

CAMPEONATO DISTRI TAL ABSOLUTOS

JUVENIS

JUNIORES

SÉNIORES

PISCINA MUNICIPAL DE TOMAR

18 E 19 NOV 23

1ª e 3ª Sessão: 09:00 horas

2ª e 4ª Sessão: 15:30 horas



Organização:



Apoio:



TOMAR
CIDADE TEMP LÁRIA

Designed by
Agarcia



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Estatistica de inscrições

Todas as provas

Clube	Código	País	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
Associacao 20Km de Almeirim	AVQA	POR	-	2	2	-	16	16	-	-	-
BUZIOS - Coruche	BUZIOS	POR	9	6	15	57	46	103	4	4	8
Clube de Natacao de Torres Novas	CNTN	POR	8	5	13	55	33	88	5	4	9
Clube de Natacao do Tejo	CNTEJO	POR	4	4	8	23	21	44	-	-	-
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	POR	6	8	14	43	48	91	5	3	8
Clube Natacao de Rio Maior	CNRM	POR	10	8	18	49	33	82	3	-	3
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	POR	6	5	11	36	21	57	4	4	8
Clube Nautico de Salvaterra de Magos	CNSM	POR	3	1	4	22	8	30	-	-	-
Sociedade Filarm�nica Gualdim Pais	SFGP	POR	7	2	9	33	15	48	5	-	5
Viver Santarem	VS	POR	5	10	15	35	67	102	4	5	9
Numero total de 10 Clubes			58	51	109	353	308	661	30	20	50

CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS — JUVENIS, JUNIORES E SENIORES

TOMAR, 18 E 19 DE NOVEMBRO DE 2023

AVQA

Delegados: : Lénia Duque
Treinadores: Filipa Jourdan/João Fernandes

BUZIOS

Delegados: Hugo Silva
Treinadores: Tiago Leão

CLAC

Delegados: Carla Sá/Andreia Ferreira
Treinadores: Luís Domingues/ João Rosa

CNAB

Delegados: Gabriela Marques
Treinadores: Paulo Serra

CNRM

Delegados: Diogo Simões
Treinadores: Rafael Melo

CNMS

Delegados: Paulo Pereira
Treinadores: Paulo Soares

CNTN

Delegados: Carla Formigo/ Jorge Trincão
Treinadores: Pascoal Mendes/ Duarte Policarpo

CNTEJO

Delegados: José Afonso
Treinadores: Nuno Afonso

SFGP

Delegados: Nuno Evaristo/José Pedro Monteiro
Treinadores: Nuno Valente

VS

Delegados: Hugo Sousa / Rui Cabral
Treinadores: Renato Rodrigues



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

1 - 1ª SESSÃO

18/11/2023 - 9:00

Prova 1 Masc., 4 x 50m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 9:00 Startlist

Juv B: 2:35.00; Juv A: 2:30.00; Juv: 2:33.00; Jun/Sen: 2:28.50

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
3	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	2:23.67	___:___.
	Miguel Ferreira Cruz, Rodrigo Alexandre Alves, Gabriel Sa Chambel, Bernardo Marques Fernandes			
4	Gualdim Pais 1	Gualdim Pais	1:55.55	___:___.
	Afonso Bernardo Evaristo, Bernardo Miguel Evaristo, Goncalo Catarino Dias, Jose Miguel Monteiro			
5	Nautico Abrantes 1	Nautico Abrantes	1:56.75	___:___.
	Vitor Sokolovskyy, Daniel Santos Carapeto, Andre Coelho Pita, Daniel Silva Bispo			
6	Torres Novas 1	Torres Novas	NT	___:___.
	Diogo Miguel Matreno, Joao Antonio Pires, Martim Silva Oliveira			

Prova 2 Femin., 4 x 50m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 9:05 Startlist

Juv B: 2:52.00; Juv A: 2:45.00; Juv: 2:49.00; Jun/Sen: 2:41.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
3	Viver Santarem 1	Viver Santarem	2:21.57	___:___.
	Margarida Miguel Mendes, Catarina Maria Fragoso, Madalena Nunes Domingos, Constanca Grincho Sousa			
4	Nautico Abrantes 2	Nautico Abrantes	2:13.44	___:___.
	Beatriz Roseiro Dias, Rute Isabel Leonardo, Eleonor Dias Alves, Ines Goncalves Fernandes			
5	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	2:20.67	___:___.
	Barbara Maia Freitas, Joana Patricia Antunes, Marta Chambel Dias, Matilde Nabeiro Monraia			



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 3 Masc., 1500m Livres Absoluto
18/11/2023 - 9:10 Startlist

Juv B: 23:05.00; Juv A: 22:49.00; Jun/Sen: 21:04.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	NT	___:___:___
4	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	19:23.30	___:___:___
5	Pedro Morgado Costa	216915	09	Rio Maior	21:10.06	___:___:___

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	19:08.18	___:___:___
2	Rafael Sousa Azevedo	204674	06	Viver Santarem	18:11.10	___:___:___
3	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	17:40.24	___:___:___
4	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	17:15.98	___:___:___
5	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	17:37.12	___:___:___
6	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	17:53.47	___:___:___
7	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	18:36.65	___:___:___

Prova 4 Femin., 800m Livres Absoluto
18/11/2023 - 9:55 Startlist

Juv B: 13:00.00; Juv A: 12:40.00; Jun/Sen: 12:15.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	11:33.07	___:___:___
4	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim - Pais	11:15.91	___:___:___
5	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	11:30.37	___:___:___

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	10:46.94	___:___:___
2	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	10:20.27	___:___:___
3	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	10:05.61	___:___:___
4	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	9:55.03	___:___:___
5	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	9:57.66	___:___:___
6	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	10:18.33	___:___:___
7	Laura Prates Moraes	208599	09	BUZIOS - Coruche	10:34.08	___:___:___
8	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	10:49.29	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 5 Masc., 50m Costas S8
18/11/2023 - 10:20 Startlist

Juv B: 37.65; Juv A: 37.00; Jun/Sen: 35.80

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
S8	2 Jose Tomas Martins	214567	09	BUZIOS - Coruche	48.25	___:___.
	3 Rafael Ramirez Picoto	218015	05	Rio Maior	42.91	___:___.
	4 Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	36.41	___:___.
	5 Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	37.70	___:___.
	6 Diogo Rodrigues Gomes	217366	09	Natacao do Tejo	47.17	___:___.
S3	7 Tiago Manuel Silva	216794	05	CLAC-Entroncamento	1:31.42	: .

