:44.73	Sporting Clube Sao Joao de Ver		POR	SCSJV	14/04/2024	Felgueiras
		Vasco Almeida Ribeiro, Romulo Neves Pinto, Nuria Soares Silva, Maria Joao Ribeiro					
4 x 100m	3:41.06	Academico de Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
		Nuno Alexandre Sousa, Joana Nunes Cardeal, Beatriz Nunes Cardeal, Andre Magalhaes Moura					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:51.44	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	22/10/2022	Estarreja
		Diogo Miguel Silva, Joao Carvalho Rodrigues, Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos					
4 x 100m	4:00.59	Academico de Viseu Futebol Clube		POR	AVFC	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
		Nuno Alexandre Sousa, Andre Magalhaes Moura, Beatriz Nunes Cardeal, Joana Nunes Cardeal					
Masc., Sen 19+							
Livres							
50m	22.84	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	15/11/2020	Mealhada
100m	48.46	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	20/12/2009	STº António Cavaleiros
200m	1:45.69	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	20/12/2009	STº Antonio de Cavaleiros
400m	3:49.02	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	21/12/2012	STº Antonio Cavaleiros
800m	8:31.97	Filipe Santos Cardoso	04	POR	CAPGE	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
1500m	16:16.97	Pedro Rafael Garcia	96	POR	AVFC	21/12/2014	Porto
Costas							
50m	25.35	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	16/05/2009	STª Maria da Feira
100m	54.19	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	05/12/2009	Leiria
200m	1:58.76	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	17/05/2009	Stª Maria da Feira
Bruços							
50m	27.61	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
100m	59.01	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:08.49	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/12/2015	Porto
Mariposa							
50m	23.63	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	13/12/2009	Istambul (TUR)

100m	51.45	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/11/2009	Estocolomo (SWE)
200m	1:53.39	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	12/12/2009	Istambul (TUR)
Estilos							
100m	53.28	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	18/04/2009	Viseu
200m	1:53.45	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	04/12/2015	Netanya (ISR)
400m	4:06.83	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/12/2009	Istambul (TUR)
Femin., Sen 19+							
Livres							
50m	24.96	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	21/12/2019	Felgueiras
100m	54.66	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	20/12/2019	Felgueiras
200m	2:02.98	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
400m	4:15.59	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	12/11/2022	Albufeira
800m	8:47.49	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	28/11/2021	Leiria
1500m	16:47.91	Mafalda Sofia Rosa	03	POR	AVFC	13/12/2024	Tomar
Costas							
50m	28.97	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/12/2024	Tomar
100m	1:03.53	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	04/12/2021	Estarreja
200m	2:14.88	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	09/12/2022	Leiria
Bruços							
50m	30.80	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	10/12/2017	Porto
100m	1:07.65	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	08/12/2017	Porto
200m	2:29.41	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	06/01/2015	Netanya (ISR)
Mariposa							
50m	27.06	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	15/12/2024	Tomar
100m	1:00.23	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/12/2023	Leiria
200m	2:15.33	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	11/12/2022	Leiria
Estilos							
100m	1:01.58	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	ADS	22/12/2019	Felgueiras
200m	2:16.98	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	27/11/2021	Leiria
400m	4:49.80	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	10/12/2023	Leiria
Masc., Jun18							
Livres							
50m	23.07	Tiago Andrade Machado	02	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
100m	50.36	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	16/12/2005	Paços Ferreira
200m	1:49.38	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	25/04/2021	Gafanha de Nazaré
400m	3:55.07	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	18/07/2021	Gafanha de Nazaré
800m	8:18.83	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	21/12/2018	Felgueiras
1500m	15:50.47	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	23/12/2018	Felgueiras
Costas							
50m	26.23	Diogo Miguel Silva	05	POR	CGA	10/12/2022	Leiria
100m	54.56	Job Santos Silva	96	POR	CDF	01/02/2014	Mealhada
200m	2:03.19	Diogo Miguel Silva	05	POR	CGA	09/12/2022	Leiria
Bruços							
50m	29.10	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	CGA	22/12/2023	Felgueiras
100m	1:02.96	Andre Magalhães Moura	98	POR	AVFC	21/05/2016	Viseu
200m	2:16.26	Andre Magalhaes Moura	98	POR	AVFC	29/11/2015	Caldas da Rainha
Mariposa							
50m	24.90	Tiago Lopes Brandao	07	POR	CGA	15/12/2024	Tomar
100m	54.38	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	12/02/2006	Estoril
200m	1:58.64	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	09/12/2005	Tomar
Piscina curta (25m)							

Estilos

100m	56.96	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/12/2005	Tomar
200m	2:00.80	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	11/02/2006	Estoril
400m	4:30.40	Andre Magalhaes Moura	98	POR	AVFC	11/12/2015	Porto

Femin., Jun 18

Livres

50m	26.30	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	POR	29/01/2012	Uster (SUI)
100m	57.01	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/05/2023	Gafanha da Nazaré
200m	2:03.87	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	23/12/2018	Felgueiras
400m	4:18.05	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	21/12/2019	Felgueiras
800m	8:56.99	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
1500m	17:18.25	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	26/11/2021	Leiria

Costas

50m	29.46	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
100m	1:05.36	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	15/12/2019	Felgueiras
200m	2:14.39	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	20/12/2019	Felgueiras

Bruços

50m	32.09	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	04/12/2011	Silves
100m	1:08.87	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	POR	28/01/2012	Uster (SUI)
200m	2:32.56	Ana Filipa Veiga	01	POR	CAPGE	04/05/2019	Gafanha da Nazaré

Mariposa

50m	27.94	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
100m	1:00.39	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
200m	2:16.94	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	14/05/2022	Gafanha da Nazaré

