

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 1  
18.6.10 - 21:00

Femin., 400m Estilos

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 6

1	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses	6:00.00
2	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:50.30
3	Garcia Inês Fernandes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	5:45.00
4	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:49.28
5	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	5:55.00
6	Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada	6:00.00

Série 2 de 6

1	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:22.90
2	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	6:09.57
3	Garcia Carolina Fernandes	17	Centro C.D.E.S.J.BRITO	6:00.00
4	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	6:03.00
5	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	6:11.23
6	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	6:26.21

Série 3 de 6

1	CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:54.17
2	TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:49.84
3	Kraeva Nikolaevna Elena	49	Clube Futebol Os Belenenses	6:31.73
4	Inacio Alexandra	27	Clube Futebol Os Belenenses	6:43.93
5	Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	6:50.00
6	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada	6:55.00

Série 4 de 6

1	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	7:04.00
2	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	7:01.19
3	SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	6:59.53
4	ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	6:59.98
5	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	7:02.15
6	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	7:05.10

Série 5 de 6

1	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses	7:45.46
2	Ribeiro Maria Joao	45	Associacao Nadadores Estoris	7:35.00
3	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	7:09.19
4	Ferreira Sara Goncalves	36	Masters Almada	7:20.00
5	Guerreiro Ana Carina	33	Clube Futebol Os Belenenses	7:43.43
6	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris	8:00.00

Série 6 de 6

2	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada	8:51.00
3	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris	8:00.00
4	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	8:33.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 2  
18.6.10 - 21:45

Masc., 400m Estilos

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

1	PINHEIRO Claudio Almeida	17	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:11.35
2	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	5:11.14
3	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	5:08.88
4	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	5:10.20
5	DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	5:11.15
6	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	5:27.89

Série 2 de 9

1	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	5:50.00
2	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:40.50
3	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:30.00
4	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	5:37.04
5	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	5:43.44
6	Marques Joao Pinto	21	Masters Almada	5:50.00

Série 3 de 9

1	ROCHA Hugo Bernardo	29	Grupo Amigos Natacao	6:00.00
2	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:57.57
3	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	5:50.00
4	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:57.52
5	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	6:00.00
6	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:00.94

Série 4 de 9

1	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	6:10.00
2	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	6:04.53
3	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	6:03.00
4	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	6:04.23
5	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	6:05.00
6	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:12.12

Série 5 de 9

1	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	6:28.82
2	SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	6:20.32
3	Oliveira Bernardo Nogueira de	17	Centro C.D.E.S.J.BRITO	6:15.00
4	Francisco Jose Daniel	21	Grupo Amigos Natacao	6:15.00
5	Pereira Joao Brizado	41	Masters Almada	6:24.00
6	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	6:30.00

Série 6 de 9

1	Antunes Bruno Rocha	21	Associacao Nautica Do Seixal	6:35.00
2	Fonseca Bruno Miguel	37	Clube Nacional Natacao	6:30.00
3	Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	6:30.00
4	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	6:30.00
5	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	6:30.00
6	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	6:37.34

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 2, Masc., 400m Estilos

Série 7 de 9

1	AMORIM Renato Costa	34	Grupo Amigos Natacao	7:00.00
2	ALVES Joao Reis	19	Associacao Nautica Do Seixal	6:55.00
3	BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	6:44.49
4	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	6:45.00
5	Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	6:55.00
6	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	7:01.15

Série 8 de 9

1	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	7:35.00
2	Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	7:33.00
3	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	7:05.00
4	Silva Juan Rocha	47	Masters Almada	7:06.00
5	Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	7:35.00
6	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	7:35.00

Série 9 de 9

2	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	9:00.00
3	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	7:40.00
4	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	8:00.00
5	JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	9:25.00

Prova 3  
19.6.10 - 14:30

Femin., 50m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	Vieira Quiteria Cunha	79	Sindicato T.F.Publ	2:04.00
3	Azinheira Maria Augusta	72	Sindicato T.F.Publ	1:09.00
4	Martins Maria Rosario	70	Grupo Amigos Natacao	1:40.00
5	Velez Maria Andrade	59	Individual	3:00.00

Série 2 de 9

1	RAIMUNDO Isabel Reis	70	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:00.00
2	Ferreira Maria Felix	56	Sindicato T.F.Publ	49.00
3	REVES Irina Coelho	30	Sindicato T.F.Publ	42.50
4	MENDONCA Maria Bravo	48	Masters Almada	45.00
5	Pinto Cristina Oliveira	45	Centro C.D.E.S.J.BRITO	55.00
6	Fonseca Maria Fedora	47	Clube Futebol Os Belenenses	1:01.83

Série 3 de 9

1	Ferreira Luisa Dias	32	Centro C.D.E.S.J.BRITO	41.72
2	BARNABE Soraia Ferreira	15	Alhandra Sporting Club	40.00
3	SARMENTO Joana Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	38.69
4	Mendes Marina Saavedra	42	Masters Almada	39.00
5	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	41.63
6	Grilo Vilma Silva	25	Masters Almada	42.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 3, Femin., 50m Livres

Série 4 de 9

1	NEVES Marta Marques	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	38.30
2	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses	37.46
3	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris	36.50
4	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada	37.10
5	Moreira Carla Cardoso	27	Sindicato T.F.Publ	37.50
6	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	38.52

Série 5 de 9

1	Lopes Helena Varela	54	Clube Futebol Os Belenenses	36.35
2	GOMES Ines Leite	18	Individual	36.00
3	Peixe Monica Sofia	29	Clube Futebol Os Belenenses	35.56
4	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	35.61
5	Rodrigues Ana Lucia	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	36.32
6	VELEZ Joana Manangao	15	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	36.50

Série 6 de 9

1	Lenzi Carla Vale	43	Associacao Nadadores Estoris	35.00
2	Duarte Joana Gomes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	34.63
3	Faro Vanessa Sousa	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	34.35
4	Fialho Catarina Janeiro	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	34.47
5	Maciel Joana Fernandes	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	34.98
6	Pires Carla Correia	37	Centro C.D.E.S.J.BRITO	35.29

Série 7 de 9

1	Pinto Rita Campos	25	Masters Almada	34.00
2	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	33.29
3	TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	32.97
4	Mateus Diliansa Iria	22	Associacao Nautica Do Seixal	33.00
5	Paixao Estela Coelho	33	Masters Almada	34.00
6	BARREIROS Fabiana Godinho	15	Associacao Nautica Do Seixal	34.12

Série 8 de 9

1	Silva Ines Ferreira	18	Associacao Nautica Do Seixal	32.00
2	CASTANHEIRA Sara Alexandra	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	31.99
3	LOPES Rita Vaz	15	Associacao Nautica Do Seixal	31.50
4	Pinto Catarina Oliveira	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	31.58
5	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	32.00
6	Duarte Andreia Gomes	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	32.40

Série 9 de 9

1	COSTA Sara Fontinha	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	31.25
2	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	30.63
3	Silva Marta Pereira	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	29.50
4	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	30.33
5	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	30.86
6	Garcia Carolina Fernandes	17	Centro C.D.E.S.J.BRITO	31.44

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 4  
19.6.10 - 14:45

Masc., 50m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 15

2 Farias Vasco Manuel	47	Clube Futebol Os Belenenses	1:00.00
3 Pires Vasco Camara	67	Clube Futebol Os Belenenses	51.27
4 Vitorino Antonio Cordeiro	65	Sindicato T.F.Publ	59.00
5 Madureira Pedro Santos	23	Masters Almada	3:10.00

Série 2 de 15

1 Silva João Manuel	49	Centro C.D.E.S.J.BRITO	47.48
2 Roque António Mendes	48	Centro C.D.E.S.J.BRITO	43.78
3 LEOTE Paulo Andrade	43	Clube Portugal Telecom	42.00
4 BARRADAS Adriano Pilar	45	Clube Millennium Bcp	43.00
5 Viegas Luis Antonio	63	Associacao Nadadores Estoris	45.00
6 Lourenco Jose Jesus	63	Clube Portugal Telecom	48.68

Série 3 de 15

1 GONCALVES Antonio Costa	42	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	39.17
2 Velez Miguel Bolou	47	Sindicato T.F.Publ	39.00
3 MARCOS Joao Monteiro	17	Alhandra Sporting Club	38.56
4 Passos Marcelino Lyra	63	Sindicato T.F.Publ	39.00
5 SANTO Manuel Gil	41	Alhandra Sporting Club	39.07
6 VARGAS Tiago Nobre	24	Alhandra Sporting Club	40.15

Série 4 de 15

1 Santana Fernando Manuel	42	Clube Futebol Os Belenenses	38.05
2 Almeida Hermano Botelho	54	Clube Portugal Telecom	37.00
3 Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	36.00
4 SALGUEIRO Luis Vidigal	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	36.90
5 Bastos Jorge Sobral	61	Clube Portugal Telecom	38.00
6 Melo Mario Jorge	59	Clube Futebol Os Belenenses	38.51

Série 5 de 15

1 Afonso Pedro Garcia	38	Centro C.D.E.S.J.BRITO	35.61
2 SAMPAIO Henrique Goncalves	59	Sindicato T.F.Publ	35.00
3 JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	35.00
4 SERRA Fernando Pereira	46	Clube Millennium Bcp	35.00
5 Nunes Paulo Mateus	42	Sindicato T.F.Publ	35.50
6 Raminhos Francisco Caramba	48	Associacao Nadadores Estoris	36.00

Série 6 de 15

1 Mota Rui Teixeira	34	Centro C.D.E.S.J.BRITO	34.29
2 Rodrigues Paulo Fernando	47	Clube Futebol Os Belenenses	34.02
3 Gomes Jose Miguel	38	Clube Futebol Os Belenenses	33.53
4 Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	34.00
5 Silva Alexandre José	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	34.05
6 NUNES Nuno Ferreira	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	34.98

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 4, Masc., 50m Livres

Série 7 de 15

1	REIS Paulo Neves	40	Sindicato T.F.Publ	33.00
2	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	33.00
3	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	32.89
4	Freitas Andre Cardoso	34	Associacao Nadadores Estoris	33.00
5	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	33.00
6	FERNANDES Jorge Nunes	45	Clube Millennium Bcp	33.50

Série 8 de 15

1	Nunes Miguel Azevedo	36	Clube Futebol Os Belenenses	32.30
2	PAULO Daniel Silva	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	31.37
3	BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	31.00
4	Fonseca Bruno Miguel	37	Clube Nacional Natacao	31.00
5	BRANCO Bruno Pinto	15	Masters Almada	32.00
6	SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	32.86

Série 9 de 15

1	Marques Bernardo Felipe	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	30.60
2	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	30.40
3	CAMPINO Alexandre Napoles	21	Sindicato T.F.Publ	30.00
4	SALGUEIRO Rafael Vidigal	38	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	30.00
5	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	30.50
6	MOURA Joao Henrique	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	31.00