Série 2 de 3

1	Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	34.59	___:___.
2	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	33.28	___:___.
3	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	32.48	___:___.
4	Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	31.88	___:___.
5	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	32.30	___:___.
6	Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS - Coruche	32.64	___:___.
7	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	33.62	___:___.
8	Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	36.24	___:___.

Série 3 de 3

1	Andre Coelho Pita	201682	06	Nautico Abrantes	30.98	___:___.
2	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	30.19	___:___.
3	Diogo Miguel Matreno	127652	03	Torres Novas	28.73	___:___.
4	Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	26.80	___:___.
5	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	28.39	___:___.
6	Vitor Sokolovskyy	132612	06	Nautico Abrantes	29.49	___:___.
7	Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	30.26	___:___.
8	Diogo Miguel Luis	210799	06	Rio Maior	31.77	___:___.

10:25 Intervalo 5 Min

Prova 6 Femin., 50m Costas Absoluto
18/11/2023 - 10:30 Startlist

Juv B: 43.90; Juv A: 41.84; Jun/Sen: 39.89

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	51.96	___:___.
4	Leonor Marques Carvalho	220238	09	Rio Maior	45.44	___:___.
5	Maria Ines Campos	219717	09	Nautico Abrantes	46.06	___:___.



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 6, Femin., 50m Costas

Série 2 de 3

1	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	42.39	___:___.
2	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	40.48	___:___.
3	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	39.19	___:___.
4	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	37.74	___:___.
5	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	38.11	___:___.
6	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	40.38	___:___.
7	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	40.94	___:___.
8	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	43.02	___:___.

Série 3 de 3

1	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	36.81	___:___.
2	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	35.79	___:___.
3	Laura Prates Moraes	208599	09	BUZIOS - Coruche	35.16	___:___.
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	31.00	___:___.
5	Constanca Grincho Sousa	132482	06	Viver Santarem	33.99	___:___.
6	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	35.22	___:___.
7	Beatriz Roseiro Dias	206862	07	Nautico Abrantes	35.82	___:___.
8	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	36.92	___:___.

Prova 7

Masc., 200m Bru os

Absoluto

18/11/2023 - 10:35

Startlist

Juv B: 3:35.00; Juv A: 3:20.00; Jun/Sen: 3:15.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
1	Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	3:43.08	___:___.
2	Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	3:31.72	___:___.
3	Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	3:18.93	___:___.
4	Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	3:07.69	___:___.
5	Miguel Tomas Amaral	210889	08	Natacao do Tejo	3:10.13	___:___.
6	Tomas Jorge Amaral	210890	08	Natacao do Tejo	3:23.36	___:___.
7	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	3:37.72	___:___.
8	Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	NT	___:___.

Série 2 de 2

1	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	2:54.65	___:___.
2	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	2:49.24	___:___.
3	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	2:39.16	___:___.
4	Bernardo Miguel Evaristo	129579	06	Gualdim Pais	2:32.10	___:___.
5	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	2:37.28	___:___.
6	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	2:42.64	___:___.
7	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	2:52.06	___:___.
8	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	3:03.63	___:___.



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 8 Femin., 200m Bru os Absoluto
18/11/2023 - 10:45 Startlist

Juv B: 3:50.00; Juv A: 3:44.00; Jun/Sen: 3:35.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Ana Patricia Oliveira	123457	03	Viver Santarem	NT	___:___:___
2	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	4:06.26	___:___:___
3	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	3:26.95	___:___:___
4	Leonor Sombreireiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	3:22.09	___:___:___
5	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	3:24.31	___:___:___
6	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	3:39.36	___:___:___
7	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	NT	___:___:___

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	3:16.38	___:___:___
2	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	3:07.21	___:___:___
3	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	3:00.99	___:___:___
4	Rute Isabel Leonardo	121391	98	Nautico Abrantes	2:53.34	___:___:___
5	Marta Chambel Dias	122856	02	CLAC-Entroncamento	2:55.50	___:___:___
6	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	3:01.16	___:___:___
7	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	3:13.36	___:___:___
8	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	3:16.89	___:___:___

Prova 9 Masc., 100m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 10:50 Startlist

Juv B: 1:28.00; Juv A: 1:25.00; Jun/Sen: 1:22.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	NT	___:___:___
4	Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	NT	___:___:___
5	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	NT	___:___:___

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Rafael Rodrigues Gomes	201025	06	Natacao do Tejo	NT	___:___:___
2	Andre Jesus Gaspar	132481	04	Gualdim Pais	NT	___:___:___
3	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	1:16.05	___:___:___
4	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	1:11.30	___:___:___
5	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	1:13.11	___:___:___
6	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	1:24.76	___:___:___
7	Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	NT	___:___:___
8	Daniel Silva Bispo	132578	06	Nautico Abrantes	NT	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 9, Masc., 100m Estilos

Série 3 de 3

1	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	1:09.15	___:___:___
2	Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	1:06.73	___:___:___
3	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	1:04.53	___:___:___
4	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	1:00.61	___:___:___
5	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	1:01.68	___:___:___
6	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	1:05.98	___:___:___
7	Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	1:08.25	___:___:___
8	Eduardo Terekhin Baptista	25744	94	BUZIOS - Coruche	1:11.22	___:___:___

Prova 10

Femin., 100m Estilos

Absoluto

18/11/2023 - 11:00

Startlist

Juv B: 1:31.50; Juv A: 1:29.00; Jun/Sen: 1:27.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
1	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	NT	___:___:___
2	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	NT	___:___:___
3	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	NT	___:___:___
4	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	1:25.55	___:___:___
5	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:27.72	___:___:___
6	Ines Goncalves Fernandes	132489	06	Nautico Abrantes	NT	___:___:___
7	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	NT	___:___:___
8	Leonor Marques Carvalho	220238	09	Rio Maior	NT	___:___:___

Série 2 de 2

1	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	1:19.90	___:___:___
2	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	1:17.26	___:___:___
3	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	1:14.04	___:___:___
4	Beatriz Goncalves Casal	127221	03	Torres Novas	1:08.65	___:___:___
5	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	1:10.49	___:___:___
6	Constanca Grincho Sousa	132482	06	Viver Santarem	1:15.37	___:___:___
7	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	1:17.66	___:___:___
8	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	1:21.08	___:___:___

11:05 Intervalo/Entrega de medalhas



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 11 Masc., 4 x 200m Livres Absoluto
18/11/2023 - 11:15 Startlist