Estilos

100m	1:05.29	Mariana Teixeira Jesus	06	POR	CDE	08/12/2023	Leiria
200m	2:18.16	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	21/12/2019	Felgueiras
400m	4:53.32	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	20/12/2019	Felgueiras

Masc., Jun17

Livres

50m	23.12	Tiago Andrade Machado	02	POR	SCA	22/12/2018	Felgueiras
100m	51.34	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	07/05/2005	Coimbra
200m	1:50.39	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	14/12/2019	Leiria
400m	3:56.61	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	14/12/2019	Leiria
800m	8:06.66	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
1500m	15:36.34	Gustavo Carvalhais Ribeiro	03	POR	CGA	15/12/2019	Leiria

Costas

50m	26.33	Diogo Miguel Silva	05	POR	CGA	27/11/2021	Leiria
100m	56.74	Diogo Miguel Silva	05	POR	CGA	26/11/2021	Leiria
200m	2:02.00	Diogo Miguel Silva	05	POR	CGA	26/11/2021	Leiria

Bruços

50m	30.05	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	CGA	11/11/2022	Albufeira
100m	1:04.09	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	CGA	13/05/2023	Gafanha da Nazaré
200m	2:18.79	Andre Magalhaes Moura	98	POR	AVFC	24/05/2015	Gafanha da Nazaré

Mariposa

50m	25.62	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	15/02/2004	Mealhada
100m	54.97	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	04/03/2005	Mealhada
200m	1:59.93	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	05/03/2005	Mealhada

Estilos

100m	57.40	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	14/05/2005	Aveiro
------	-------	-----------------------	----	-----	-----	------------	--------

Piscina curta (25m)

Piscina curta (25m)

200m	2:02.96	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	06/03/2005	Mealhada
400m	4:26.05	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	ANCNP	20/12/2004	Cantanhede
Femin., Jun17							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	25.42	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	14/11/2021	Albufeira
100m	55.54	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:05.01	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	23/12/2018	Felgueiras
400m	4:19.23	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	16/06/2018	Mealhada
800m	8:57.32	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	04/07/2021	Gafanha de Nazaré
1500m	17:03.65	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	03/07/2021	Gafanha de Nazaré
Costas							
50m	28.57	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	27/11/2021	Leiria
100m	1:02.47	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:18.03	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	09/12/2018	St� Ant�nio dos Cavaleiros
Bruços							
50m	32.11	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	25/11/2010	Eindhoven (NED)
100m	1:09.46	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	11/12/2010	Guarda
200m	2:33.37	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	10/12/2010	Guarda
Mariposa							
50m	26.90	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	26/11/2021	Leiria
100m	59.42	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/11/2021	Albufeira
200m	2:16.51	Maria Carolina Almeida	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
Estilos							
100m	1:02.10	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	28/11/2021	Leiria
200m	2:18.68	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	22/12/2018	Felgueiras
400m	4:49.39	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	04/11/2018	Vila Real St� Ant�nio
Masc., Juv A 16							
Piscina curta (25m)							
Livres							
50m	24.50	Jose Luis Gabriel	96	POR	AVFC	21/04/2012	Viseu
100m	51.86	Diogo Ramos Lebre	01	POR	SCA	26/03/2017	Mealhada
200m	1:53.06	Diogo Ramos Lebre	01	POR	SCA	26/03/2017	Anadia
400m	4:01.35	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	ANCNP	28/02/2004	Anadia
800m	8:12.32	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	26/03/2017	Mealhada
1500m	15:53.46	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	26/03/2017	Mealhada
Costas							
50m	27.29	Manuel Antonio Pinho	01	POR	CDF	26/03/2017	Mealhada
100m	58.10	Manuel Antonio Pinho	01	POR	CDF	26/03/2017	Mealhada
200m	2:05.50	Diogo Miguel Silva	05	POR	CGA	04/07/2021	Gafanha de Nazaré
Bruços							
50m	31.01	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	CGA	17/12/2021	Ponte da Barca
100m	1:06.29	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	SANCNP	22/01/2022	Abrantes
200m	2:20.72	Andre Magalhaes Moura	98	POR	AVFC	08/12/2013	Leiria
Mariposa							
50m	26.11	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	15/02/2004	Estoril
100m	57.51	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	15/02/2004	Estoril
200m	2:03.83	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	07/03/2004	Mealhada
Estilos							
100m	1:02.34	Jose Luis Gabriel	96	POR	AVFC	22/10/2011	Mealhada
200m	2:06.34	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	ANCNP	15/05/2004	Aveiro
400m	4:28.27	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	19/03/2004	Penafiel

Femin., Jun16

Livres

50m	26.07	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	18/07/2021
100m	56.85	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	24/04/2021
200m	2:04.65	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/03/2021
400m	4:21.32	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	16/06/2018
800m	9:04.72	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	15/12/2019
1500m	17:32.08	Joana Costa Amador	98	POR	CGA	13/11/2016

Costas

50m	29.49	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/04/2021
100m	1:02.84	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/03/2021
200m	2:20.15	Joana Nunes Cardeal	02	POR	AVFC	21/04/2018

Bruços

50m	31.46	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	08/12/2009
100m	1:08.85	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	13/12/2009
200m	2:29.97	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	12/12/2009

Mariposa

50m	27.31	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	18/07/2021
100m	1:00.66	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/04/2021
200m	2:17.03	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/04/2021

Estilos

100m	1:05.66	Maria Vieira Marques	04	POR	CNVA	22/12/2019
200m	2:19.66	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	12/05/2018
400m	4:53.90	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	08/12/2017

Piscina curta (25m)

Gafanha de Nazaré
Gafanha de Nazaré
Aveiro
Mealhada
Leiria
Viseu

Masc., Juv B 15

Livres

50m	24.49	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	10/06/2003
100m	53.32	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	21/03/2003
200m	1:55.53	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	01/03/2003
400m	4:05.91	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	01/03/2003
800m	8:30.55	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	22/05/2016
1500m	16:53.08	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	14/11/2015