Série 10 de 15

1	SALGUEIRO Luis Alexandre	41	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	30.00
2	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	29.67
3	RIBEIRO Fernando Silva	44	Grupo Amigos Natacao	29.30
4	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	29.50
5	Bernardo Diogo Silva	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	29.89
6	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	30.00

Série 11 de 15

1	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	29.25
2	Patrocínio Hugo Francisco	23	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	29.12
3	LIMA Tiago Vieira	27	Associacao Nautica Do Seixal	29.00
4	Lopes Rui André	22	Centro C.D.E.S.J.BRITO	29.08
5	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	29.22
6	ALMEIDA Andre Lousa	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	29.27

Série 12 de 15

1	Alves Bruno Miguel	29	Masters Almada	29.00
2	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	29.00
3	SILVA Hugo Conceicao	21	Associacao Nadadores Estoris	29.00
4	Tavares Pablo Manuel	26	Masters Almada	29.00
5	Antao Pedro Barata	20	Alhandra Sporting Club	29.00
6	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	29.00

Série 13 de 15

1	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	28.23
2	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	28.18
3	ESTEVENS Hugo Borralho	32	Sindicato T.F.Publ	28.00
4	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	28.10
5	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	28.19
6	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	28.82

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 4, Masc., 50m Livres

Série 14 de 15

1	Custodio Bruno Baiao	21	Associacao Nautica Do Seixal	27.90
2	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	27.39
3	Policarpo Fabio Rodrigues	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	27.20
4	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	27.24
5	VAZ Dario Ribeiro	27	Associacao Nautica Do Seixal	27.58
6	Martinez Eugenio Rodriguez	29	Clube Nacional Natacao	28.00

Série 15 de 15

1	Mateus Iuri Silva	24	Associacao Nautica Do Seixal	27.00
2	PINHEIRO Claudio Almeida	17	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	26.56
3	PEDROSO Ricardo Jacinto	33	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	24.99
4	Santos Andre Rodrigues dos	22	Masters Almada	25.00
5	CONDE Joaquim Silva	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	26.89
6	Correia Joao Ginja	23	Sindicato T.F.Publ	27.00

Prova 5

Femin., 200m Braços

14 - 79 anos

19.6.10 - 15:00

Startlist

Idade

Série 1 de 4

1	MENDONCA Maria Bravo	48	Masters Almada	4:40.00
2	Grilo Vilma Silva	25	Masters Almada	4:25.00
3	Ferreira Ana Maria	60	Associacao Nadadores Estoris	4:02.00
4	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	4:03.00
5	Ferreira Maria Felix	56	Sindicato T.F.Publ	4:25.00
6	Sa Nair Gomes	71	Associacao Nadadores Estoris	5:00.00

Série 2 de 4

1	Ribeiro Maria Joao	45	Associacao Nadadores Estoris	3:44.00
2	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:36.39
3	Sanches Cristiana Bencatel	15	Associacao Nautica Do Seixal	3:30.00
4	Lenzi Carla Vale	43	Associacao Nadadores Estoris	3:31.00
5	HEITOR Lucia Mendonca	15	Masters Almada	3:37.00
6	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris	3:55.00

Série 3 de 4

1	NEVES Marta Marques	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:28.53
2	Rodrigues Ana Lucia	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:26.18
3	SARAIVA Sara Grenho	20	Masters Almada	3:15.00
4	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada	3:24.00
5	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:27.19
6	RODRIGUES Sofia Catarino	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	3:29.00

Série 4 de 4

1	BRITO Catarina Louza	17	Masters Almada	3:10.00
2	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	3:04.34
3	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:59.92
4	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:03.28
5	Pinto Catarina Oliveira	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:07.14
6	LOURENCO Claudia Pombo	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	3:14.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 6  
19.6.10 - 15:20

Masc., 200m Bruços

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 8

1	Lourenco Jose Jesus	63	Clube Portugal Telecom	4:23.18
2	Tavares Antonio Manuel	59	Sindicato T.F.Publ	4:18.00
3	VARGAS Tiago Nobre	24	Alhandra Sporting Club	4:01.00
4	Viegas Luis Antonio	63	Associacao Nadadores Estoris	4:10.00
5	Teixeira Joao Rodrigues	73	Grupo Amigos Natacao	4:22.00
6	Silveira Rafael Rodrigo da	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	NT

Série 2 de 8

1	BARRADAS Adriano Pilar	45	Clube Millennium Bcp	4:00.00
2	MOREIRA Helder Santos	66	Clube Millennium Bcp	3:58.00
3	Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	3:54.00
4	GASPAR Alexandre Azevedo	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	3:55.14
5	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:59.15
6	SANTO Manuel Gil	41	Alhandra Sporting Club	4:01.00

Série 3 de 8

1	Pereira Rui Caneira	54	Sindicato T.F.Publ	3:47.00
2	Melo Mario Jorge	59	Clube Futebol Os Belenenses	3:38.77
3	Silva Alexandre José	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:32.50
4	BRANCO Joao Mendes	15	Masters Almada	3:35.00
5	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	3:45.00
6	Silva João Manuel	49	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:52.77

Série 4 de 8

1	BRANCO Bruno Pinto	15	Masters Almada	3:30.00
2	PAULO Daniel Silva	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	3:25.12
3	SILVESTRE Jorge Conceicao	34	Masters Almada	3:25.00
4	Quintino Manuel Vasques	42	Clube Portugal Telecom	3:25.00
5	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	3:30.00
6	Gomes Jose Miguel	38	Clube Futebol Os Belenenses	3:31.66

Série 5 de 8

1	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:21.80
2	ROCHA Hugo Bernardo	29	Grupo Amigos Natacao	3:20.00
3	Crespo Nuno Coimbra	35	Clube Futebol Os Belenenses	3:18.48
4	FERNANDES Jorge Nunes	45	Clube Millennium Bcp	3:19.00
5	Nunes Miguel Azevedo	36	Clube Futebol Os Belenenses	3:20.00
6	Baptista Pedro Ribeiro	35	Masters Almada	3:25.00

Série 6 de 8

1	MOURA Joao Henrique	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	3:14.00
2	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	3:12.28
3	Alves Bruno Miguel	29	Masters Almada	3:10.00
4	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	3:10.45
5	VENTURA Joao Magalhaes	41	Masters Almada	3:13.00
6	Afonso Pedro Garcia	38	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:16.55

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 6, Masc., 200m Bruços

Série 7 de 8

1	Soares Ralf Pinto	46	Associacao Nadadores Estoris	3:07.00
2	Nobre Miguel Madruga	19	Masters Almada	3:00.00
3	NAZARE Andre Almeida	18	Individual	2:59.00
4	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	2:59.00
5	MARCOS Joao Monteiro	17	Alhandra Sporting Club	3:02.00
6	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	3:08.00

Série 8 de 8

1	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	2:58.00
2	Martinez Eugenio Rodriguez	29	Clube Nacional Natacao	2:55.00
3	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:41.36
4	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:54.54
5	MARTINHO Luis Borges	26	Individual	2:55.00
6	DUARTE Jose Pereira	45	Individual	2:58.77

Prova 7

Femin., 50m Mariposa

14 - 79 anos

19.6.10 - 15:55

Startlist

Idade

Série 1 de 5

1	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada	53.00
2	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris	48.00
3	Sousa Maria Clara	42	Masters Almada	45.10
4	Mendes Marina Saavedra	42	Masters Almada	47.00
5	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	51.20
6	SANTOS Ana Ramos	42	Masters Almada	57.00

Série 2 de 5

1	Passos Madalena Cruz	35	Sindicato T.F.Publ	41.50
2	HEITOR Lucia Mendonca	15	Masters Almada	41.30
3	Faro Vanessa Sousa	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	40.21
4	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	40.82
5	DIAS Tatiana Marcos	15	Masters Almada	41.30
6	Maciel Joana Fernandes	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	45.00

Série 3 de 5

1	Pinto Rita Campos	25	Masters Almada	40.00
2	Mateus Diliansa Iria	22	Associacao Nautica Do Seixal	40.00
3	SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	37.19
4	Paixao Estela Coelho	33	Masters Almada	39.00
5	Silva Ines Ferreira	18	Associacao Nautica Do Seixal	40.00
6	Sanches Cristiana Bencatel	15	Associacao Nautica Do Seixal	40.00

Série 4 de 5

1	CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	36.46
2	Gaspar Joana Pombo	27	Associacao Nadadores Estoris	36.00
3	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	35.97
4	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	35.98
5	SARAIVA Sara Grenho	20	Masters Almada	36.00
6	Fialho Catarina Janeiro	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	36.88

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 7, Femin., 50m Mariposa

Série 5 de 5

1	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses	34.97
2	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	34.00
3	Garcia Inês Fernandes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	31.69
4	Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada	34.00
5	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	34.69
6	LOURENCO Claudia Pombo	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	35.15

Prova 8  
19.6.10 - 16:00

Masc., 50m Mariposa

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	47.00
3	Rodrigues Paulo Fernando	47	Clube Futebol Os Belenenses	43.11
4	Santana Fernando Manuel	42	Clube Futebol Os Belenenses	46.67
5	Farias Vasco Manuel	47	Clube Futebol Os Belenenses	1:10.00

Série 2 de 9

1	REIS Paulo Neves	40	Sindicato T.F.Publ	39.00
2	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	38.50
3	LANDEIROTO Rui Salgueiro	45	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	36.74
4	Ruas Joao Manuel	50	Clube Futebol Os Belenenses	37.94
5	Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	38.50
6	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	40.00

Série 3 de 9

1	Bairrada Orlando Gomes	65	Associacao Nadadores Estoris	36.00
2	Lopes Rui André	22	Centro C.D.E.S.J.BRITO	35.69
3	Martinho Antonio Ferreira	45	Grupo Amigos Natacao	35.00
4	Madureira Pedro Santos	23	Masters Almada	35.00
5	Baptista Pedro Ribeiro	35	Masters Almada	36.00
6	CAMPINO Alexandre Napoles	21	Sindicato T.F.Publ	36.00

Série 4 de 9

1	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	34.50
2	Nobre Miguel Madruga	19	Masters Almada	34.00
3	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	33.70
4	SILVA Hugo Conceicao	21	Associacao Nadadores Estoris	34.00
5	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	34.00
6	Ruas Bruno Miguel	21	Clube Futebol Os Belenenses	34.52

Série 5 de 9

1	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	33.50
2	SALGUEIRO Luis Alexandre	41	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	33.39
3	Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	33.00
4	ESGAIO Joao Boleixa	22	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	33.00
5	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	33.47
6	Bernardo Diogo Silva	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	33.50