Juv B: 11:00.00; Juv A: 10:30.00; Juv: 10:43.00; Jun/Sen: 10:15.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
2	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	10:13.13	___:___:___
Miguel Ferreira Cruz, Gabriel Sa Chambel, Rodrigo Alexandre Alves, Bernardo Marques Fernandes				
3	Rio Maior 1	Rio Maior	8:56.70	___:___:___
Stefan Iordan Chele, Francisco Guilherme Freixeiro, Leonardo Gomes Silva, Jose Maria Temudo				
4	Viver Santarem 2	Viver Santarem	8:14.05	___:___:___
Guilherme Pereira Coutinho, Rodolfo Charrua Gago, Jose Pinto Cabral, Rafael Sousa Azevedo				
5	Gualdim Pais 1	Gualdim Pais	8:21.81	___:___:___
Afonso Bernardo Evaristo, Bernardo Miguel Evaristo, Goncalo Catarino Dias, Jose Miguel Monteiro				
6	BUZIOS - Coruche 1	BUZIOS - Coruche	9:02.53	___:___:___
Joao Pedro Monteiro, Joao Francisco Gaspar, Tomas Alexandre Santos, Lorenzo Muniz Silva				
7	Torres Novas 1	Torres Novas	NT	___:___:___
Simao Pedro Oliveira, Bernardo Pereira Simoes, Goncalo Faria Saldida				

Prova 12 Femin., 4 x 200m Livres Absoluto
18/11/2023 - 11:25 Startlist

Juv B: 12:06.00; Juv A: 12:00.00; Juv: 11:43.00; Jun/Sen: 11:45.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
4	BUZIOS - Coruche 1	BUZIOS - Coruche	10:00.47	___:___:___
Mariana Mauricio Coelho, Leonor Margarida Mateus, Laura Prates Moraes, Leonor Sombreiro Martins				
5	Viver Santarem 3	Viver Santarem	NT	___:___:___
Rafaela Canano Silva, Madalena Maria Midoes, Marta Filipa Bucha, Ana Patricia Oliveira				

11:35 Entrega Medalhas



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

2 - 2^a SESSÃO

18/11/2023 - 15:30

Prova 13 Masc., 400m Livres Absoluto
18/11/2023 - 15:30 Startlist

Juv B: 5:36.00; Juv A: 5:26.00; Jun/Sen: 5:20.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	6:09.33	___:___:___
2	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	5:46.27	___:___:___
3	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	4:55.98	___:___:___
4	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	4:44.99	___:___:___
5	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	4:45.13	___:___:___
6	Pedro Morgado Costa	216915	09	Rio Maior	5:24.47	___:___:___
7	Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	5:51.67	___:___:___
8	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	NT	___:___:___

Série 2 de 2

1	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	4:29.15	___:___:___
2	Rafael Sousa Azevedo	204674	06	Viver Santarem	4:23.73	___:___:___
3	Jose Maria Temudo	206962	06	Rio Maior	4:17.18	___:___:___
4	Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	4:12.16	___:___:___
5	Rafael Rodrigues Gomes	201025	06	Natacao do Tejo	4:16.57	___:___:___
6	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	4:22.65	___:___:___
7	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	4:27.79	___:___:___
8	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	4:35.09	___:___:___

Prova 14 Femin., 400m Livres Absoluto
18/11/2023 - 15:45 Startlist

Juv B: 6:19.00; Juv A: 6:07.00; Jun/Sen: 5:42.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	6:01.40	___:___:___
2	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	5:30.20	___:___:___
3	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	5:20.04	___:___:___
4	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	5:14.48	___:___:___
5	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	5:15.61	___:___:___
6	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	5:26.75	___:___:___
7	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	5:40.20	___:___:___
8	Ana Patricia Oliveira	123457	03	Viver Santarem	NT	___:___:___

Série 2 de 2

1	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	5:00.72	___:___:___
2	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	4:57.86	___:___:___
3	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	4:49.56	___:___:___
4	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	4:44.66	___:___:___
5	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	4:46.48	___:___:___
6	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	4:50.63	___:___:___
7	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	5:00.50	___:___:___
8	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	5:01.34	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 15 Masc., 100m Mariposa Absoluto
18/11/2023 - 15:55 Startlist

Juv B: 1:35.00; Juv A: 1:27.00; Jun/Sen: 1:19.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	1:32.93	___:___:___
4	Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS - Coruche	1:22.66	___:___:___
5	Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	1:27.65	___:___:___

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Pedro Morgado Costa	216915	09	Rio Maior	1:16.91	___:___:___
2	Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	1:12.43	___:___:___
3	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	1:04.94	___:___:___
4	Andre Coelho Pita	201682	06	Nautico Abrantes	1:03.90	___:___:___
5	Jose Miguel Monteiro	129576	04	Gualdim Pais	1:04.68	___:___:___
6	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	1:05.67	___:___:___
7	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	1:16.38	___:___:___

<u>Série 3 de 3</u>						
1	Vitor Sokolovskyy	132612	06	Nautico Abrantes	1:02.76	___:___:___
2	Goncalo Catarino Dias	112101	00	Gualdim Pais	1:02.10	___:___:___
3	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	1:01.67	___:___:___
4	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	57.18	___:___:___
5	Jose Maria Temudo	206962	06	Rio Maior	1:00.84	___:___:___
6	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	1:01.70	___:___:___
7	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	1:02.25	___:___:___
8	Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	1:03.70	___:___:___

Prova 16 Femin., 100m Mariposa Absoluto
18/11/2023 - 16:05 Startlist

Juv B: 1:48.00; Juv A: 1:36.00; Jun/Sen: 1:30.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	1:30.37	___:___:___
4	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	1:25.91	___:___:___
5	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:27.09	___:___:___
6	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	1:39.07	___:___:___

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	1:25.05	___:___:___
2	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	1:19.23	___:___:___
3	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	1:10.31	___:___:___
4	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	1:08.53	___:___:___
5	Marta Filipa Nunes	203167	07	Viver Santarem	1:09.60	___:___:___
6	Madalena Nunes Domingos	210455	07	Viver Santarem	1:15.31	___:___:___
7	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	1:21.25	___:___:___
8	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	1:25.40	___:___:___