Costas

50m	28.20	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	18/07/2021
100m	1:00.71	Tiago Andrade Machado	02	POR	SCA	26/11/2016
200m	2:13.09	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	04/07/2021

Bruços

50m	31.78	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	CGA	17/07/2021
100m	1:07.31	Joao Carvalho Rodrigues	06	POR	CGA	17/07/2021
200m	2:27.10	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	09/03/2003

Mariposa

50m	26.91	Rafael Moreira Assuncao	10	POR	CDF	07/12/2024
100m	57.32	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	10/06/2003
200m	2:14.86	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	07/02/2002

Estilos

100m	1:02.14	Tiago Andrade Machado	02	POR	SCA	14/01/2017
200m	2:08.27	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	10/05/2003
400m	4:35.02	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	21/03/2003

Piscina curta (25m)

Viseu
Braga
Ilhavo
Braga
Viseu
Gafanha da Nazaré

Femin., Juv A 15

Livres

50m	26.37	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/11/2019
-----	-------	----------------------------	----	-----	-----	------------

Piscina curta (25m)

Albufeira

Recordes Regionais 25 metros

100m	56.18	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:05.54	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	26/03/2017	Mealhada
400m	4:25.40	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	22/05/2016	Viseu
800m	8:59.51	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	21/05/2016	Viseu
1500m	17:45.28	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	15/11/2015	Gafanha da Nazaré
Costas							
50m	30.13	Carolina Ratola Taveira	10	POR	CGA	22/12/2024	Albufeira
100m	1:02.84	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
200m	2:17.77	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
Bruços							
50m	33.99	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	25/10/2008	Aveiro
100m	1:13.26	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	31/01/2009	Gafanha da Nazaré
200m	2:40.11	Mariana Teixeira Jesus	06	POR	CDE	02/05/2021	Gafanha da Nazaré
Mariposa							
50m	27.88	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	01/08/2020	Aveiro
100m	1:00.43	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
200m	2:22.00	Maria Carolina Almeida	05	POR	CGA	16/11/2019	Viseu
Estilos							
100m	1:06.56	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	26/03/2017	Mealhada
200m	2:18.48	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	20/05/2017	Mealhada
400m	4:59.34	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	02/12/2016	Ponte da Barca
Masc., Inf A 14							
Livres							
50m	25.53	Rafael Moreira Assuncao	10	POR	CDF	14/04/2024	Felgueiras
100m	55.46	Pedro Miguel Costa	92	POR	SCE	08/07/2006	�gueda
200m	1:59.19	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	18/05/2002	Coimbra
400m	4:19.33	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	21/02/2015	Abrantes
800m	9:10.56	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	22/11/2014	Gafanha da Nazaré
1500m	16:57.19	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	08/12/2001	São João da Madeira
Costas							
50m	29.38	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	18/01/2020	Mealhada
100m	1:02.61	Eduardo Gomes Fernandes	02	POR	HCM/CA	17/04/2016	Cantanhede
200m	2:18.18	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	30/11/2019	Sines
Bruços							
50m	34.08	Simão Miguel Capitão	97	POR	CDF	21/05/2011	Estarreja
100m	1:11.92	Tiago Andrade Machado	02	POR	SCA	21/05/2016	Viseu
200m	2:37.09	Ricardo Ferreira Mendes	03	POR	AEJ	09/04/2017	Mealhada
Mariposa							
50m	27.52	Rafael Moreira Assuncao	10	POR	CDF	25/04/2024	Ermesinde
100m	1:01.32	Pedro Diogo Cresso	93	POR	CGA	12/05/2007	Aveiro
200m	2:18.39	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	04/12/2002	Aveiro
Estilos							
100m	1:05.80	Pedro Miguel Costa	92	POR	SCE	13/05/2006	Aveiro
200m	2:17.02	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	04/12/2002	Aveiro
400m	4:55.65	Duarte Miguel Jorge	01	POR	CGA	27/03/2015	Vila Praia de �ncora
Femin., Juv B 14							
Livres							
50m	26.94	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
100m	57.65	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
200m	2:09.53	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	14/12/2014	Estarreja

Piscina curta (25m)

Piscina curta (25m)