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 8, Masc., 50m Mariposa

Série 6 de 9

1	Fonseca Bruno Miguel	37	Clube Nacional Natacao	33.00
2	Pereira Joao Brizado	41	Masters Almada	32.60
3	Lanca Ricardo Carvoeiras	35	Clube Nacional Natacao	32.00
4	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	32.08
5	Antao Pedro Barata	20	Alhandra Sporting Club	32.64
6	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	33.00

Série 7 de 9

1	Oliveira Bernardo Nogueira de	17	Centro C.D.E.S.J.BRITO	31.81
2	Madeira Miguel Castro	42	Centro C.D.E.S.J.BRITO	31.49
3	ESTEVENS Hugo Borralho	32	Sindicato T.F.Publ	31.00
4	ALMEIDA Andre Lousa	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	31.40
5	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	31.60
6	Patrocínio Hugo Francisco	23	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	31.97

Série 8 de 9

1	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	30.00
2	MARTINHO Luis Borges	26	Individual	30.00
3	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	29.42
4	VAZ Dario Ribeiro	27	Associacao Nautica Do Seixal	29.50
5	PEDROSO Ricardo Jacinto	33	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	30.00
6	Custodio Bruno Baiao	21	Associacao Nautica Do Seixal	30.00

Série 9 de 9

1	Correia Joao Ginja	23	Sindicato T.F.Publ	29.00
2	Carrilho Ricardo Caldeira	20	Associacao Nautica Do Seixal	28.80
3	Santos Andre Rodrigues dos	22	Masters Almada	26.35
4	Faria Jorge Viegas	46	Associacao Nadadores Estoris	27.50
5	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	28.90
6	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	29.03

Prova 9

Femin., 200m Livres

14 - 79 anos

19.6.10 - 16:10

Startlist

Idade

Série 1 de 4

2	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris	3:18.00
3	Moreira Carla Cardoso	27	Sindicato T.F.Publ	3:06.00
4	Ribeiro Maria Joao	45	Associacao Nadadores Estoris	3:08.00
5	Velez Maria Andrade	59	Individual	6:00.00

Série 2 de 4

1	Pires Carla Correia	37	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:01.36
2	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada	2:57.00
3	Passos Madalena Cruz	35	Sindicato T.F.Publ	2:54.00
4	Ferreira Marta Martins	31	Sindicato T.F.Publ	2:56.00
5	GOMES Ines Leite	18	Individual	2:59.00
6	Ferreira Ana Maria	60	Associacao Nadadores Estoris	3:02.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 9, Femin., 200m Livres

Série 3 de 4

1 Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	2:52.00
2 SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:50.45
3 TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:45.95
4 CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:48.25
5 Inacio Alexandra	27	Clube Futebol Os Belenenses	2:50.95
6 ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:53.67

Série 4 de 4

1 BRITO Catarina Louza	17	Masters Almada	2:35.00
2 COSTA Sara Fontinha	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:30.62
3 Silva Marta Pereira	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:25.00
4 Garcia Carolina Fernandes	17	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:29.93
5 Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada	2:31.00
6 Sanches Octavia Bencatel	21	Associacao Nautica Do Seixal	2:45.00

Prova 10  
19.6.10 - 16:30

Masc., 200m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 6

1 Teixeira Joao Rodrigues	73	Grupo Amigos Natacao	4:10.00
2 PINTO Pedro Lopes	39	Individual	4:00.00
3 Passos Marcelino Lyra	63	Sindicato T.F.Publ	3:51.00
4 VELEZ Rui Castro	46	Individual	4:00.00
5 Roque António Mendes	48	Centro C.D.E.S.J.BRITO	4:09.96

Série 2 de 6

1 Tavares Antonio Manuel	59	Sindicato T.F.Publ	3:23.00
2 Almeida Hermano Botelho	54	Clube Portugal Telecom	3:18.85
3 VENTURA Joao Magalhaes	41	Masters Almada	2:56.00
4 SERRA Fernando Pereira	46	Clube Millennium Bcp	2:59.00
5 Bastos Jorge Sobral	61	Clube Portugal Telecom	3:21.50
6 LEOTE Paulo Andrade	43	Clube Portugal Telecom	3:50.00

Série 3 de 6

1 Bairrada Orlando Gomes	65	Associacao Nadadores Estoris	2:47.00
2 Barros Francisco Santos	38	Clube Futebol Os Belenenses	2:43.49
3 Silveira Rafael Rodrigo da	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:38.99
4 SERRA Carlos Dias	55	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:40.67
5 Escuna Manuel Sousa	39	Individual	2:46.00
6 BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	2:47.22

Série 4 de 6

1 Pereira Joao Brizado	41	Masters Almada	2:38.00
2 Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	2:37.00
3 DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:29.86
4 Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	2:32.00
5 Soares Ralf Pinto	46	Associacao Nadadores Estoris	2:37.00
6 SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:38.61

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 10, Masc., 200m Livres

Série 5 de 6

1	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:26.47
2	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	2:24.15
3	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:22.00
4	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:24.09
5	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	2:26.43
6	Quaresma Pedro Miguel	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:26.95

Série 6 de 6

1	Fonseca Alexandre Eca	20	Masters Almada	2:20.00
2	Policarpo Fabio Rodrigues	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:15.00
3	VAZ Rui Fonseca	39	Individual	2:05.00
4	Antunes Bruno Rocha	21	Associacao Nautica Do Seixal	2:10.45
5	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	2:19.00
6	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:21.00

Prova 11  
19.6.10 - 16:50

Femin., 100m Costas

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 5

2	Martins Maria Rosario	70	Grupo Amigos Natacao	3:23.00
3	Sa Nair Gomes	71	Associacao Nadadores Estoris	2:30.00
4	Azinheira Maria Augusta	72	Sindicato T.F.Publ	2:32.00

Série 2 de 5

1	Ferreira Luisa Dias	32	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:53.73
2	Sousa Maria Clara	42	Masters Almada	1:41.00
3	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:40.43
4	REVES Irina Coelho	30	Sindicato T.F.Publ	1:41.00
5	SARMENTO Joana Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:49.30
6	SANTOS Ana Ramos	42	Masters Almada	2:13.00

Série 3 de 5

1	DIAS Tatiana Marcos	15	Masters Almada	1:32.00
2	ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:30.82
3	Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	1:28.00
4	Duarte Joana Gomes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:29.19
5	VELEZ Joana Manangao	15	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:31.48
6	RODRIGUES Sofia Catarino	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:36.03

Série 4 de 5

1	BARREIROS Fabiana Godinho	15	Associacao Nautica Do Seixal	1:26.00
2	BARNABE Soraia Ferreira	15	Alhandra Sporting Club	1:25.00
3	Gaspar Joana Pombo	27	Associacao Nadadores Estoris	1:22.00
4	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:23.32
5	CASTANHEIRA Sara Alexandra	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:26.00
6	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:27.09

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 11, Femin., 100m Costas

Série 5 de 5

1	Duarte Andreia Gomes	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:19.39
2	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	1:18.00
3	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:11.01
4	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	1:16.00
5	Kraeva Nikolaevna Elena	49	Clube Futebol Os Belenenses	1:18.51
6	LOPES Rita Vaz	15	Associacao Nautica Do Seixal	1:21.50

Prova 12  
19.6.10 - 17:05

Masc., 100m Costas

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 5

2	Pires Vasco Camara	67	Clube Futebol Os Belenenses	2:35.92
3	Ruas Joao Manuel	50	Clube Futebol Os Belenenses	1:49.39
4	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	2:05.00

Série 2 de 5

1	BRANCO Joao Mendes	15	Masters Almada	1:32.00
2	Mota Rui Teixeira	34	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:30.59
3	NAZARE Andre Almeida	18	Individual	1:25.00
4	Quintino Manuel Vasques	42	Clube Portugal Telecom	1:30.00
5	NUNES Nuno Ferreira	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:31.09
6	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	1:48.00

Série 3 de 5

1	LIMA Tiago Vieira	27	Associacao Nautica Do Seixal	1:18.20
2	Lanca Ricardo Carvoeiras	35	Clube Nacional Natacao	1:16.00
3	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	1:15.00
4	Oliveira Bernardo Nogueira de	17	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:15.74
5	CONDE Joaquim Silva	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:17.03
6	Marques Bernardo Felipe	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:24.18

Série 4 de 5

1	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:13.23
2	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:11.22
3	Madeira Miguel Castro	42	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:09.71
4	Carrilho Ricardo Caldeira	20	Associacao Nautica Do Seixal	1:09.80
5	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	1:13.12
6	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:13.60

Série 5 de 5

1	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:08.36
2	DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:04.98
3	Faria Jorge Viegas	46	Associacao Nadadores Estoris	1:03.15
4	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:04.83
5	Fonseca Alexandre Eca	20	Masters Almada	1:08.00
6	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:09.23

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 13  
19.6.10 - 17:15

Femin., 800m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 3

1	Kraeva Nikolaevna Elena	49	Clube Futebol Os Belenenses	11:54.84
2	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses	11:20.00
3	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	10:46.46
4	Garcia Inês Fernandes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	10:57.51
5	Sanches Octavia Bencatel	21	Associacao Nautica Do Seixal	11:50.00
6	Inacio Alexandra	27	Clube Futebol Os Belenenses	12:42.92

Série 2 de 3

1	Gameiro Joana Araujo	32	Clube Futebol Os Belenenses	13:46.97
2	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses	13:34.07
3	Ferreira Marta Martins	31	Sindicato T.F.Publ	12:59.00
4	Maciel Joana Fernandes	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	13:04.42
5	Peixe Monica Sofia	29	Clube Futebol Os Belenenses	13:42.64

Série 3 de 3

2	Guerreiro Ana Carina	33	Clube Futebol Os Belenenses	14:29.60
3	Lopes Helena Varela	54	Clube Futebol Os Belenenses	13:50.00
4	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	14:20.00

Prova 14  
19.6.10 - 17:55

Masc., 800m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 4

1	Antunes Bruno Rocha	21	Associacao Nautica Do Seixal	10:15.00
2	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	10:01.84
3	Ruas Bruno Miguel	21	Clube Futebol Os Belenenses	9:38.00
4	PINHEIRO Claudio Almeida	17	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	9:39.50
5	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	10:03.00
6	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	10:24.64

Série 2 de 4

1	Santos Eurico Manuel	40	Clube Futebol Os Belenenses	10:50.22
2	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	10:46.04
3	Silva Manuel Fialho	33	Clube Futebol Os Belenenses	10:36.61
4	Quaresma Pedro Miguel	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	10:40.76
5	DUARTE Jose Pereira	45	Individual	10:50.00
6	Crespo Nuno Coimbra	35	Clube Futebol Os Belenenses	11:16.40