16:10 Intervalo 5 minutos



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 17

Masc., 100m Costas

S8

18/11/2023 - 16:15

Startlist

Juv B: 1:26.00; Juv A: 1:21.00; Jun/Sen: 1:19.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 4</u>						
S3	3 Tiago Manuel Silva	216794	05	CLAC-Entroncamento	3:07.54	:_:_.
	4 Jose Tomas Martins	214567	09	BUZIOS - Coruche	1:40.90	:_:_.
	5 Diogo Rodrigues Gomes	217366	09	Natacao do Tejo	1:42.74	:_:_.
<u>Série 2 de 4</u>						
	1 Tomas Jorge Amaral	210890	08	Natacao do Tejo	1:34.03	:_:_.
	2 Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	1:26.72	:_:_.
	3 Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	1:20.20	:_:_.
	4 Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	1:13.31	:_:_.
	5 Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	1:15.57	:_:_.
	6 Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS - Coruche	1:21.52	:_:_.
	7 Miguel Tomas Amaral	210889	08	Natacao do Tejo	1:29.17	:_:_.
S8	8 Rafael Ramirez Picoto	218015	05	Rio Maior	1:36.64	:_:_.
<u>Série 3 de 4</u>						
	1 Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	1:11.70	:_:_.
	2 Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	1:09.72	:_:_.
	3 Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	1:09.25	:_:_.
	4 Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	1:07.51	:_:_.
	5 Diogo Miguel Balsa	101098	95	BUZIOS - Coruche	1:07.68	:_:_.
	6 Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	1:09.60	:_:_.
	7 Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	1:11.20	:_:_.
	8 Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	1:12.28	:_:_.
<u>Série 4 de 4</u>						
	1 Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	1:05.97	:_:_.
	2 Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	1:05.72	:_:_.
	3 Bernardo Miguel Evaristo	129579	06	Gualdim Pais	1:03.47	:_:_.
	4 Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	59.38	:_:_.
	5 Diogo Miguel Matreno	127652	03	Torres Novas	1:01.57	:_:_.
	6 Vitor Sokolovskyy	132612	06	Nautico Abrantes	1:03.72	:_:_.
	7 Rafael Rodrigues Gomes	201025	06	Natacao do Tejo	1:05.75	:_:_.
	8 Diogo Miguel Luis	210799	06	Rio Maior	1:07.47	:_:_.



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 18 Femin., 100m Costas Absoluto
18/11/2023 - 16:25 Startlist

Juv B: 1:34.00; Juv A: 1:32.00; Jun/Sen: 1:28.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	1:46.28	___:___.
4	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	1:28.00	___:___.
5	Maria Ines Campos	219717	09	Nautico Abrantes	1:37.95	___:___.

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:26.75	___:___.
2	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	1:24.34	___:___.
3	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	1:23.23	___:___.
4	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	1:21.14	___:___.
5	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	1:22.51	___:___.
6	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	1:24.19	___:___.
7	Debora Sofia Santos	214605	10	Rio Maior	1:25.94	___:___.

<u>Série 3 de 3</u>						
1	Beatriz Roseiro Dias	206862	07	Nautico Abrantes	1:18.74	___:___.
2	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	1:17.15	___:___.
3	Constanca Grincho Sousa	132482	06	Viver Santarem	1:14.83	___:___.
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	1:05.91	___:___.
5	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	1:14.44	___:___.
6	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS - Coruche	1:15.32	___:___.
7	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	1:18.49	___:___.
8	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	1:20.84	___:___.

Prova 19 Masc., 200m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 16:30 Startlist

Juv B: 3:10.00; Juv A: 3:04.00; Jun/Sen: 3:00.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	3:10.50	___:___.
4	Eduardo Terekhin Baptista	25744	94	BUZIOS - Coruche	2:40.55	___:___.
5	Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	2:42.81	___:___.

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	2:32.68	___:___.
2	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	2:29.71	___:___.
3	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	2:24.76	___:___.
4	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	2:14.17	___:___.
5	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	2:23.36	___:___.
6	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	2:28.09	___:___.
7	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	2:30.34	___:___.



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 20 Femin., 200m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 16:40 Startlist

Juv B: 3:17.00; Juv A: 3:12.00; Jun/Sen: 3:10.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
2	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	3:08.98	___:___:___
3	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	3:04.82	___:___:___
4	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	2:57.18	___:___:___
5	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	3:00.78	___:___:___
6	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	3:08.76	___:___:___
7	Ana Patricia Oliveira	123457	03	Viver Santarem	NT	___:___:___

Série 2 de 2

1	Laura Prates Morais	208599	09	BUZIOS - Coruche	2:49.47	___:___:___
2	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	2:46.23	___:___:___
3	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	2:38.22	___:___:___
4	Beatriz Goncalves Casal	127221	03	Torres Novas	2:28.31	___:___:___
5	Marta Filipa Nunes	203167	07	Viver Santarem	2:33.77	___:___:___
6	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	2:44.46	___:___:___
7	Constanca Grincho Sousa	132482	06	Viver Santarem	2:46.96	___:___:___
8	Madalena Nunes Domingos	210455	07	Viver Santarem	2:50.99	___:___:___

Prova 21 Masc., 50m Bru os Absoluto
18/11/2023 - 16:45 Startlist

Juv B: 43.00; Juv A: 42.00; Jun/Sen: 41.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	45.97	___:___:___
4	Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	43.89	___:___:___
5	Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	44.50	___:___:___
6	Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	51.02	___:___:___

Série 2 de 3

1	Miguel Tomas Amaral	210889	08	Natacao do Tejo	40.31	___:___:___
2	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	38.72	___:___:___
3	Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	38.12	___:___:___
4	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	36.85	___:___:___
5	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	37.34	___:___:___
6	Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	38.20	___:___:___
7	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	38.97	___:___:___
8	Tomas Jorge Amaral	210890	08	Natacao do Tejo	43.34	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 21, Masc., 50m Bru os

Série 3 de 3

1	Daniel Silva Bispo	132578	06	Nautico Abrantes	35.96	___:___:___
2	Goncalo Catarino Dias	112101	00	Gualdim Pais	33.59	___:___:___
3	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	32.99	___:___:___
4	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	31.24	___:___:___
5	Bernardo Miguel Evaristo	129579	06	Gualdim Pais	31.71	___:___:___
6	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	33.47	___:___:___
7	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	35.14	___:___:___
8	Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	36.76	___:___:___

Prova 22

Femin., 50m Bru os

Absoluto

18/11/2023 - 16:50

Startlist

Juv B: 48.00; Juv A: 47.00; Jun/Sen: 46.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
1	Leonor Marques Carvalho	220238	09	Rio Maior	NT	___:___:___
2	Maria Ines Campos	219717	09	Nautico Abrantes	48.95	___:___:___
3	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	43.64	___:___:___
4	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	41.15	___:___:___
5	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	43.20	___:___:___
6	Debora Sofia Santos	214605	10	Rio Maior	45.16	___:___:___
7	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	54.57	___:___:___

Série 2 de 2

1	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	39.49	___:___:___
2	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	38.92	___:___:___
3	Beatriz Goncalves Casal	127221	03	Torres Novas	35.81	___:___:___
4	Rute Isabel Leonardo	121391	98	Nautico Abrantes	35.10	___:___:___
5	Carolina Silverio Carpinteiro	119481	02	Natacao do Tejo	35.28	___:___:___
6	Laura Calheiros Frazao	206443	07	Rio Maior	38.43	___:___:___
7	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	39.28	___:___:___
8	Beatriz Roseiro Dias	206862	07	Nautico Abrantes	40.92	___:___:___