Recordes Regionais 25 metros

400m	4:29.85	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	24/05/2015	Gafanha da Nazaré
800m	9:18.10	Beatriz Nunes Cardeal	04	POR	AVFC	11/03/2017	Condeixa
1500m	18:28.25	Lara Catarina Maia	09	POR	CDE	04/03/2023	Gafanha da Nazaré
Costas							
50m	29.82	Carolina Ratola Taveira	10	POR	CGA	21/07/2024	Porto
100m	1:05.09	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	12/05/2019	Castro Daire
200m	2:25.07	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	16/12/2018	Braga
Bruços							
50m	35.25	Maria Miguel Melo	02	POR	CGA	23/01/2016	Estarreja
100m	1:13.85	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	17/02/2008	Alapraia
200m	2:41.48	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	01/12/2007	Viseu
Mariposa							
50m	29.89	Maria Vieira Marques	04	POR	CNVA	12/11/2017	Vila Real Stº António
100m	1:03.64	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	16/12/2018	Braga
200m	2:23.77	Maria Emilia Almeida	07	POR	CGA	17/07/2021	Gafanha de Nazaré
Estilos							
100m	1:06.81	Carolina Ratola Taveira	10	POR	CGA	21/07/2024	Porto
200m	2:22.64	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	12/05/2019	Castro Daire
400m	5:08.78	Carolina Ratola Taveira	10	POR	CGA	18/05/2024	Mealhada
Masc., Inf B 13							
Livres							
50m	26.96	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	18/05/2019	Espinho
100m	58.61	Eduardo Gabriel Vieira	05	POR	HCM/CA	17/06/2018	Mealhada
200m	2:08.52	Eduardo Gabriel Vieira	05	POR	HCM/CA	10/03/2018	Felgueiras
400m	4:30.17	David Emanuel Tomé	03	POR	HCM	14/05/2016	Espinho
800m	9:28.15	Eduardo Gomes Fernandes	02	POR	HCM/CA	24/05/2015	Gafanha da Nazaré
1500m	18:00.04	Eduardo Gomes Fernandes	02	POR	HCM/CA	08/03/2015	Mealhada
Costas							
50m	31.41	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	19/05/2019	Espinho
100m	1:05.91	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	15/06/2019	Mealhada
200m	2:22.60	David Joao Sousa	05	POR	ACRTCMV	10/03/2018	Felgueiras
Bruços							
50m	36.25	Ricardo Ferreira Mendes	03	POR	AEJ	08/05/2016	Gafanha da Nazaré
100m	1:16.47	Ricardo Ferreira Mendes	03	POR	AEJ	08/05/2016	Gafanha da Nazaré
200m	2:49.12	Diogo Filipe Carvalho	88	POR	CGA	10/03/2001	Albergaria-a-Velha
Mariposa							
50m	30.03	Rafael Moreira Assuncao	10	POR	CDF	06/05/2023	Espinho
100m	1:05.55	Rodrigo Vieira Rodrigues	06	POR	SCE	15/06/2019	Mealhada
200m	2:27.67	Jose Luis Gabriel	96	POR	AVFC	08/03/2009	Cantanhede
Estilos							
100m	1:09.17	Jose Luis Gabriel	96	POR	AVFC	16/05/2009	Santa Maria da Feira
200m	2:25.69	Jose Luis Gabriel	96	POR	AVFC	10/06/2009	Estarreja
400m	5:11.19	José Luis Gabriel	96	POR	AVFC	06/03/2009	Cantanhede
Femin., Inf A 13							
Livres							
50m	27.56	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	19/05/2018	Espinho
100m	58.55	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:07.47	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
400m	4:40.92	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	12/04/2014	Abrantes
800m	9:39.51	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	24/02/2018	Mealhada

Piscina curta (25m)

Piscina curta (25m)

1500m	20:50.20	Diva Henriques	00	POR	SCA	22/11/1992	Aveiro
Costas							
50m	31.92	Maria Vieira Marques	04	POR	CNVA	14/01/2017	Anadia
100m	1:07.19	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
200m	2:23.22	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/02/2018	Mealhada
Bruços							
50m	36.75	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	28/10/2006	Castro Daire
100m	1:15.83	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	01/04/2007	Braga
200m	2:49.70	Patricia Fonseca Silva	93	POR	SCE	18/06/2006	Mealhada
Mariposa							
50m	29.31	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
100m	1:02.30	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
200m	2:20.28	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
Estilos							
100m	1:14.01	Rita Costa Amador	99	POR	CGA	21/01/2012	Espinho
200m	2:21.36	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	10/03/2018	Felgueiras
400m	5:03.94	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	12/05/2018	Condeixa
Femin., Inf B 12							
Livres							
50m	27.89	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	13/05/2017	Espinho
100m	1:00.13	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
200m	2:11.27	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	25/03/2017	Mealhada
400m	4:46.14	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	14/05/2017	Espinho
800m	10:07.90	Joana Costa Amador	01	POR	CGA	20/04/2013	Viseu
1500m	22:49.82	Sara Raquel Albergaria	86	POR	AEJ	29/11/1997	Braga
Costas							
50m	32.16	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
100m	1:06.85	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
200m	2:27.90	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	26/03/2017	Mealhada
Bruços							
50m	38.65	Matilde Mota Domingues	03	POR	CDF	29/03/2015	Vila Praia �ncora
100m	1:20.13	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	18/06/2006	Mealhada
200m	2:57.96	Ana Pinho Rodrigues	94	POR	AEJ	18/06/2006	Mealhada
Mariposa							
50m	31.28	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	06/05/2017	Gafanha da Nazaré
100m	1:05.51	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	06/05/2017	Gafanha da Nazaré
200m	2:40.25	Maria Emilia Almeida	07	POR	CGA	30/03/2019	Cantanhede
Estilos							
100m	1:16.25	Matilde Mota Domingues	03	POR	CDF	17/01/2015	Estarreja
200m	2:28.04	Carolina Miranda Fernandes	05	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
400m	5:29.41	Ana Sofia Pina	02	POR	CRASTO	28/03/2014	Cantanhede
Masc., Sen 19+							
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:34.63	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	08/12/2006	Felgueiras
		Gonçalo Filipe Pereira, Diogo Filipe Carvalho, Nelson Rafael S�, Pedro Filipe Sapata					
4 x 100m	3:29.53	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	21/12/2014	Porto
		Nuno Durão Pascoal, Diogo Filipe Carvalho, João Carlos Paula, Henrique José Marquez					
4 x 200m	8:11.02	Gafanha da Encarnacao		POR	CAPGE	01/12/2024	Santo Ant�nio dos Cavaleiros
		Andrei Iulian Zinca, Claudio Miguel Gomes, Andre Filipe Afonseca, Filipe Santos Cardoso					
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:44.87	Clube dos Galitos / Bresimar		POR	CGA	20/12/2014	Porto
		João Carlos Paula, Nuno Durão Pascoal, Diogo Filipe Carvalho, Henrique José Marquez					