Série 3 de 4

1	Real Eduardo Corte	49	Clube Nacional Natacao	13:00.00
2	SERRA Carlos Dias	55	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	12:29.94
3	Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	11:42.00
4	Tavares Pablo Manuel	26	Masters Almada	12:00.00
5	Escuna Manuel Sousa	39	Individual	12:30.00
6	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	14:45.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

---

Prova 14, Masc., 800m Livres

Série 4 de 4

1	MOREIRA Helder Santos	66	Clube Millennium Bcp	19:06.23
2	VELEZ Rui Castro	46	Individual	16:00.00
3	Pereira Rui Caneira	54	Sindicato T.F.Publ	15:00.00
4	SALGUEIRO Luis Vidigal	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	16:00.00
5	PINTO Pedro Lopes	39	Individual	16:00.00
6	Barros Francisco Santos	38	Clube Futebol Os Belenenses	1:00:37.77

---

Prova 15  
20.6.10 - 8:30

Femin., 200m Estilos

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 5

2	SANTOS Ana Ramos	42	Masters Almada	4:25.00
3	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	4:00.00
4	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada	4:07.00

Série 2 de 5

1	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris	3:37.00
2	Lenzi Carla Vale	43	Associacao Nadadores Estoris	3:25.00
3	Faro Vanessa Sousa	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:19.81
4	Inacio Alexandra	27	Clube Futebol Os Belenenses	3:21.98
5	VELEZ Joana Manangao	15	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	3:30.20
6	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris	3:48.00

Série 3 de 5

1	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada	3:15.00
2	Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	3:10.00
3	SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:07.05
4	DIAS Tatiana Marcos	15	Masters Almada	3:10.00
5	TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	3:13.19
6	Fialho Catarina Janeiro	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:18.83

Série 4 de 5

1	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:01.32
2	Silva Ines Ferreira	18	Associacao Nautica Do Seixal	3:00.00
3	Duarte Andreia Gomes	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:55.64
4	CASTANHEIRA Sara Alexandra	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:58.00
5	BRITO Catarina Louza	17	Masters Almada	3:00.00
6	Pinto Rita Campos	25	Masters Almada	3:05.00

Série 5 de 5

1	LOPES Rita Vaz	15	Associacao Nautica Do Seixal	2:55.00
2	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	2:53.00
3	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:43.50
4	COSTA Sara Fontinha	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:48.01
5	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:54.58
6	SARAIVA Sara Grenho	20	Masters Almada	2:55.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 16  
20.6.10 - 8:50

Masc., 200m Estilos

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 5

2	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	3:45.00
3	Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	3:35.00
4	SERRA Fernando Pereira	46	Clube Millennium Bcp	3:40.00

Série 2 de 5

1	Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	3:30.00
2	Gomes Jose Miguel	38	Clube Futebol Os Belenenses	3:17.98
3	Quintino Manuel Vasques	42	Clube Portugal Telecom	3:17.61
4	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	3:17.82
5	Real Eduardo Corte	49	Clube Nacional Natacao	3:30.00

Série 3 de 5

1	FERNANDES Jorge Nunes	45	Clube Millennium Bcp	3:10.00
2	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	3:03.56
3	Pereira Joao Brizido	41	Masters Almada	2:55.00
4	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	2:58.00
5	BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	3:05.72
6	Baptista Pedro Ribeiro	35	Masters Almada	3:12.00

Série 4 de 5

1	Lopes Rui André	22	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:53.13
2	Bernardo Diogo Silva	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:50.00
3	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:46.00
4	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	2:47.00
5	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	2:50.00
6	Nobre Miguel Madruga	19	Masters Almada	2:55.00

Série 5 de 5

1	Fonseca Alexandre Eca	20	Masters Almada	2:40.00
2	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:37.46
3	Carrilho Ricardo Caldeira	20	Associacao Nautica Do Seixal	2:30.00
4	DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:34.30
5	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:38.25
6	ESTEVEENS Hugo Borralho	32	Sindicato T.F.Publ	2:45.00

Prova 17  
20.6.10 - 9:10

Femin., 100m Mariposa

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 3

2	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris	1:53.00
3	Ferreira Marta Martins	31	Sindicato T.F.Publ	1:37.00
4	Passos Madalena Cruz	35	Sindicato T.F.Publ	1:39.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 17, Femin., 100m Mariposa

Série 2 de 3

1	Pinto Rita Campos	25	Masters Almada	1:35.00
2	SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:29.73
3	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:27.97
4	Fialho Catarina Janeiro	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:28.84
5	Paixao Estela Coelho	33	Masters Almada	1:34.00

Série 3 de 3

1	LOURENCO Claudia Pombo	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:25.50
2	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	1:21.06
3	Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada	1:16.00
4	SARAIVA Sara Grenho	20	Masters Almada	1:20.00
5	Sanches Cristiana Bencatel	15	Associacao Nautica Do Seixal	1:25.00
6	CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:27.82

Prova 18  
20.6.10 - 9:15

Masc., 100m Mariposa

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 4

1	Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	1:33.00
2	Afonso Pedro Garcia	38	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:29.15
3	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	1:23.00
4	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	1:24.00
5	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	1:33.00
6	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	1:48.00

Série 2 de 4

1	ALMEIDA Andre Lousa	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:18.14
2	Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	1:18.00
3	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:15.71
4	SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:16.71
5	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	1:18.00
6	Bairrada Orlando Gomes	65	Associacao Nadadores Estoris	1:23.00

Série 3 de 4

1	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	1:13.19
2	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:12.00
3	Santos Eurico Manuel	40	Clube Futebol Os Belenenses	1:08.45
4	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:10.83
5	Patrocínio Hugo Francisco	23	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:13.00
6	Pereira Joao Brizado	41	Masters Almada	1:15.00

Série 4 de 4

1	Correia Joao Ginja	23	Sindicato T.F.Publ	1:05.00
2	Carrilho Ricardo Caldeira	20	Associacao Nautica Do Seixal	1:04.15
3	Santos Andre Rodrigues dos	22	Masters Almada	59.30
4	Faria Jorge Viegas	46	Associacao Nadadores Estoris	1:00.15
5	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	1:04.46
6	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:07.80

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 19  
20.6.10 - 9:25

Femin., 100m Bruços

14 - 79 anos  
Startlist

	Idade		
<u>Série 1 de 7</u>			
2	Martins Maria Rosario	70	Grupo Amigos Natacao 4:00.00
3	Azinhaira Maria Augusta	72	Sindicato T.F.Publ 3:00.00
4	Velez Maria Andrade	59	Individual 4:00.00
<u>Série 2 de 7</u>			
1	Sa Nair Gomes	71	Associacao Nadadores Estoris 2:30.00
2	Ferreira Maria Felix	56	Sindicato T.F.Publ 1:59.00
3	CESARIO Rute Ramos	33	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:55.29
4	Grilo Vilma Silva	25	Masters Almada 1:58.00
5	SANTOS Ana Ramos	42	Masters Almada 2:04.00
<u>Série 3 de 7</u>			
1	Moreira Carla Cardoso	27	Sindicato T.F.Publ 1:54.00
2	Mendes Marina Saavedra	42	Masters Almada 1:52.00
3	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:50.74
4	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris 1:51.00
5	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses 1:52.51
6	SARMENTO Joana Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:55.12
<u>Série 4 de 7</u>			
1	Ribeiro Maria Joao	45	Associacao Nadadores Estoris 1:47.00
2	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:44.30
3	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:41.13
4	Pires Carla Correia	37	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:43.89
5	MATOS Marina Machado	23	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:44.59
6	Sousa Maria Clara	42	Masters Almada 1:50.00
<u>Série 5 de 7</u>			
1	Maciel Joana Fernandes	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:39.69
2	Lenzi Carla Vale	43	Associacao Nadadores Estoris 1:38.00
3	Rodrigues Ana Lucia	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:37.15
4	Duarte Joana Gomes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:37.32
5	RODRIGUES Sofia Catarino	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:38.91
6	BARREIROS Fabiana Godinho	15	Associacao Nautica Do Seixal 1:40.00
<u>Série 6 de 7</u>			
1	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada 1:36.00
2	CASTANHEIRA Sara Alexandra	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:35.00
3	BRITO Catarina Louza	17	Masters Almada 1:30.00
4	Sanches Cristiana Bencatel	15	Associacao Nautica Do Seixal 1:33.00
5	NEVES Marta Marques	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:35.38
6	Silva Ines Ferreira	18	Associacao Nautica Do Seixal 1:37.00
<u>Série 7 de 7</u>			
1	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:26.50
2	Pinto Catarina Oliveira	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:25.46
3	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:23.29
4	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:24.27
5	LOURENCO Claudia Pombo	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:26.20
6	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess 1:28.62

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 20  
20.6.10 - 9:45

Masc., 100m Bruços

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 12

2	GONCALVES Antonio Costa	42	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:15.00
3	Passos Marcelino Lyra	63	Sindicato T.F.Publ	2:07.00
4	Roque António Mendes	48	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:08.53

Série 2 de 12

2	Lourenco Jose Jesus	63	Clube Portugal Telecom	2:03.00
3	Teixeira Joao Rodrigues	73	Grupo Amigos Natacao	2:02.00
4	Tavares Antonio Manuel	59	Sindicato T.F.Publ	2:02.00
5	ESTEVES Manuel Rodrigues	60	Masters Almada	2:07.00

Série 3 de 12

1	Almeida Hermano Botelho	54	Clube Portugal Telecom	1:58.00
2	FARIA Rui Pedro	39	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:50.00
3	Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	1:47.00
4	BARRADAS Adriano Pilar	45	Clube Millennium Bcp	1:49.00
5	Sousa Jose Pinto	63	Sindicato T.F.Publ	1:55.00
6	Viegas Luis Antonio	63	Associacao Nadadores Estoris	2:00.00

Série 4 de 12

1	Silva João Manuel	49	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:46.22
2	Raminhos Francisco Caramba	48	Associacao Nadadores Estoris	1:45.00
3	Melo Mario Jorge	59	Clube Futebol Os Belenenses	1:43.70
4	Barros Francisco Santos	38	Clube Futebol Os Belenenses	1:43.93
5	SERRA Fernando Pereira	46	Clube Millennium Bcp	1:45.00
6	GASPAR Alexandre Azevedo	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:46.40

Série 5 de 12

1	MOREIRA Helder Santos	66	Clube Millennium Bcp	1:42.13
2	NUNES Nuno Ferreira	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:40.20
3	Freitas Andre Cardoso	34	Associacao Nadadores Estoris	1:40.00
4	Silva Alexandre José	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:40.00
5	Pereira Rui Caneira	54	Sindicato T.F.Publ	1:41.00
6	REIS Paulo Neves	40	Sindicato T.F.Publ	1:43.00