16:55 Intervalo 10 Min



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 23 Masc., 4 x 100m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 17:05 Startlist
Juv B: 5:42.00; Juv A: 5:36.00; Juv: 5:39.00; Jun/Sen: 5:30.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
1		Torres Novas	NT	___:___:___
Diogo Miguel Matreno, Joao Antonio Pires				
2		BUZIOS - Coruche	4:51.87	___:___:___
Diogo Miguel Balsa, Artur Rafael Saramago, Joao Pedro Monteiro, Tomas Alexandre Santos				
3		Nautico Abrantes	4:17.09	___:___:___
Vitor Sokolovsky, Daniel Santos Carapeto, Andre Coelho Pita, Daniel Silva Bispo				
4		Viver Santarem	4:07.88	___:___:___
Guilherme Pereira Coutinho, Jose Pinto Cabral, Rodolfo Charrua Gago, Rafael Sousa Azevedo				
5		Gualdim Pais	4:11.97	___:___:___
Afonso Bernardo Evaristo, Bernardo Miguel Evaristo, Goncalo Catarino Dias, Jose Miguel Monteiro				
6		Rio Maior	4:39.65	___:___:___
Martim Marques Gomes, Stefan Iordan Chele, Leonardo Gomes Silva, Jose Maria Temudo				
7		CLAC-Entroncamento	5:16.96	___:___:___
Miguel Ferreira Cruz, Rodrigo Alexandre Alves, Gabriel Sa Chambel, Bernardo Marques Fernandes				

Prova 24 Femin., 4 x 100m Estilos Absoluto
18/11/2023 - 17:10 Startlist
Juv B: 6:35.00; Juv A: 5:52.00; Juv: 6:39.00; Jun/Sen: 5:48.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
3		BUZIOS - Coruche	5:00.13	___:___:___
Laura Prates Moraes, Leonor Sombreiro Martins, Catarina Isabel Galvao, Mariana Mauricio Coelho				
4		CLAC-Entroncamento	4:12.27	___:___:___
Daniela Santos Carrilho, Joana Patricia Antunes, Marta Chambel Dias, Matilde Nabeiro Monraia				
5		Viver Santarem	4:46.38	___:___:___
Constanca Grincho Sousa, Catarina Maria Fragoso, Marta Filipa Bucha, Marta Filipa Nunes				
6		Nautico Abrantes	5:02.62	___:___:___
Beatriz Roseiro Dias, Rute Isabel Leonardo, Eleonor Dias Alves, Ines Goncalves Fernandes				

17:20 Entrega Medalhas



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

3 - 3^a SESSÃO

19/11/2023 - 9:00

Prova 25 Femin., 1500m Livres Absoluto
19/11/2023 - 9:00 Startlist

Juv B: 24:25.00; Juv A: 23:49.00; Jun/Sen: 23:17.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
2	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	21:13.26	___:___:___
3	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	19:45.11	___:___:___
4	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	18:54.28	___:___:___
5	Leonor Sombreireiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	19:17.49	___:___:___
6	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	21:00.56	___:___:___
7	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	NT	___:___:___

Prova 26 Masc., 800m Livres Absoluto
19/11/2023 - 9:20 Startlist

Juv B: 11:19.00; Juv A: 10:57.00; Jun/Sen: 10:33.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	NT	___:___:___
2	Hugo Miguel Silva	206966	77	BUZIOS - Coruche	11:11.38	___:___:___
3	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	10:18.59	___:___:___
4	Francisco Guilherme Freixieiro	208642	08	Rio Maior	9:50.67	___:___:___
5	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	10:12.06	___:___:___
6	Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	11:06.69	___:___:___
7	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	12:03.28	___:___:___

<u>Série 2 de 2</u>						
1	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	9:17.30	___:___:___
2	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	9:16.16	___:___:___
3	Jose Maria Temudo	206962	06	Rio Maior	8:53.19	___:___:___
4	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	8:37.68	___:___:___
5	Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	8:44.56	___:___:___
6	Bernardo Miguel Evaristo	129579	06	Gualdim Pais	9:08.06	___:___:___
7	Rafael Sousa Azevedo	204674	06	Viver Santarem	9:16.78	___:___:___
8	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	9:20.59	___:___:___

9:45 Intervalo 5 Min



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 27 Femin., 50m Mariposa Absoluto
19/11/2023 - 9:50 Startlist

Juv B: 44.00; Juv A: 42.00; Jun/Sen: 40.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	NT	___:___:___
4	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	43.16	___:___:___
5	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	46.22	___:___:___
6	Leonor Marques Carvalho	220238	09	Rio Maior	NT	___:___:___

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	38.21	___:___:___
2	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	37.76	___:___:___
3	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	36.08	___:___:___
4	Madalena Nunes Domingos	210455	07	Viver Santarem	34.41	___:___:___
5	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	34.80	___:___:___
6	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	36.69	___:___:___
7	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	38.15	___:___:___
8	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	40.68	___:___:___

<u>Série 3 de 3</u>						
1	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	33.90	___:___:___
2	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	32.03	___:___:___
3	Marta Filipa Nunes	203167	07	Viver Santarem	30.88	___:___:___
4	Carolina Silverio Carpinteiro	119481	02	Natacao do Tejo	30.05	___:___:___
5	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	30.49	___:___:___
6	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	31.67	___:___:___
7	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	33.42	___:___:___
8	Marta Chambel Dias	122856	02	CLAC-Entroncamento	33.93	___:___:___

Prova 28 Masc., 50m Mariposa S8
19/11/2023 - 9:55 Startlist

Juv B: 39.00; Juv A: 37.00; Jun/Sen: 35.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
S8	1 Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	45.55	___:___:___
	2 Rafael Ramirez Picoto	218015	05	Rio Maior	42.17	___:___:___
	3 Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	36.24	___:___:___
	4 Pedro Miguel Caseiro	212454	87	Gualdim Pais	34.00	___:___:___
	5 Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS - Coruche	35.93	___:___:___
	6 Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	39.22	___:___:___
	7 Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	44.93	___:___:___
	8 Jose Tomas Martins	214567	09	BUZIOS - Coruche	53.40	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 28, Masc., 50m Mariposa

Série 2 de 3

1	Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	33.63	___:___:___
2	Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	32.12	___:___:___
3	Daniel Silva Bispo	132578	06	Nautico Abrantes	30.66	___:___:___
4	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	29.56	___:___:___
5	Andre Coelho Pita	201682	06	Nautico Abrantes	29.57	___:___:___
6	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	31.25	___:___:___
7	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	33.17	___:___:___
8	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	33.83	___:___:___