4 x 100m	3:48.07	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/12/2013	Felgueiras
João Carlos Paula, Nuno Durão Pascoal, Diogo Filipe Carvalho, Henrique Jose Marquez						
Femin., Sen 19+						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:49.61	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/02/2025	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Margarida Cabral Monteiro, Eduarda Reis Silva, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 100m	4:02.18	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/02/2025	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Miriam Mortagua Soares, Eduarda Reis Silva, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	9:26.69	Clube Desportivo de Estarreja	POR	CDE	22/02/2025	Mealhada
Margarida Santos Lopes, Ines Silva Dias, Barbara Nunes Marques, Mariana Nunes Marques						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:02.00	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/02/2025	Mealhada
Miriam Mortagua Soares, Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes, Margarida Cabral Monteiro						
4 x 100m	4:31.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/02/2025	Mealhada
Miriam Mortagua Soares, Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes, Margarida Cabral Monteiro						
Misto, Sen						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m		POR		POR	01/01/1800	
4 x 100m	3:41.74	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	14/05/2023	Gafanha da Nazaré
Nuno Alexandre Sousa, Joana Nunes Cardeal, Beatriz Nunes Cardeal, Andre Magalhaes Moura						
Estilos Estafeta						
4 x 100m	4:03.28	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	13/05/2023	Gafanha da Nazaré
Nuno Alexandre Sousa, Andre Magalhaes Moura, Beatriz Nunes Cardeal, Joana Nunes Cardeal						
Masc., Jun18						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m		???			01/01/1800	
4 x 100m		???			01/01/1800	
4 x 200m		???			01/01/1800	
Estilos Estafeta						
4 x 50m		???			01/01/1800	
4 x 100m		???			01/01/1800	
Femin., Jun 18						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m		???			01/01/1800	
4 x 100m	4:21.94	Gafanha da Encarnação	POR	CAPGE	05/03/2023	Gafanha da Nazaré
Ines Ferreira Matos, Sara Calisto Pimentel, Vanessa Sofia Oliveira, Leonor Ferreira Sequeira						
4 x 200m	9:42.45	Gafanha da Encarnação	POR	CAPGE	10/11/2018	Gafanha da Nazaré
Ana Filipa Veiga, Ana Jorge Esteves, Susana Ferreira Pinto, Patricia Neves Vaz						
Estilos Estafeta						
4 x 50m		POR		POR	21/12/2019	
Misto, 18						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m		???			01/01/1800	
4 x 100m		???			01/01/1800	
Estilos Estafeta						
4 x 100m		???			01/01/1800	

Masc., Jun 17-18

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:36.59	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	20/12/2019	Felgueiras
Tiago Andrade Machado, Gustavo Carvalhais Ribeiro, Jorge Miguel Goncalves, Manuel Cruz Fardilha						
4 x 100m	3:31.05	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/12/2019	Felgueiras
Tiago Andrade Machado, Jorge Miguel Goncalves, Gustavo Carvalhais Ribeiro, Manuel Cruz Fardilha						
4 x 200m	7:41.19	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
Gustavo Carvalhais Ribeiro, Jorge Miguel Goncalves, Tiago Andrade Machado, Manuel Cruz Fardilha						

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:47.18	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/12/2019	Felgueiras
Tiago Andrade Machado, Miguel Carvalho Rodrigues, Gustavo Carvalhais Ribeiro, Manuel Cruz Fardilha						
4 x 100m	3:52.60	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	26/11/2021	Leiria
Diogo Miguel Silva, Tiago Maia Pereira, Bernardo Rodrigues Tavares, Pedro Duarte Jesus						

Misto, 17 - 18

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	???				01/01/1800	
4 x 100m	3:56.54	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	22/02/2025	Mealhada
Joao Miguel Vitoria, Madalena Almeida Figueira, Guilherme Martins Silva, Lara Sofia Fonseca						

Estilos Estafeta

4 x 50m	???				01/01/1800	
4 x 100m	4:25.04	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	23/02/2025	Mealhada
Joao Miguel Vitoria, Madalena Almeida Figueira, Guilherme Martins Silva, Lara Sofia Fonseca						

Masc., Jun17

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:45.09	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	09/03/2024	Mealhada
Alexandre Silva Resende, Filipe Reis Almeida, Rodrigo Silva Faria, Tomas Maia Lomba						
4 x 100m	3:51.43	Sporting Clube de Aveiro	POR	SCA	25/11/2023	Gafanha da Nazaré
Joaquim Gabriel Oliveira, Simao Pereira Machado, David Volkov, Tiago Lopes Brandao						
4 x 200m		???			01/01/1800	

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:57.78	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	09/03/2024	Mealhada
Rodrigo Silva Faria, Filipe Reis Almeida, Tomas Maia Lomba, Alexandre Silva Resende						
4 x 100m		???			01/01/1800	

Femin., Jun17

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:01.87	Gafanha da Encarnacao	POR	CAPGE	18/11/2017	Gafanha da Nazaré
Ana Filipa Veiga, Susana Ferreira Pinto, Ana Jorge Esteves, Patricia Neves Vaz						
4 x 100m	4:15.40	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	16/11/2024	Mealhada
Rita Oliveira Pires, Matilde Pinguicha Miranda, Matilde Marques Mendes, Sofia Pereira Jorge						
4 x 200m		???			01/01/1800	

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:16.91	Gafanha da Encarnacao	POR	CAPGE	19/11/2017	Gafanha da Nazaré
Patricia Neves Vaz, Ana Filipa Veiga, Susana Ferreira Pinto, Ana Jorge Esteves						
4 x 100m	5:07.72	Gafanha da Encarnacao	POR	CAPGE	10/12/2011	Cantanhede
Ana Rita Ribau, Mariana Gomes Bola, Carolina Santos Machado, Ana Luisa Ramos						

Femin., Jun 16-18

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:47.78	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/11/2021	Viseu
Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Miriam Mortagua Soares, Maria Carolina Almeida						