Série 6 de 12

1	Velez Miguel Bolou	47	Sindicato T.F.Publ	1:39.00
2	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	1:38.00
3	Escuna Manuel Sousa	39	Individual	1:35.00
4	Baptista Pedro Ribeiro	35	Masters Almada	1:35.00
5	Gomes Jose Miguel	38	Clube Futebol Os Belenenses	1:38.96
6	BRANCO Bruno Pinto	15	Masters Almada	1:40.00

Série 7 de 12

1	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:34.88
2	Quintino Manuel Vasques	42	Clube Portugal Telecom	1:32.82
3	MOURA Joao Henrique	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:31.64
4	SERRA Carlos Dias	55	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:32.00
5	PAULO Daniel Silva	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:33.86
6	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	1:35.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 20, Masc., 100m Bruços

Série 8 de 12

1	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	1:30.88
2	Afonso Pedro Garcia	38	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:29.43
3	VENTURA Joao Magalhaes	41	Masters Almada	1:29.00
4	BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:29.34
5	Real Eduardo Corte	49	Clube Nacional Natacao	1:30.00
6	FERNANDES Jorge Nunes	45	Clube Millennium Bcp	1:31.00

Série 9 de 12

1	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:28.28
2	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	1:26.00
3	Silveira Rafael Rodrigo da	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:25.68
4	Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	1:26.00
5	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	1:26.41
6	RIBEIRO Fernando Silva	44	Grupo Amigos Natacao	1:29.00

Série 10 de 12

1	Alves Bruno Miguel	29	Masters Almada	1:25.00
2	Martinez Eugenio Rodriguez	29	Clube Nacional Natacao	1:25.00
3	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	1:24.12
4	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:24.86
5	Soares Ralf Pinto	46	Associacao Nadadores Estoris	1:25.00
6	ALMEIDA Andre Lousa	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:25.10

Série 11 de 12

1	Policarpo Fabio Rodrigues	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:22.00
2	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	1:22.00
3	Nobre Miguel Madruga	19	Masters Almada	1:20.00
4	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	1:21.00
5	Patrocínio Hugo Francisco	23	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:22.00
6	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:23.00

Série 12 de 12

1	DUARTE Jose Pereira	45	Individual	1:18.52
2	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:16.90
3	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:14.05
4	MARTINHO Luis Borges	26	Individual	1:16.00
5	CONDE Joaquim Silva	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:18.20
6	ESGAIO Joao Boleixa	22	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:18.59

Prova 21  
20.6.10 - 10:10

Femin., 50m Costas

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 8

2	Velez Maria Andrade	59	Individual	3:00.00
3	Martins Maria Rosario	70	Grupo Amigos Natacao	1:46.00
4	Vieira Quiteria Cunha	79	Sindicato T.F.Publ	2:16.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 21, Femin., 50m Costas

Série 2 de 8

2	RAIMUNDO Isabel Reis	70	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:02.00
3	Ferreira Maria Felix	56	Sindicato T.F.Publ	59.00
4	Sa Nair Gomes	71	Associacao Nadadores Estoris	1:00.00
5	Azinheira Maria Augusta	72	Sindicato T.F.Publ	1:13.00

Série 3 de 8

1	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada	54.00
2	Grilo Vilma Silva	25	Masters Almada	53.00
3	CESARIO Rute Ramos	33	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	52.20
4	Ferreira Luisa Dias	32	Centro C.D.E.S.J.BRITO	52.90
5	Mendes Marina Saavedra	42	Masters Almada	53.00
6	Pinto Cristina Oliveira	45	Centro C.D.E.S.J.BRITO	58.26

Série 4 de 8

1	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	48.12
2	SARMENTO Joana Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	46.34
3	Rodrigues Ana Lucia	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	45.00
4	REVES Irina Coelho	30	Sindicato T.F.Publ	46.00
5	Ferreira Ana Maria	60	Associacao Nadadores Estoris	47.00
6	MATOS Marina Machado	23	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	48.80

Série 5 de 8

1	Paixao Estela Coelho	33	Masters Almada	44.00
2	RODRIGUES Sofia Catarino	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	43.00
3	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	42.30
4	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	42.46
5	ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	43.29
6	Sousa Maria Clara	42	Masters Almada	44.30

Série 6 de 8

1	Duarte Joana Gomes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	41.34
2	DIAS Tatiana Marcos	15	Masters Almada	41.00
3	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	39.25
4	VELEZ Joana Manangao	15	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	40.50
5	Mateus Diliiana Iria	22	Associacao Nautica Do Seixal	41.00
6	Faro Vanessa Sousa	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	41.45

Série 7 de 8

1	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	38.59
2	LOPES Rita Vaz	15	Associacao Nautica Do Seixal	38.00
3	Pinto Catarina Oliveira	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	37.36
4	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses	37.65
5	Sanches Octavia Bencatel	21	Associacao Nautica Do Seixal	38.12
6	BARREIROS Fabiana Godinho	15	Associacao Nautica Do Seixal	39.17

Série 8 de 8

1	Duarte Andreia Gomes	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	36.06
2	COSTA Sara Fontinha	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	35.50
3	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	32.39
4	Silva Marta Pereira	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	35.30
5	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	36.00
6	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	37.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 22  
20.6.10 - 10:25

Masc., 50m Costas

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	Vitorino Antonio Cordeiro	65	Sindicato T.F.Publ	1:23.00
3	Roque António Mendes	48	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:02.97
4	Pires Vasco Camara	67	Clube Futebol Os Belenenses	1:09.11
5	Silveira Rafael Rodrigo da	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	NT

Série 2 de 9

1	Silva João Manuel	49	Centro C.D.E.S.J.BRITO	58.69
2	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	55.00
3	JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	54.00
4	GONCALVES Antonio Costa	42	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	55.00
5	ESTEVES Manuel Rodrigues	60	Masters Almada	57.00
6	Teixeira Joao Rodrigues	73	Grupo Amigos Natacao	1:00.00

Série 3 de 9

1	Bastos Jorge Sobral	61	Clube Portugal Telecom	51.00
2	SAMPAIO Henrique Goncalves	59	Sindicato T.F.Publ	48.50
3	Bairrada Orlando Gomes	65	Associacao Nadadores Estoris	45.00
4	Ruas Joao Manuel	50	Clube Futebol Os Belenenses	45.13
5	Rodrigues Antonio Miranda	71	Individual	49.00
6	BARRADAS Adriano Pilar	45	Clube Millennium Bcp	52.00

Série 4 de 9

1	Tavares Pablo Manuel	26	Masters Almada	43.00
2	Mota Rui Teixeira	34	Centro C.D.E.S.J.BRITO	40.60
3	Madureira Pedro Santos	23	Masters Almada	40.30
4	Lopes Rui André	22	Centro C.D.E.S.J.BRITO	40.53
5	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	42.10
6	NUNES Nuno Ferreira	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	43.10

Série 5 de 9

1	Marques Bernardo Felipe	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	38.33
2	FARIA Rui Pedro	39	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	38.00
3	LIMA Tiago Vieira	27	Associacao Nautica Do Seixal	37.80
4	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	38.00
5	Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	38.00
6	MOURA Joao Henrique	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	40.14

Série 6 de 9

1	Martinez Eugenio Rodriguez	29	Clube Nacional Natacao	37.00
2	Alves Bruno Miguel	29	Masters Almada	37.00
3	Bernardo Diogo Silva	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	36.30
4	Quaresma Pedro Miguel	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	36.81
5	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	37.00
6	CONDE Joaquim Silva	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	37.66

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 22, Masc., 50m Costas

Série 7 de 9

1	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	35.21
2	Ruas Bruno Miguel	21	Clube Futebol Os Belenenses	34.53
3	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	34.00
4	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	34.48
5	MARTINHO Luis Borges	26	Individual	35.00
6	ESTEVENS Hugo Borralho	32	Sindicato T.F.Publ	36.00

Série 8 de 9

1	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	33.10
2	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	32.87
3	Custodio Bruno Baiao	21	Associacao Nautica Do Seixal	32.50
4	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	32.79
5	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	33.00
6	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	33.86

Série 9 de 9

1	Fonseca Alexandre Eca	20	Masters Almada	32.00
2	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	31.34
3	Faria Jorge Viegas	46	Associacao Nadadores Estoris	29.45
4	Santos Andre Rodrigues dos	22	Masters Almada	31.00
5	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	31.78
6	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	32.13

Prova 23  
20.6.10 - 10:35

Femin., 400m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 5

2	Ferreira Luisa Dias	32	Centro C.D.E.S.J.BRITO	7:41.74
3	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	6:57.00
4	Moreira Carla Cardoso	27	Sindicato T.F.Publ	7:41.00

Série 2 de 5

2	Lopes Helena Varela	54	Clube Futebol Os Belenenses	6:39.08
3	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:30.71
4	Pires Carla Correia	37	Centro C.D.E.S.J.BRITO	6:31.22
5	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses	6:41.00

Série 3 de 5

1	Ribeiro Maria Joao	45	Associacao Nadadores Estoris	6:22.00
2	Ferreira Marta Martins	31	Sindicato T.F.Publ	6:20.00
3	CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:13.14
4	Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	6:20.00
5	TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:20.89
6	Passos Madalena Cruz	35	Sindicato T.F.Publ	6:27.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 23, Femin., 400m Livres

Série 4 de 5

1	ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	6:08.62
2	Inacio Alexandra	27	Clube Futebol Os Belenenses	5:54.01
3	Sanches Octavia Bencatel	21	Associacao Nautica Do Seixal	5:45.00
4	Mateus Diliansa Iria	22	Associacao Nautica Do Seixal	5:48.88
5	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	6:07.50
6	Ferreira Ana Maria	60	Associacao Nadadores Estoris	6:12.00

Série 5 de 5

1	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	5:20.00
2	Silva Marta Pereira	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	5:18.00
3	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:08.89
4	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	5:13.76
5	Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada	5:20.00
6	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses	5:36.99

Prova 24  
20.6.10 - 11:10

Masc., 400m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	MOREIRA Helder Santos	66	Clube Millennium Bcp	8:43.33
3	PINTO Pedro Lopes	39	Individual	8:00.00
4	Passos Marcelino Lyra	63	Sindicato T.F.Publ	8:34.00

Série 2 de 9

1	VELEZ Rui Castro	46	Individual	8:00.00
2	Melo Mario Jorge	59	Clube Futebol Os Belenenses	7:13.49
3	LEOTE Paulo Andrade	43	Clube Portugal Telecom	7:11.00
4	Bastos Jorge Sobral	61	Clube Portugal Telecom	7:11.23
5	Almeida Hermano Botelho	54	Clube Portugal Telecom	7:41.00

Série 3 de 9

1	Pereira Rui Caneira	54	Sindicato T.F.Publ	7:04.00
2	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	7:01.00
3	Ruas Joao Manuel	50	Clube Futebol Os Belenenses	6:40.00
4	Velez Miguel Bolou	47	Sindicato T.F.Publ	6:48.00
5	JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	7:03.00
6	Tavares Antonio Manuel	59	Sindicato T.F.Publ	7:10.00