Série 3 de 3

1	Vitor Sokolovskyy	132612	06	Nautico Abrantes	29.10	___:___:___
2	Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	28.53	___:___:___
3	Diogo Miguel Luis	210799	06	Rio Maior	28.43	___:___:___
4	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	26.26	___:___:___
5	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	27.72	___:___:___
6	Jose Miguel Monteiro	129576	04	Gualdim Pais	28.47	___:___:___
7	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	28.73	___:___:___
8	Eduardo Terekhin Baptista	25744	94	BUZIOS - Coruche	29.27	___:___:___

Prova 29

Femin., 200m Costas

Absoluto

19/11/2023 - 10:00

Startlist

Juv B: 3:21.00; Juv A: 3:15.00; Jun/Sen: 3:02.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	NT	___:___:___
4	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	2:59.34	___:___:___
5	Carolina Cupertino Marchante	205812	09	CLAC-Entroncamento	3:05.70	___:___:___

Série 2 de 2

1	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	2:52.98	___:___:___
2	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	2:49.35	___:___:___
3	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	2:43.80	___:___:___
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	2:25.33	___:___:___
5	Laura Prates Moraes	208599	09	BUZIOS - Coruche	2:43.44	___:___:___
6	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	2:47.24	___:___:___
7	Beatriz Roseiro Dias	206862	07	Nautico Abrantes	2:49.67	___:___:___
8	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	2:59.02	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 30 Masc., 200m Costas Absoluto
19/11/2023 - 10:10 Startlist

Juv B: 3:09.00; Juv A: 3:02.00; Jun/Sen: 3:00.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
1	Diogo Miguel Balsa	101098	95	BUZIOS - Coruche	NT	___:___:___
2	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	2:53.40	___:___:___
3	Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	2:41.10	___:___:___
4	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	2:35.52	___:___:___
5	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	2:37.53	___:___:___
6	Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	2:49.00	___:___:___
7	Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	3:15.06	___:___:___

Série 2 de 2

1	Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	2:28.83	___:___:___
2	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	2:20.07	___:___:___
3	Vitor Sokolovskyy	132612	06	Nautico Abrantes	2:17.68	___:___:___
4	Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	2:12.36	___:___:___
5	Diogo Miguel Matreno	127652	03	Torres Novas	2:15.53	___:___:___
6	Bernardo Miguel Evaristo	129579	06	Gualdim Pais	2:18.50	___:___:___
7	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	2:25.39	___:___:___
8	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	2:29.20	___:___:___

Prova 31 Femin., 100m Livres Absoluto
19/11/2023 - 10:15 Startlist

Juv B: 1:21.00; Juv A: 1:19.00; Jun/Sen: 1:14.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 4</u>						
1	Ana Patricia Oliveira	123457	03	Viver Santarem	NT	___:___:___
2	Leonor Marques Carvalho	220238	09	Rio Maior	1:21.92	___:___:___
3	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	1:17.54	___:___:___
4	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	1:16.73	___:___:___
5	Carolina Cupertino Marchante	205812	09	CLAC-Entroncamento	1:17.09	___:___:___
6	Debora Sofia Santos	214605	10	Rio Maior	1:18.25	___:___:___
7	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	1:28.30	___:___:___

Série 2 de 4

1	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	1:16.28	___:___:___
2	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	1:15.61	___:___:___
3	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	1:11.78	___:___:___
4	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	1:10.78	___:___:___
5	Madalena Nunes Domingos	210455	07	Viver Santarem	1:11.22	___:___:___
6	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	1:11.82	___:___:___
7	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	1:15.81	___:___:___
8	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	1:16.66	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 31, Femin., 100m Livres

Série 3 de 4

1	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	1:09.99	___:___:___
2	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	1:07.97	___:___:___
3	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	1:07.38	___:___:___
4	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	1:07.03	___:___:___
5	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	1:07.35	___:___:___
6	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	1:07.84	___:___:___
7	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	1:09.62	___:___:___
8	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	1:10.05	___:___:___

Série 4 de 4

1	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	1:06.28	___:___:___
2	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	1:04.92	___:___:___
3	Carolina Marques Neves	121422	01	Torres Novas	1:02.79	___:___:___
4	Beatriz Goncalves Casal	127221	03	Torres Novas	1:01.00	___:___:___
5	Marta Filipa Nunes	203167	07	Viver Santarem	1:01.22	___:___:___
6	Ines Goncalves Fernandes	132489	06	Nautico Abrantes	1:03.59	___:___:___
7	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	1:05.75	___:___:___
8	Laura Prates Moraes	208599	09	BUZIOS - Coruche	1:06.99	___:___:___

Prova 32

Masc., 100m Livres

S8

19/11/2023 - 10:25

Startlist

Juv B: 1:15.00; Juv A: 1:11.00; Jun/Sen: 1:09.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 6						
S3	3 Tiago Manuel Silva	216794	05	CLAC-Entroncamento	2:38.87	___:___:___
	4 Jose Tomas Martins	214567	09	BUZIOS - Coruche	1:27.59	___:___:___
	5 Gabriel Antunes Ramos	220234	09	Rio Maior	1:51.19	___:___:___

Série 2 de 6

S8	1 Rafael Ramirez Picoto	218015	05	Rio Maior	1:20.64	___:___:___
	2 Miguel Tomas Amaral	210889	08	Natacao do Tejo	1:16.67	___:___:___
	3 Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	1:15.81	___:___:___
	4 Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	1:08.33	___:___:___
	5 Diogo Rodrigues Gomes	217366	09	Natacao do Tejo	1:12.05	___:___:___
	6 Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	1:16.26	___:___:___
	7 Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	1:17.66	___:___:___
	8 Tomas Jorge Amaral	210890	08	Natacao do Tejo	1:23.60	___:___:___

Série 3 de 6

	1 Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	1:05.92	___:___:___
	2 Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	1:05.21	___:___:___
	3 Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	1:05.04	___:___:___
S8	4 Ruben Daniel Linhares	131737	97	Rio Maior	1:04.49	___:___:___
	5 Francisco Guilherme Freixeiro	208642	08	Rio Maior	1:04.53	___:___:___
	6 Hugo Miguel Silva	206966	77	BUZIOS - Coruche	1:05.15	___:___:___
	7 Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS - Coruche	1:05.23	___:___:___
	8 Pedro Morgado Costa	216915	09	Rio Maior	1:06.16	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 32, Masc., 100m Livres

Série 4 de 6

1	Pedro Miguel Caseiro	212454	87	Gualdim Pais	1:03.79	___:___.
2	Eduardo Terekhin Baptista	25744	94	BUZIOS - Coruche	1:02.29	___:___.
3	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	1:00.06	___:___.
4	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	59.50	___:___.
5	Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	59.95	___:___.
6	Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	1:01.94	___:___.
7	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	1:03.73	___:___.
8	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	1:04.19	___:___.