4 x 100m	3:55.67	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/11/2021	Viseu
		Lara Rodrigues Vasconcelos, Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares				
4 x 200m	8:41.99	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	27/11/2021	Leiria
		Miriam Mortagua Soares, Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:56.61	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	27/11/2021	Leiria
		Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares				
4 x 100m	4:21.02	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/11/2021	Viseu
		Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Miriam Mortagua Soares				
Misto, Jun Open						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:50.39	Estarreja / PROZINCO	POR	CDE	25/04/2022	Viseu
		Dinis Amorim Moutela, Tiago Diniz Lima, Maria Miguel Valente, Marta Cecilia Santos				
4 x 100m	3:41.33	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/05/2022	Gafanha da Nazaré
		Bernardo Rodrigues Tavares, Diogo Miguel Silva, Maria Carolina Almeida, Carolina Miranda Fernandes				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:54.59	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/01/2022	Estarreja
		Diogo Miguel Silva, Lara Rodrigues Vasconcelos, Bernardo Rodrigues Tavares, Leonor Ferreira Sequeira				
4 x 100m	4:00.84	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	14/05/2022	Gafanha da Nazaré
		Diogo Miguel Silva, Tiago Maia Pereira, Maria Carolina Almeida, Carolina Miranda Fernandes				
Misto, 16 - 17						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	???				01/01/1800	
4 x 100m	4:03.46	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/02/2025	Mealhada
		Rodrigo Silva Meireles, Francisca Soreto Pedreiro, Bernardo Reis Ferreira, Joana Almeida Santos				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	???				01/01/1800	
4 x 100m	4:26.99	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	16/11/2024	Mealhada
		Marta Antunes Castro, Carlota Ganito Santos, Vicente Sa Vale, Bernardo Reis Ferreira				
Masc., Juv A 16						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:45.59	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	26/11/2023	Gafanha da Nazaré
		Vicente Sa Vale, Antonio Cruz Fardilha, Nuno Miguel Anjos, Bernardo Reis Ferreira				
4 x 100m	3:41.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada
		Pedro Duarte Jesus, Joao Afonso Antunes, Bernardo Rodrigues Tavares, Tiago Maia Pereira				
4 x 200m	8:04.81	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/12/2019	Mealhada
		Pedro Duarte Jesus, Bernardo Rodrigues Tavares, Joao Afonso Antunes, Tiago Maia Pereira				
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:59.70	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	09/03/2024	Mealhada
		Joao Diogo Neves, Joao Coelho Castro, Francisco Pereira Santos, Manuel Martins Oliveira				
4 x 100m	4:03.42	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
		Joao Afonso Antunes, Tiago Maia Pereira, Bernardo Rodrigues Tavares, Pedro Duarte Jesus				
Femin., Jun16						
						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:02.12	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	12/11/2016	Viseu
		Beatriz Pereira Cunha, Margarida Lares Peres, Raquel Sofia Almeida, Lara Alexandra Carrilho				
4 x 100m	4:26.85	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	13/11/2016	Viseu
		Beatriz Pereira Cunha, Raquel Sofia Almeida, Margarida Lares Peres, Lara Alexandra Carrilho				

Recordes Regionais 25 metros

4 x 200m	9:45.71	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	12/11/2016	Viseu
Beatriz Pereira Cunha, Margarida Lares Peres, Raquel Sofia Almeida, Lara Alexandra Carrilho						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:13.53	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	05/11/2022	Gafanha da Nazaré
Lara Pinho Silva, Marta Barbosa Mendes, Sara Oliveira Conceicao, Rita Lopes Tavares						
4 x 100m	4:52.54	Clube Desportivo Feirense	POR	CDF	05/11/2022	Gafanha da Nazaré
Sara Oliveira Conceicao, Rita Lopes Tavares, Lara Pinho Silva, Marta Barbosa Mendes						
Masc., Juv 15-16						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:45.59	Clube Galitos / Bresimar	POR	CGA	26/11/2023	Gafanha da Nazaré
4 x 100m	3:41.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada
Pedro Duarte Jesus, Joao Afonso Antunes, Bernardo Rodrigues Tavares, Tiago Maia Pereira						
4 x 200m	8:18.78	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/06/2019	Mealhada
Pedro Duarte Jesus, João Afonso Antunes, Renato Miguel Carvalho, Manuel Cruz Fardilha						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	1:56.58	Associação Estamos Juntos	POR	AEJ	20/05/2018	Espinho
Duarte Sá Pinho, Roberto Pinho Santos, Henrique Gomes Silva, Guilherme Clara Santos						
4 x 100m	4:03.42	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
Misto, Juv A						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:51.93	Estarreja/PROZINCO	POR	CDE	20/07/2024	Porto
Paulo Jorge Oliveira, Carolina Mortagua Melo, Luis Azevedo Pinto, Carolina Sofia Baptista						
4 x 100m	3:54.46	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2024	Condeixa
Tiago Joaquim Silva, Goncalo Malha Neto, Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:04.19	Sporting Clube de Espinho	POR	SCE	15/01/2022	Estarreja
Rodrigo Vieira Rodrigues, Mafalda Rodrigues Cardoso, Guilherme Romeira Pinto, Francisca Gomes Silva						
4 x 100m	4:26.05	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/12/2024	Condeixa
Tiago Joaquim Silva, Ines Ribeiro Melo, Carolina Ratola Taveira, Goncalo Malha Neto						
Masc., Juv B 15						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:49.60	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	22/02/2025	Mealhada
Rafael Pires Parente, Tomas Alexandre Sousa, Tiago Joao Olas, Andre Ferreira Santos						
4 x 100m	3:51.63	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	21/04/2007	Viseu
Eduardo Fonseca, Nicolau Alexandre, José Martins, António Faria						
4 x 200m	8:26.51	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	04/12/2015	Cantanhede
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:01.39	Academico Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	23/02/2025	Mealhada
Rafael Pires Parente, Tomas Alexandre Sousa, Tiago Joao Olas, Andre Ferreira Santos						
4 x 100m	4:19.22	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/12/2017	Bragança
João Francisco Cardoso, Renato Miguel Carvalho, Sergio Miguel Linoes, Manuel Cruz Fardilha						
Femin., Juv A 15						Piscina curta (25m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:54.60	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/11/2024	Mealhada
Carolina Ratola Taveira, Leonor Silva Jesus, Raquel Domingues Re, Sofia Rodrigues Vasconcelos						
4 x 100m	4:00.53	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2019	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	8:50.82	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/02/2025	Mealhada
Leonor Silva Jesus, Ines Ribeiro Melo, Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:05.65	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	16/11/2024	Mealhada Carolina Ratola Taveira, Ines Ribeiro Melo, Raquel Domingues Re, Sofia Rodrigues Vasconcelos
4 x 100m	4:32.85	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/12/2019	Mealhada Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira

Misto, Juv Open

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:51.93	Estarreja/PROZINCO	POR	CDE	20/07/2024	Porto Paulo Jorge Oliveira, Carolina Mortagua Melo, Luis Azevedo Pinto, Carolina Sofia Baptista
4 x 100m	3:54.46	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2024	Condeixa Tiago Joaquim Silva, Goncalo Malha Neto, Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:01.97	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja Carolina Miranda Fernandes, Tiago Maia Pereira, Maria Carolina Almeida, Joao Afonso Antunes
4 x 100m	4:26.05	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	06/12/2024	Condeixa Tiago Joaquim Silva, Ines Ribeiro Melo, Carolina Ratola Taveira, Goncalo Malha Neto

Femin., Juv 14-15

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:54.60	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/11/2024	Mealhada Carolina Ratola Taveira, Leonor Silva Jesus, Raquel Domingues Re, Sofia Rodrigues Vasconcelos
4 x 100m	4:04.40	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/12/2024	Condeixa Carolina Ratola Taveira, Leonor Silva Jesus, Ines Ribeiro Melo, Sofia Rodrigues Vasconcelos
4 x 200m	8:50.82	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/02/2025	Mealhada Leonor Silva Jesus, Ines Ribeiro Melo, Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:05.65	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	16/11/2024	Mealhada Carolina Ratola Taveira, Ines Ribeiro Melo, Raquel Domingues Re, Sofia Rodrigues Vasconcelos
4 x 100m	4:38.02	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/02/2025	Mealhada Carolina Ratola Taveira, Ines Ribeiro Melo, Raquel Domingues Re, Sofia Rodrigues Vasconcelos

Misto, Juv B

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:00.39	Clube Desportivo de Campinho	POR	CDCA	20/07/2024	Porto Alexandre Shubin, Ines Varandas Piedade, Manuel Vicente Taveira, Mellik Anki Mulchande
4 x 100m	4:08.04	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	19/12/2022	Estarreja Vicente Sa Vale, Antonio Cruz Fardilha, Francisca Pinto Oliveira, Joana Almeida Santos

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:01.97	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja Carolina Miranda Fernandes, Tiago Maia Pereira, Maria Carolina Almeida, Joao Afonso Antunes
4 x 100m	4:35.56	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	04/03/2023	Gafanha da Nazaré Francisca Pinto Oliveira, Nuno Miguel Anjos, Vicente Sa Vale, Joana Almeida Santos

Masc., Inf A 14

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:48.08	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/03/2025	Viseu Daniel Volkov, Miguel Marques Jesus, Santiago Vagos Valente, Miguel Miranda Fernandes
4 x 100m	3:59.12	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	08/07/2006	Águeda Nicolau Alexandre, Eduardo Fonseca, José Martins, António Faria
4 x 200m	8:47.03	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras Joao Afonso Antunes, Tiago Maia Pereira, Rodrigo Figueiredo Branco, Pedro Duarte Jesus

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:03.13	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	02/03/2025	Castro Daire
Francisco Felix Vale, Santiago Vagos Valente, Miguel Miranda Fernandes, Daniel Volkov						
4 x 100m	4:30.04	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
Pedro Duarte Jesus, Tiago Maia Pereira, Bernardo Rodrigues Tavares, Joao Afonso Antunes						

Femin., Juv B 14

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:55.15	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	26/11/2023	Bragança
Carolina Ratola Taveira, Leonor Silva Jesus, Leonor Silva Oliveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos						
4 x 100m	4:05.21	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/06/2019	Estarreja
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos, Leonor Ferreira Sequeira						
4 x 200m	9:14.64	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	12/12/2014	Estarreja
Teresa Isabel Granjeia, Joana Costa Amador, Francisca Vieira Pais, Maria Esteves Martins						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:11.24	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	25/11/2023	Gafanha da Nazaré
Leonor Silva Jesus, Ines Ribeiro Melo, Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos						
4 x 100m	4:46.52	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/11/2018	Viseu
Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira						

Masc., Inf 13-14

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:48.08	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/03/2025	Viseu
Daniel Volkov, Miguel Marques Jesus, Santiago Vagos Valente, Miguel Miranda Fernandes						
4 x 100m	4:44.49	Gafanha da Encarnacao	POR	CAPGE	02/02/2014	Mealhada
Telmo Sequeira Baltazar, Miguel Lopes Silva, Andrei Iulian Zinca, Diogo Carvalho Araujo						
4 x 200m			POR	POR	01/01/1800	

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:03.13	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	02/03/2025	Castro Daire
Francisco Felix Vale, Santiago Vagos Valente, Miguel Miranda Fernandes, Daniel Volkov						
4 x 100m	4:30.04	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
Pedro Duarte Jesus, Tiago Maia Pereira, Bernardo Rodrigues Tavares, Joao Afonso Antunes						