Série 4 de 9

1	Marques Bernardo Felipe	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	6:32.61
2	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	6:20.00
3	VENTURA Joao Magalhaes	41	Masters Almada	6:10.00
4	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	6:10.00
5	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	6:25.00
6	REIS Paulo Neves	40	Sindicato T.F.Publ	6:39.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 24, Masc., 400m Livres

Série 5 de 9

1	PAULO Daniel Silva	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	6:00.65
2	Fonseca Bruno Miguel	37	Clube Nacional Natacao	6:00.00
3	Madureira Pedro Santos	23	Masters Almada	5:45.00
4	SERRA Carlos Dias	55	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	5:46.80
5	Escuna Manuel Sousa	39	Individual	6:00.00
6	Barros Francisco Santos	38	Clube Futebol Os Belenenses	6:05.29

Série 6 de 9

1	Soares Ralf Pinto	46	Associacao Nadadores Estoris	5:36.50
2	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	5:35.00
3	Tavares Pablo Manuel	26	Masters Almada	5:32.00
4	Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	5:33.00
5	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	5:35.00
6	SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	5:44.52

Série 7 de 9

1	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	5:28.80
2	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	5:20.00
3	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	5:14.23
4	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	5:15.00
5	DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	5:27.53
6	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	5:30.10

Série 8 de 9

1	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	5:09.82
2	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	5:05.00
3	Santos Eurico Manuel	40	Clube Futebol Os Belenenses	4:59.95
4	DUARTE Jose Pereira	45	Individual	5:05.00
5	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	5:05.60
6	Quaresma Pedro Miguel	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	5:11.26

Série 9 de 9

1	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	4:52.00
2	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	4:48.51
3	VAZ Rui Fonseca	39	Individual	4:27.00
4	Ruas Bruno Miguel	21	Clube Futebol Os Belenenses	4:38.00
5	Policarpo Fabio Rodrigues	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	4:49.00
6	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	4:55.27

Prova 25  
20.6.10 - 15:00

Femin., 200m Costas

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 3

2	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	4:40.00
3	REVES Irina Coelho	30	Sindicato T.F.Publ	3:48.00
4	Ferreira Luisa Dias	32	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:58.21
5	Sa Nair Gomes	71	Associacao Nadadores Estoris	5:00.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 25, Femin., 200m Costas

Série 2 de 3

1	ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:19.27
2	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:08.82
3	Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	3:06.00
4	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	3:06.01
5	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada	3:18.00
6	Sousa Maria Clara	42	Masters Almada	3:48.00

Série 3 de 3

1	Duarte Andreia Gomes	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:53.86
2	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses	2:50.00
3	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	2:45.00
4	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	2:46.00
5	Kraeva Nikolaevna Elena	49	Clube Futebol Os Belenenses	2:52.99
6	CASTANHEIRA Sara Alexandra	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:57.22

Prova 26

Masc., 200m Costas

14 - 79 anos

20.6.10 - 15:15

Startlist

Idade

Série 1 de 6

2	Bastos Jorge Sobral	61	Clube Portugal Telecom	4:25.57
3	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	4:20.00
4	ESTEVES Manuel Rodrigues	60	Masters Almada	4:25.00

Série 2 de 6

2	Tavares Antonio Manuel	59	Sindicato T.F.Publ	4:12.00
3	Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	3:50.00
4	Barros Francisco Santos	38	Clube Futebol Os Belenenses	4:08.01
5	BARRADAS Adriano Pilar	45	Clube Millennium Bcp	4:15.00

Série 3 de 6

1	Quintino Manuel Vasques	42	Clube Portugal Telecom	3:25.08
2	Pereira Joao Brizado	41	Masters Almada	3:16.00
3	Marques Bernardo Felipe	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:03.11
4	Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	3:15.00
5	Mota Rui Teixeira	34	Centro C.D.E.S.J.BRITO	3:23.07
6	Ruas Joao Manuel	50	Clube Futebol Os Belenenses	3:40.72

Série 4 de 6

1	BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	2:57.50
2	DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:51.96
3	LIMA Tiago Vieira	27	Associacao Nautica Do Seixal	2:50.00
4	Alves Bruno Miguel	29	Masters Almada	2:50.00
5	Lanca Ricardo Carvoeiras	35	Clube Nacional Natacao	2:52.00
6	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	2:58.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 26, Masc., 200m Costas

Série 5 de 6

1	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:43.76
2	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	2:40.10
3	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:38.17
4	Madeira Miguel Castro	42	Centro C.D.E.S.J.BRITO	2:38.89
5	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	2:43.00
6	Carvalho Paulo Paula	49	Individual	2:45.00

Série 6 de 6

1	Fonseca Alexandre Eca	20	Masters Almada	2:30.00
2	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:25.04
3	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:20.00
4	Faria Jorge Viegas	46	Associacao Nadadores Estoris	2:21.00
5	Antunes Bruno Rocha	21	Associacao Nautica Do Seixal	2:27.50
6	Ruas Bruno Miguel	21	Clube Futebol Os Belenenses	2:36.97

Prova 27

Femin., 100m Livres

14 - 79 anos

20.6.10 - 15:40

Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	Velez Maria Andrade	59	Individual	4:00.00
3	Fonseca Maria Fedora	47	Clube Futebol Os Belenenses	2:15.00
4	Azinheira Maria Augusta	72	Sindicato T.F.Publ	2:39.00

Série 2 de 9

1	Cruz Maria Parreira	55	Masters Almada	2:04.00
2	MENDONCA Maria Bravo	48	Masters Almada	1:47.00
3	Grilo Vilma Silva	25	Masters Almada	1:40.00
4	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris	1:41.50
5	Ferreira Maria Felix	56	Sindicato T.F.Publ	1:58.00

Série 3 de 9

1	REVES Irina Coelho	30	Sindicato T.F.Publ	1:37.00
2	SARMENTO Joana Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:33.50
3	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:31.71
4	Ferreira Luisa Dias	32	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:32.96
5	Carvalho Helena Paula	46	Clube Portugal Telecom	1:34.00
6	Mendes Marina Saavedra	42	Masters Almada	1:38.00

Série 4 de 9

1	NEVES Marta Marques	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:25.30
2	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:24.89
3	Ferreira Ana Maria	60	Associacao Nadadores Estoris	1:22.45
4	Lopes Helena Varela	54	Clube Futebol Os Belenenses	1:22.68
5	Moreira Carla Cardoso	27	Sindicato T.F.Publ	1:25.00
6	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses	1:25.48

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 27, Femin., 100m Livres

Série 5 de 9

1	Rodrigues Ana Lucia	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:21.05
2	RODRIGUES Sofia Catarino	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:20.69
3	Lenzi Carla Vale	43	Associacao Nadadores Estoris	1:20.00
4	Pires Carla Correia	37	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:20.05
5	VELEZ Joana Manangao	15	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:20.73
6	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris	1:22.00

Série 6 de 9

1	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:18.87
2	Maciel Joana Fernandes	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:17.55
3	ALVES Filipa Santos	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:17.29
4	Fialho Catarina Janeiro	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:17.36
5	Paixao Estela Coelho	33	Masters Almada	1:18.00
6	DIAS Tatiana Marcos	15	Masters Almada	1:20.00

Série 7 de 9

1	Passos Madalena Cruz	35	Sindicato T.F.Publ	1:16.00
2	ALVES Daniela Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:14.09
3	Silva Ines Ferreira	18	Associacao Nautica Do Seixal	1:13.00
4	Kraeva Nikolaevna Elena	49	Clube Futebol Os Belenenses	1:13.00
5	TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:14.70
6	Faro Vanessa Sousa	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:16.07

Série 8 de 9

1	LOURENCO Claudia Pombo	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:12.00
2	LOPES Rita Vaz	15	Associacao Nautica Do Seixal	1:10.00
3	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:08.00
4	SARAIVA Sara Grenho	20	Masters Almada	1:10.00
5	Sanches Octavia Bencatel	21	Associacao Nautica Do Seixal	1:11.00
6	Pinto Catarina Oliveira	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:12.90

Série 9 de 9

1	Lopes Joana Pereira	19	Masters Almada	1:08.00
2	COSTA Sara Fontinha	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:07.64
3	Silva Marta Pereira	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:06.58
4	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	1:06.76
5	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:07.84
6	Barral Liliana Bastos	24	Masters Almada	1:08.00

Prova 28  
20.6.10 - 16:00

Masc., 100m Livres

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 13

1	Pires Vasco Camara	67	Clube Futebol Os Belenenses	2:06.31
2	VELEZ Rui Castro	46	Individual	1:50.00
3	Teixeira Joao Rodrigues	73	Grupo Amigos Natacao	1:50.00
4	PINTO Pedro Lopes	39	Individual	1:50.00
5	Lourenco Jose Jesus	63	Clube Portugal Telecom	1:51.57
6	Vitorino Antonio Cordeiro	65	Sindicato T.F.Publ	2:10.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 28, Masc., 100m Livres

Série 2 de 13

1	Roque António Mendes	48	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:44.19
2	Passos Marcelino Lyra	63	Sindicato T.F.Publ	1:39.00
3	Santana Fernando Manuel	42	Clube Futebol Os Belenenses	1:33.51
4	Viegas Luis Antonio	63	Associacao Nadadores Estoris	1:38.00
5	MOREIRA Helder Santos	66	Clube Millennium Bcp	1:42.13
6	Silva João Manuel	49	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:49.61

Série 3 de 13

1	Melo Mario Jorge	59	Clube Futebol Os Belenenses	1:28.95
2	Rodrigues Antonio Miranda	71	Individual	1:27.00
3	SALGUEIRO Luis Vidigal	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:23.54
4	GONCALVES Antonio Costa	42	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:25.00
5	Bastos Jorge Sobral	61	Clube Portugal Telecom	1:27.30
6	Tavares Antonio Manuel	59	Sindicato T.F.Publ	1:33.00

Série 4 de 13

1	JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	1:22.00
2	Rodrigues Paulo Fernando	47	Clube Futebol Os Belenenses	1:21.00
3	SERRA Fernando Pereira	46	Clube Millennium Bcp	1:20.00
4	Ruas Joao Manuel	50	Clube Futebol Os Belenenses	1:20.95
5	Pereira Rui Caneira	54	Sindicato T.F.Publ	1:22.00
6	Almeida Hermano Botelho	54	Clube Portugal Telecom	1:22.68

Série 5 de 13

1	Mota Rui Teixeira	34	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:18.67
2	LANDEIROTO Rui Salgueiro	45	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:16.65
3	Raminhos Francisco Caramba	48	Associacao Nadadores Estoris	1:16.00
4	NUNES Nuno Ferreira	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:16.10
5	AMORIM Renato Costa	34	Grupo Amigos Natacao	1:18.00
6	BRANCO Bruno Pinto	15	Masters Almada	1:20.00