Série 5 de 6

1	Diogo Miguel Balsa	101098	95	BUZIOS - Coruche	59.04	___:___.
2	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	58.91	___:___.
3	Jose Maria Temudo	206962	06	Rio Maior	57.05	___:___.
4	Diogo Miguel Luis	210799	06	Rio Maior	56.67	___:___.
5	Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	56.94	___:___.
6	Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	58.06	___:___.
7	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	58.97	___:___.
8	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	59.34	___:___.

Série 6 de 6

1	Rafael Sousa Azevedo	204674	06	Viver Santarem	56.47	___:___.
2	Jose Miguel Monteiro	129576	04	Gualdim Pais	55.43	___:___.
3	Rafael Rodrigues Gomes	201025	06	Natacao do Tejo	54.59	___:___.
4	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	51.94	___:___.
5	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	54.24	___:___.
6	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	55.09	___:___.
7	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	56.19	___:___.
8	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	56.51	___:___.

10:40 Entrega Medalhas

Prova 33

Femin., 4 x 100m Livres

Absoluto

19/11/2023 - 10:50

Startlist

Juv B: 5:50.00; Juv A: 5:36.00; Juv: 5:53.00; Jun/Sen: 5:20.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
3	Nautico Abrantes 5	Nautico Abrantes	4:33.82	___:___.
Rute Isabel Leonardo, Eleonor Dias Alves, Beatriz Roseiro Dias, Ines Goncalves Fernandes				
4	Torres Novas 1	Torres Novas	4:16.37	___:___.
Maria Leonor Lopes, Beatriz Goncalves Casal, Carolina Marques Neves				
5	Viver Santarem 6	Viver Santarem	4:22.34	___:___.
Marta Filipa Nunes, Madalena Maria Midoes, Marta Filipa Bucha, Catarina Maria Fragoso				
6	BUZIOS - Coruche 1	BUZIOS - Coruche	4:34.57	___:___.
Laura Prates Morais, Leonor Margarida Mateus, Leonor Sombreiro Martins, Mariana Mauricio Coelho				



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 34 Masc., 4 x 100m Livres Absoluto
19/11/2023 - 10:55 Startlist
Juv B: 5:10.00; Juv A: 4:43.00; Juv: 4:53.00; Jun/Sen: 4:43.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1				
1		Torres Novas	NT	___:___:___
Diogo Miguel Matreno, Joao Antonio Pires				
2		Rio Maior	4:02.98	___:___:___
Leonardo Gomes Silva, Francisco Guilherme Freixieiro, Jose Maria Temudo, Stefan Iordan Chele				
3		Nautico Abrantes	3:52.65	___:___:___
Daniel Santos Carapeto, Andre Coelho Pita, Vitor Sokolovskyy, Daniel Silva Bispo				
4		Viver Santarem	3:44.46	___:___:___
Guilherme Pereira Coutinho, Joao Miguel Pinto, Jose Pinto Cabral, Rafael Sousa Azevedo				
5		Gualdim Pais	3:48.90	___:___:___
Afonso Bernardo Evaristo, Bernardo Miguel Evaristo, Goncalo Catarino Dias, Jose Miguel Monteiro				
6		BUZIOS - Coruche	3:54.63	___:___:___
Diogo Miguel Balsa, Joao Pedro Monteiro, Tomas Alexandre Santos, Artur Rafael Saramago				
7		CLAC-Entroncamento	4:41.01	___:___:___
Miguel Ferreira Cruz, Gabriel Sa Chambel, Bernardo Marques Fernandes, Rodrigo Duque Dias				

11:00 Entrega Medalhas

4 - 4  SESSÃO 19/11/2023 - 15:30

Prova 35 Masc., 400m Estilos Absoluto
19/11/2023 - 15:30 Startlist
Juv B: 6:48.00; Juv A: 6:35.00; Jun/Sen: 6:30.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1						
1	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	NT	___:___:___
2	Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	5:30.95	___:___:___
3	Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	5:21.29	___:___:___
4	Jose Maria Temudo	206962	06	Rio Maior	4:59.89	___:___:___
5	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	5:03.79	___:___:___
6	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	5:26.55	___:___:___
7	Eduardo Terekhin Baptista	25744	94	BUZIOS - Coruche	NT	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 36 Femin., 400m Estilos Absoluto
19/11/2023 - 15:35 Startlist

Juv B: 7:00.00; Juv A: 6:45.00; Jun/Sen: 6:35.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
2	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	6:19.74	_:_.
3	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	6:11.06	_:_.
4	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	5:37.13	_:_.
5	Margarida Miguel Mendes	205367	06	Viver Santarem	5:51.89	_:_.
6	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	6:18.19	: .

Prova 37 Masc., 100m Bru os Absoluto
19/11/2023 - 15:45 Startlist

Juv B: 1:38.00; Juv A: 1:35.00; Jun/Sen: 1:32.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
2	Gabriel Antunes Ramos	220234	09	Rio Maior	1:54.03	_:._.
3	Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	1:37.39	_:._.
4	Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	1:35.49	_:._.
5	Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	1:37.14	_:._.
6	Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	1:40.79	: .

Série 2 de 3

1	Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	1:30.19	_:_.
2	Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	1:26.60	_:_.
3	Hugo Miguel Silva	206966	77	BUZIOS - Coruche	1:23.65	_:_.
4	Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	1:20.36	_:_.
5	Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	1:22.97	_:_.
6	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	1:25.53	_:_.
7	Miguel Tomas Amaral	210889	08	Natacao do Tejo	1:27.23	_:_.
8	Tomas Jorge Amaral	210890	08	Natacao do Tejo	1:35.40	_:_.

Série 3 de 3

1	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	1:19.99	_:_.
2	Goncalo Faria Saldida	116645	99	Torres Novas	1:18.21	_:_.
3	Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	1:12.62	_:_.
4	Bernardo Miguel Evaristo	129579	06	Gualdim Pais	1:08.49	_:_.
5	Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	1:10.15	_:_.
6	Martim Marques Gomes	206866	07	Rio Maior	1:17.97	_:_.
7	Dinis Maria Garcia	205671	09	Nautico Abrantes	1:19.86	_:_.
8	Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	1:20.06	_:_.