Misto, Inf A

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:53.30	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/03/2025	Viseu
Miguel Miranda Fernandes, Camila Ganito Santos, Ana Carolina Pimenta, Daniel Volkov						
4 x 100m	4:10.86	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	24/06/2023	Castro Daire
Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos, Goncalo Malha Neto, Tiago Joaquim Silva						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:06.76	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/03/2025	Viseu
Daniel Volkov, Camila Ganito Santos, Miguel Miranda Fernandes, Ana Carolina Pimenta						
4 x 100m	4:46.76	Estarreja / PROZINCO	POR	CDE	04/05/2019	Gafanha da Nazaré
Maria Miguel Valente, Mariana Teixeira Jesus, Tomas Caineta Silva, Dinis Amorim Moutela						

Masc., Inf B 13

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:56.97	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/03/2024	Castro Daire
Francisco Felix Vale, Xavier Pinto Pereira, Santiago Vagos Valente, Miguel Miranda Fernandes						
4 x 100m	4:21.98	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
Pedro Duarte Jesus, Bernardo Rodrigues Tavares, Rodrigo Figueiredo Branco, João Afonso Antunes						
4 x 200m	9:35.17	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/03/2013	Porto

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:14.09	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/03/2024	Castro Daire
Francisco Felix Vale, Santiago Vagos Valente, Miguel Miranda Fernandes, Miguel Marques Jesus						
4 x 100m	4:57.79	Academico de Viseu Futebol Clube	POR	AVFC	24/06/2023	Castro Daire
Rafael Pires Parente, Tomas Alexandre Sousa, Tiago Joao Olas, Andre Ferreira Santos						

Femin., Inf A 13

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:02.54	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/03/2025	Viseu
Ana Carolina Pimenta, Maria Olivia Ferreira, Mariana Vidal Rebelo, Camila Ganito Santos						
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
Carolina Miranda Fernandes, Leonor Ferreira Sequeira, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	9:18.83	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	09/03/2018	Felgueiras
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Sara Calisto Pimentel, Lara Rodrigues Vasconcelos						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:19.91	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/03/2025	Viseu
Carolina Melo Homem, Camila Ganito Santos, Mariana Vidal Rebelo, Ana Carolina Pimenta						
4 x 100m	4:50.36	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	10/03/2018	Felgueiras
Leonor Ferreira Sequeira, Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos						

Misto, Inf Open

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:53.30	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/03/2025	Viseu
Miguel Miranda Fernandes, Camila Ganito Santos, Ana Carolina Pimenta, Daniel Volkov						
4 x 100m	4:10.86	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	24/06/2023	Castro Daire
Carolina Ratola Taveira, Sofia Rodrigues Vasconcelos, Goncalo Malha Neto, Tiago Joaquim Silva						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:06.76	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	23/03/2025	Viseu
Daniel Volkov, Camila Ganito Santos, Miguel Miranda Fernandes, Ana Carolina Pimenta						
4 x 100m	4:46.76	Estarreja / PROZINCO	POR	CDE	04/05/2019	Gafanha da Nazaré
Maria Miguel Valente, Mariana Teixeira Jesus, Tomas Caineta Silva, Dinis Amorim Moutela						

Femin., Inf 12-13

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:02.54	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	22/03/2025	Viseu
Ana Carolina Pimenta, Maria Olivia Ferreira, Mariana Vidal Rebelo, Camila Ganito Santos						
4 x 100m	4:13.11	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	11/03/2018	Felgueiras
Carolina Miranda Fernandes, Leonor Ferreira Sequeira, Maria Carolina Almeida, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	11:27.33	Gafanha da Encarnacao	POR	CAPGE	19/10/2013	Mealhada
Ana Filipa Veiga, Maria Francisca Melo, Carlota Teixeira Pinho, Patricia Neves Vaz						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:19.91	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/03/2025	Viseu
Carolina Melo Homem, Camila Ganito Santos, Mariana Vidal Rebelo, Ana Carolina Pimenta						
4 x 100m	5:45.27	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	19/05/2007	Espinho
Joana Raquel Barros, Sofia Paula Lucas, Carolina Simoes Batel, Sara Filipa Anjos						

Misto, Inf B

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:02.94	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	16/03/2024	Castro Daire
Miguel Miranda Fernandes, Camila Ganito Santos, Santiago Vagos Valente, Maria Olivia Ferreira						
4 x 100m	4:19.20	Clube dos Galitos	POR	CGA	19/05/2024	Mealhada
Miguel Miranda Fernandes, Maria Olivia Ferreira, Santiago Vagos Valente, Camila Ganito Santos						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:18.31	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	17/03/2024	Castro Daire
Francisco Felix Vale, Camila Ganito Santos, Miguel Miranda Fernandes, Maria Olivia Ferreira						
4 x 100m	5:08.50	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	20/04/2024	Estarreja
Francisco Felix Vale, Camila Ganito Santos, Miguel Miranda Fernandes, Ana Carolina Pimenta						

Femin., Inf B 12

Piscina curta (25m)

Livres Estafeta

4 x 50m	2:12.18	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	16/03/2024	Castro Daire
Camila Ganito Santos, Mariana Vidal Rebelo, Ana Carolina Pimenta, Maria Olivia Ferreira						
4 x 100m	4:23.50	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	21/05/2017	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira, Lara Rodrigues Vasconcelos						
4 x 200m	9:51.75	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	07/04/2017	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Lara Rodrigues Vasconcelos, Maria Carolina Almeida, Leonor Ferreira Sequeira						

Estilos Estafeta

4 x 50m	2:33.37	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	15/03/2024	Castro Daire
Ana Carolina Pimenta, Maria Olivia Ferreira, Camila Ganito Santos, Mariana Vidal Rebelo						
4 x 100m	5:08.41	Clube dos Galitos / Bresimar	POR	CGA	08/04/2017	Mealhada
Carolina Miranda Fernandes, Maria Carolina Almeida, Sara Calisto Pimentel, Lara Rodrigues Vasconcelos						