Série 6 de 13

1	NASCIMENTO Hugo GonÃ§alves	30	Grupo Amigos Natacao	1:15.84
2	REIS Paulo Neves	40	Sindicato T.F.Publ	1:14.00
3	FERNANDES Jorge Nunes	45	Clube Millennium Bcp	1:13.00
4	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:13.09
5	Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	1:15.00
6	Silva Juan Rocha	47	Masters Almada	1:16.00

Série 7 de 13

1	SERRA Carlos Dias	55	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:12.08
2	Nunes Joao Mateus	38	Sindicato T.F.Publ	1:12.00
3	Barros Francisco Santos	38	Clube Futebol Os Belenenses	1:11.86
4	PAULO Daniel Silva	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:12.00
5	MOURA Joao Henrique	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:12.06
6	Baptista Pedro Ribeiro	35	Masters Almada	1:13.00

Série 8 de 13

1	Nobre Miguel Madruga	19	Masters Almada	1:10.00
2	Fonseca Bruno Miguel	37	Clube Nacional Natacao	1:10.00
3	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:09.39
4	ALMEIDA Andre Lousa	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:09.59
5	Madureira Pedro Santos	23	Masters Almada	1:10.00
6	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	1:10.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

---

Prova 28, Masc., 100m Livres

Série 9 de 13

1	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	1:08.68
2	Lanca Ricardo Carvoeiras	35	Clube Nacional Natacao	1:08.00
3	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	1:06.00
4	Tavares Pablo Manuel	26	Masters Almada	1:07.00
5	Silveira Rafael Rodrigo da	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:08.52
6	Feiteira Luis Dinis	44	Masters Almada	1:09.00

Série 10 de 13

1	Bernardo Diogo Silva	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:05.82
2	Santos Eurico Manuel	40	Clube Futebol Os Belenenses	1:05.54
3	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	1:05.00
4	Patrocínio Hugo Francisco	23	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:05.01
5	Quaresma Pedro Miguel	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:05.70
6	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	1:06.00

Série 11 de 13

1	ESTEVEENS Hugo Borralho	32	Sindicato T.F.Publ	1:04.00
2	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	1:03.00
3	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:02.75
4	Almeida Diogo Pedroso	33	Clube Futebol Os Belenenses	1:02.80
5	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:03.30
6	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	1:04.23

Série 12 de 13

1	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:02.46
2	SOARES Daniel Cardoso	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:01.91
3	Antunes Bruno Rocha	21	Associacao Nautica Do Seixal	59.10
4	CONDE Joaquim Silva	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:01.50
5	Fonseca Alexandre Eca	20	Masters Almada	1:02.00
6	Ruas Bruno Miguel	21	Clube Futebol Os Belenenses	1:02.70

Série 13 de 13

1	BATISTA Ricardo Calejo	17	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	59.00
2	Santos Andre Rodrigues dos	22	Masters Almada	56.00
3	PEDROSO Ricardo Jacinto	33	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	54.95
4	Faria Jorge Viegas	46	Associacao Nadadores Estoris	56.00
5	Policarpo Fabio Rodrigues	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	58.80
6	Correia Joao Ginja	23	Sindicato T.F.Publ	59.00

---

Prova 29  
20.6.10 - 16:25

Femin., 200m Mariposa

14 - 79 anos  
Startlist

---

Idade

Série 1 de 2

2	Santinha Fernanda Marques	38	Masters Almada	4:34.00
3	Santos Catia Luisa	22	Masters Almada	3:35.00
4	Ferreira Marta Martins	31	Sindicato T.F.Publ	3:50.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

---

Prova 29, Femin., 200m Mariposa

Série 2 de 2

1	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:22.84
2	Cunha Joana Isabel	30	Clube Futebol Os Belenenses	3:14.94
3	Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada	2:58.00
4	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	3:02.36
5	CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	3:21.33

---

Prova 30  
20.6.10 - 16:30

Masc., 200m Mariposa

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 3

1	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	3:45.00
2	Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	3:25.00
3	Bairrada Orlando Gomes	65	Associacao Nadadores Estoris	3:15.00
4	SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:18.00
5	Mavioso Vitor Rodrigues	54	Sindicato T.F.Publ	3:30.00
6	DELGADO Daniel Conceicao	25	Associacao Nadadores Estoris	3:45.00

Série 2 de 3

1	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	3:07.00
2	SILVA Jorge Pereira	34	Clube Nacional Natacao	2:57.47
3	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	2:48.83
4	Marques Joao Pinto	21	Masters Almada	2:50.00
5	Pereira Joao Brizado	41	Masters Almada	3:00.00
6	Oliveira Carlos Ferreira	46	Clube Portugal Telecom	3:15.00

Série 3 de 3

1	Carrilho Ricardo Caldeira	20	Associacao Nautica Do Seixal	2:38.50
2	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	2:37.27
3	Carvalho Paulo Paula	49	Individual	2:27.00
4	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	2:34.21
5	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:37.96
6	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	2:43.50

---

Prova 31  
20.6.10 - 16:45

Femin., 50m Bruços

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	3:30.47
3	Martins Maria Rosario	70	Grupo Amigos Natacao	2:00.00
4	Velez Maria Andrade	59	Individual	3:00.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 31, Femin., 50m Bruços

Série 2 de 9

2	Azinheira Maria Augusta	72	Sindicato T.F.Publ	1:25.00
3	Fonseca Maria Fedora	47	Clube Futebol Os Belenenses	1:11.93
4	Cruz Maria Parreira	55	Masters Almada	1:14.00
5	Pintao Luisa Hermenegildo	56	Associacao Nadadores Estoris	1:52.00

Série 3 de 9

1	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada	1:02.00
2	Pinto Cristina Oliveira	45	Centro C.D.E.S.J.BRITO	58.22
3	SANTOS Ana Ramos	42	Masters Almada	55.00
4	Ferreira Maria Felix	56	Sindicato T.F.Publ	55.00
5	Sa Nair Gomes	71	Associacao Nadadores Estoris	1:00.00
6	RAIMUNDO Isabel Reis	70	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:05.00

Série 4 de 9

1	SARMENTO Joana Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	54.10
2	FREIRE Helia Goncalves	31	Masters Almada	52.30
3	Moreira Carla Cardoso	27	Sindicato T.F.Publ	52.00
4	Ferreira Ana Maria	60	Associacao Nadadores Estoris	52.00
5	MENDONCA Maria Bravo	48	Masters Almada	54.00
6	CESARIO Rute Ramos	33	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	54.99

Série 5 de 9

1	Grilo Vilma Silva	25	Masters Almada	51.00
2	Carvalho Helena Paula	46	Clube Portugal Telecom	49.00
3	MATOS Marina Machado	23	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	48.15
4	Pires Carla Correia	37	Centro C.D.E.S.J.BRITO	48.61
5	Mendes Marina Saavedra	42	Masters Almada	49.00
6	PIRES Ana Nunes	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	51.95

Série 6 de 9

1	Faro Vanessa Sousa	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO	47.69
2	Maciel Joana Fernandes	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	46.00
3	Madeira Maria Joao	31	Masters Almada	45.00
4	COSTA Ana Casimiro	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	45.13
5	OLIVEIRA Mafalda Santos	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	47.24
6	Paixao Estela Coelho	33	Masters Almada	48.00

Série 7 de 9

1	Pinto Rita Campos	25	Masters Almada	45.00
2	Sanches Cristiana Bencatel	15	Associacao Nautica Do Seixal	44.44
3	Lenzi Carla Vale	43	Associacao Nadadores Estoris	44.00
4	Duarte Joana Gomes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	44.44
5	BARREIROS Fabiana Godinho	15	Associacao Nautica Do Seixal	44.45
6	RODRIGUES Sofia Catarino	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	45.00

Série 8 de 9

1	NEVES Marta Marques	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	43.94
2	Mateus Dilliana Iria	22	Associacao Nautica Do Seixal	43.50
3	BRITO Catarina Louza	17	Masters Almada	41.00
4	Rodrigues Ana Lucia	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	42.56
5	HEITOR Lucia Mendonca	15	Masters Almada	43.70
6	CASTANHEIRA Sara Alexandra	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	44.00

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 31, Femin., 50m Bruços

Série 9 de 9

1	CLEMENTE Catarina Sousa	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	40.00
2	Silva Marta Pereira	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	39.50
3	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	37.74
4	LOURENCO Claudia Pombo	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	38.89
5	Carvalho Ana Moco	19	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	39.66
6	Pinto Catarina Oliveira	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	40.38

Prova 32  
20.6.10 - 17:00

Masc., 50m Bruços

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 12

2	GONCALVES Antonio Costa	42	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:04.57
3	ESTEVEES Manuel Rodrigues	60	Masters Almada	56.00
4	Roque António Mendes	48	Centro C.D.E.S.J.BRITO	56.24
5	Vitorino Antonio Cordeiro	65	Sindicato T.F.Publ	1:24.00

Série 2 de 12

1	Almeida Hermano Botelho	54	Clube Portugal Telecom	53.21
2	Sousa Jose Pinto	63	Sindicato T.F.Publ	52.00
3	SALGUEIRO Luis Vidigal	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	49.64
4	Teixeira Joao Rodrigues	73	Grupo Amigos Natacao	50.00
5	Viegas Luis Antonio	63	Associacao Nadadores Estoris	52.00
6	Lourenco Jose Jesus	63	Clube Portugal Telecom	53.61

Série 3 de 12

1	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	48.00
2	GASPAR Alexandre Azevedo	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	47.99
3	Silva João Manuel	49	Centro C.D.E.S.J.BRITO	47.44
4	Santana Fernando Manuel	42	Clube Futebol Os Belenenses	47.51
5	BARRADAS Adriano Pilar	45	Clube Millennium Bcp	48.00
6	Nunes Paulo Mateus	42	Sindicato T.F.Publ	49.00

Série 4 de 12

1	Raminhos Francisco Caramba	48	Associacao Nadadores Estoris	46.00
2	MOREIRA Helder Santos	66	Clube Millennium Bcp	45.80
3	Madureira Pedro Santos	23	Masters Almada	45.00
4	Correia Jose Santos	51	Associacao Nadadores Estoris	45.00
5	SERRA Fernando Pereira	46	Clube Millennium Bcp	46.00
6	Melo Mario Jorge	59	Clube Futebol Os Belenenses	47.17

Série 5 de 12

1	NASCIMENTO Hugo Gonçães	30	Grupo Amigos Natacao	44.32
2	Gomes Jose Miguel	38	Clube Futebol Os Belenenses	43.34
3	Freitas Andre Cardoso	34	Associacao Nadadores Estoris	43.00
4	SERRA Carlos Dias	55	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	43.07
5	Silva Alexandre José	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO	44.00
6	Real Eduardo Corte	49	Clube Nacional Natacao	44.55

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 32, Masc., 50m Bruços

Série 6 de 12

1	Baptista Pedro Ribeiro	35	Masters Almada	43.00
2	MOURA Joao Henrique	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	42.00
3	SALGUEIRO Luis Alexandre	41	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	41.21
4	PAULO Daniel Silva	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	41.42
5	BRANCO Bruno Pinto	15	Masters Almada	43.00
6	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	43.00

Série 7 de 12

1	Quintino Manuel Vasques	42	Clube Portugal Telecom	41.00
2	Pereira Alexandre Marques	34	Clube Futebol Os Belenenses	40.16
3	NUNES Nuno Ferreira	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	40.10
4	Silveira Rafael Rodrigo da	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	40.15
5	Tavares Pablo Manuel	26	Masters Almada	40.20
6	Afonso Pedro Garcia	38	Centro C.D.E.S.J.BRITO	41.20

Série 8 de 12

1	AMORIM Renato Costa	34	Grupo Amigos Natacao	40.00
2	FERNANDES Jorge Nunes	45	Clube Millennium Bcp	40.00
3	CAMPINO Alexandre Napoles	21	Sindicato T.F.Publ	40.00
4	VENTURA Joao Magalhaes	41	Masters Almada	40.00
5	Escuna Manuel Sousa	39	Individual	40.00
6	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	40.00

Série 9 de 12

1	LEAL Orlando Jacinto	19	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	39.78
2	Lopes Rui André	22	Centro C.D.E.S.J.BRITO	39.59
3	Custodio Bruno Baiao	21	Associacao Nautica Do Seixal	39.40
4	GOMES Diogo Francisco	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	39.50
5	Esteves Goncalo Rodrigues	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	39.69
6	Nunes Joao Mateus	38	Sindicato T.F.Publ	40.00

Série 10 de 12

1	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	39.13
2	Silva Joao Rodrigues	47	Clube Millennium Bcp	38.45
3	Alves Bruno Miguel	29	Masters Almada	38.00
4	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	38.16
5	RIBEIRO Fernando Silva	44	Grupo Amigos Natacao	39.00
6	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	39.39

Série 11 de 12

1	Cardoso Manuel Evaristo	33	Masters Almada	38.00
2	CALDAS Ruben Cesario	16	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	36.99
3	Policarpo Fabio Rodrigues	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	36.50
4	SOUSA Emanuel Caridade	19	Grupo Amigos Natacao	36.50
5	ALMEIDA Andre Lousa	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	37.15
6	Martinez Eugenio Rodriguez	29	Clube Nacional Natacao	38.00

Série 12 de 12

1	Carvalho Guilherme Henriques	18	Masters Almada	36.06
2	Nobre Miguel Madruga	19	Masters Almada	36.00
3	Mateus Iuri Silva	24	Associacao Nautica Do Seixal	33.00
4	MARTINHO Luis Borges	26	Individual	34.00
5	ESGAIO Joao Boleixa	22	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	36.02
6	DUARTE Jose Pereira	45	Individual	36.45

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 33  
20.6.10 - 17:15

Femin., 100m Estilos

14 - 79 anos  
Startlist

	Idade		
<u>Série 1 de 6</u>			
2	FREIRE Helia Goncalves	31	Masters Almada 1:50.00
3	Luz Ana Vieira	32	Clube Futebol Os Belenenses 1:41.77
4	Caninas Maria Madalena	47	Masters Almada 1:47.00
5	SANTOS Ana Ramos	42	Masters Almada 1:55.00
<u>Série 2 de 6</u>			
1	Correia Margarida Santos	23	Associacao Nadadores Estoris 1:36.00
2	DIAS Tatiana Marcos	15	Masters Almada 1:31.00
3	Fialho Catarina Janeiro	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:30.52
4	NEVES Patricia Santos	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess 1:30.55
5	Gameiro Joana Araujo	32	Clube Futebol Os Belenenses 1:35.29
6	Sousa Maria Clara	42	Masters Almada 1:39.00
<u>Série 3 de 6</u>			
1	HEITOR Lucia Mendonca	15	Masters Almada 1:30.00
2	VELEZ Joana Manangao	15	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:29.00
3	CODESSO Ana Rita	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess 1:27.76
4	Sanches Cristiana Bencatel	15	Associacao Nautica Do Seixal 1:28.00
5	Passos Madalena Cruz	35	Sindicato T.F.Publ 1:30.00
6	Ferreira Marta Martins	31	Sindicato T.F.Publ 1:30.50
<u>Série 4 de 6</u>			
1	TEIXEIRA Sara Caldeira	15	Centro Soc.Cultural Bom Sucess 1:27.71
2	SANTOS Raquel Correa	15	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:25.91
3	Silva Ines Ferreira	18	Associacao Nautica Do Seixal 1:25.10
4	LOPES Ana Nunes	18	Cpcd-Centro Popular C.Desporto 1:25.30
5	LOPES Rita Vaz	15	Associacao Nautica Do Seixal 1:26.00
6	Duarte Joana Gomes	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:27.72
<u>Série 5 de 6</u>			
1	BRITO Catarina Louza	17	Masters Almada 1:25.00
2	Mateus Dilliana Iria	22	Associacao Nautica Do Seixal 1:24.50
3	Duarte Andreia Gomes	18	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:20.76
4	Santos Miriam Rodrigues dos	19	Masters Almada 1:21.00
5	Pinto Rita Campos	25	Masters Almada 1:25.00
6	Sanches Octavia Bencatel	21	Associacao Nautica Do Seixal 1:25.00
<u>Série 6 de 6</u>			
1	SARAIVA Sara Grenho	20	Masters Almada 1:19.00
2	Lobo Coelho Ana	19	Centro C.D.E.S.J.BRITO 1:14.05
3	Valente Cátia Matos	26	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:13.85
4	BARREIROS Fabiana Godinho	15	Associacao Nautica Do Seixal 1:14.00
5	COSTA Sara Fontinha	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida 1:16.47
6	Ferreira Isabel Batista	43	Clube Futebol Os Belenenses 1:20.54

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

Prova 34  
20.6.10 - 17:30

Masc., 100m Estilos

14 - 79 anos  
Startlist

Idade

Série 1 de 9

2	JESUS Carlos Vicente	51	Masters Almada	1:55.00
3	Rodrigues Antonio Miranda	71	Individual	1:46.00
4	Coelho Domingos Pinto	58	Associacao Nadadores Estoris	1:51.00
5	Passos Marcelino Lyra	63	Sindicato T.F.Publ	2:02.00

Série 2 de 9

1	Pereira Rui Caneira	54	Sindicato T.F.Publ	1:38.00
2	Goncalves Jose Santos	54	Masters Almada	1:35.00
3	REIS Paulo Neves	40	Sindicato T.F.Publ	1:32.00
4	Santinha Antonio Batista	41	Masters Almada	1:34.00
5	Correia Carlos Barata	58	Masters Almada	1:36.00
6	Rodrigues Paulo Fernando	47	Clube Futebol Os Belenenses	1:42.00

Série 3 de 9

1	Gomes Jose Miguel	38	Clube Futebol Os Belenenses	1:30.00
2	Afonso Pedro Garcia	38	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:28.97
3	VENTURA Joao Magalhaes	41	Masters Almada	1:26.00
4	Escuna Manuel Sousa	39	Individual	1:26.00
5	Freitas Andre Cardoso	34	Associacao Nadadores Estoris	1:30.00
6	Bairrada Orlando Gomes	65	Associacao Nadadores Estoris	1:30.00

Série 4 de 9

1	Quaresma Pedro Miguel	16	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:25.00
2	Santos Rui Reis	34	Associacao Nadadores Estoris	1:25.00
3	BASTO Antonio Bessone	65	Centro C.D.C.M.Oeiras E Smas	1:23.14
4	Palma Rui Manuel	56	Clube Portugal Telecom	1:24.00
5	Real Eduardo Corte	49	Clube Nacional Natacao	1:25.00
6	Silva Juan Rocha	47	Masters Almada	1:26.00

Série 5 de 9

1	Martinho Antonio Ferreira	45	Grupo Amigos Natacao	1:22.00
2	Dias Ricardo Miranda	30	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:20.00
3	Bernardo Diogo Silva	18	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:19.00
4	Santos Paulo Alexandre	36	Clube Nacional Natacao	1:19.19
5	HORTA Filipe Barbosa	46	Clube Millennium Bcp	1:20.00
6	Marques Bernardo Felipe	20	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:23.05

Série 6 de 9

1	LIMA Tiago Vieira	27	Associacao Nautica Do Seixal	1:18.20
2	Madeira Luis Cavaleiro	53	Clube Futebol Os Belenenses	1:17.99
3	Lopes Rui André	22	Centro C.D.E.S.J.BRITO	1:16.81
4	CONDE Joaquim Silva	24	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:17.50
5	BENTO Jaime Pereira	49	Associacao Nadadores Estoris	1:18.00
6	Patrocínio Hugo Francisco	23	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:18.66

CAMPEONATO NACIONAL INDIVIDUAL 2009\_2010  
LISBOA, 18. - 20.6.2010

---

Prova 34, Masc., 100m Estilos

Série 7 de 9

1	Martinez Eugenio Rodriguez	29	Clube Nacional Natacao	1:15.00
2	GONCALVES Fabio Andre	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:14.48
3	Custodio Bruno Baiao	21	Associacao Nautica Do Seixal	1:14.15
4	DIAS Rodrigo Branco	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:14.26
5	NOGUEIRA Pedro Amaral	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:14.48
6	CAMPINO Alexandre Napoles	21	Sindicato T.F.Publ	1:16.00

Série 8 de 9

1	ESTEVEENS Hugo Borrvalho	32	Sindicato T.F.Publ	1:14.00
2	VITORIO Mauro Nunes	17	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:11.09
3	SARMENTO Fernando Teixeira	20	Cpcd-Centro Popular C.Desporto	1:10.65
4	FRAQUEIRO Filipe Robalo	16	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:11.00
5	DUARTE Jose Pereira	45	Individual	1:13.62
6	Cunha Vitor Fortes	39	Clube Futebol Os Belenenses	1:14.00

Série 9 de 9

1	Correia Joao Ginja	23	Sindicato T.F.Publ	1:09.00
2	Carrilho Ricardo Caldeira	20	Associacao Nautica Do Seixal	1:07.00
3	Santos Andre Rodrigues dos	22	Masters Almada	1:02.00
4	Soares Tiago Cardoso	20	Centro Soc.Cultural Bom Sucess	1:05.00
5	Candeias Daniel Curado	20	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:08.13
6	EDUARDO Carlos Amorim	16	Centro Pop. Trab. Luz E Vida	1:10.29