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 38 Femin., 100m Bru os Absoluto
19/11/2023 - 15:50 Startlist

Juv B: 1:51.00; Juv A: 1:46.00; Jun/Sen: 1:44.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
2	Ana Patricia Oliveira	123457	03	Viver Santarem	NT	___:___:___
3	Maria Ines Campos	219717	09	Nautico Abrantes	1:44.30	___:___:___
4	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	1:41.21	___:___:___
5	Carolina Cupertino Marchante	205812	09	CLAC-Entroncamento	1:43.05	___:___:___
6	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	1:55.40	___:___:___

<u>Série 2 de 3</u>						
1	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	1:36.88	___:___:___
2	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	1:31.92	___:___:___
3	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	1:30.20	___:___:___
4	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	1:25.43	___:___:___
5	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	1:27.21	___:___:___
6	Beatriz Roseiro Dias	206862	07	Nautico Abrantes	1:31.61	___:___:___
7	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	1:33.63	___:___:___
8	Debora Sofia Santos	214605	10	Rio Maior	1:38.05	___:___:___

<u>Série 3 de 3</u>						
1	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	1:23.00	___:___:___
2	Marta Filipa Nunes	203167	07	Viver Santarem	1:20.89	___:___:___
3	Rute Isabel Leonardo	121391	98	Nautico Abrantes	1:17.50	___:___:___
4	Carolina Silverio Carpinteiro	119481	02	Natacao do Tejo	1:16.75	___:___:___
5	Beatriz Goncalves Casal	127221	03	Torres Novas	1:17.27	___:___:___
6	Marta Chambel Dias	122856	02	CLAC-Entroncamento	1:20.19	___:___:___
7	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	1:22.83	___:___:___
8	Laura Calheiros Frazao	206443	07	Rio Maior	1:24.93	___:___:___

Prova 39 Masc., 200m Livres S8
19/11/2023 - 16:00 Startlist

Juv B: 2:40.00; Juv A: 2:35.00; Jun/Sen: 2:31.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
2	Diogo Miguel Balsa	101098	95	BUZIOS - Coruche	NT	___:___:___
3	Jose Tomas Martins	214567	09	BUZIOS - Coruche	3:31.64	___:___:___
4	Rodrigo Duque Dias	210537	09	CLAC-Entroncamento	2:55.58	___:___:___
S8	5 Rafael Ramirez Picoto	218015	05	Rio Maior	3:00.08	___:___:___
S3	6 Tiago Manuel Silva	216794	05	CLAC-Entroncamento	5:43.22	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 39, Masc., 200m Livres

Série 2 de 3

1	Pedro Morgado Costa	216915	09	Rio Maior	2:37.82	___:___:___
2	Hugo Miguel Silva	206966	77	BUZIOS - Coruche	2:25.38	___:___:___
3	Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	2:15.00	___:___:___
4	Tomas Alexandre Santos	200575	07	BUZIOS - Coruche	2:10.02	___:___:___
5	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	2:10.16	___:___:___
6	Simao Pedro Oliveira	205483	07	Torres Novas	2:17.63	___:___:___
7	Bernardo Marques Fernandes	208587	07	CLAC-Entroncamento	2:26.23	___:___:___
8	Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	2:47.10	___:___:___

Série 3 de 3

1	Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	2:08.78	___:___:___
2	Rafael Sousa Azevedo	204674	06	Viver Santarem	2:04.53	___:___:___
3	Rafael Rodrigues Gomes	201025	06	Natacao do Tejo	1:59.69	___:___:___
4	Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	1:55.81	___:___:___
5	Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	1:58.87	___:___:___
6	Afonso Formigo Pinho	129956	06	Torres Novas	2:04.17	___:___:___
7	Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	2:06.28	___:___:___
8	Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	2:09.63	___:___:___

Prova 40

Femin., 200m Livres

Absoluto

19/11/2023 - 16:15

Startlist

Juv B: 3:04.50; Juv A: 3:01.00; Jun/Sen: 2:52.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 3</u>						
3	Carolina Cupertino Marchante	205812	09	CLAC-Entroncamento	2:54.02	___:___:___
4	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	2:49.76	___:___:___
5	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	2:52.68	___:___:___

Série 2 de 3

1	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	2:42.86	___:___:___
2	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	2:36.76	___:___:___
3	Maria Leonor Lopes	210579	10	Torres Novas	2:33.13	___:___:___
4	Laura Prates Moraes	208599	09	BUZIOS - Coruche	2:29.84	___:___:___
5	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	2:30.84	___:___:___
6	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	2:36.43	___:___:___
7	Daniela Santos Carrilho	205402	08	CLAC-Entroncamento	2:36.87	___:___:___
8	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	2:46.11	___:___:___

Série 3 de 3

1	Leonor Sombreiro Martins	211313	10	BUZIOS - Coruche	2:25.81	___:___:___
2	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	2:23.97	___:___:___
3	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	2:21.86	___:___:___
4	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	2:14.64	___:___:___
5	Laura Brites Costa	211108	09	Rio Maior	2:21.20	___:___:___
6	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	2:22.16	___:___:___
7	Carolina Marques Neves	121422	01	Torres Novas	2:25.29	___:___:___
8	Mariana Mauricio Coelho	200356	07	BUZIOS - Coruche	2:27.22	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

16:25 Intervalo 5 Min

Prova 41

Masc., 50m Livres

S8

19/11/2023 - 16:30

Startlist

Juv B: 34.00; Juv A: 32.00; Jun/Sen: 31.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 5</u>						
S3	2 Tiago Manuel Silva	216794	05	CLAC-Entroncamento	1:14.82	___:___:___
	3 Tomas Jorge Amaral	210890	08	Natacao do Tejo	37.56	___:___:___
	4 Alexandre Miguel Adriano	212349	09	Nautico Salvaterra Magos	36.50	___:___:___
S8	5 Rafael Ramirez Picoto	218015	05	Rio Maior	37.13	___:___:___
	6 Gabriel Antunes Ramos	220234	09	Rio Maior	43.69	___:___:___
	7 Diogo Miguel Balsa	101098	95	BUZIOS - Coruche	NT	___:___:___
<u>Série 2 de 5</u>						
	1 Martim Silva Oliveira	202588	08	Torres Novas	34.91	___:___:___
	2 Miguel Tomas Amaral	210889	08	Natacao do Tejo	33.47	___:___:___
	3 Luis Suissas Rato	217843	09	Nautico Salvaterra Magos	31.59	___:___:___
	4 Francisco Guilherme Freixeiro	208642	08	Rio Maior	30.59	___:___:___
	5 Miguel Silva Lima	217363	09	Nautico Abrantes	31.06	___:___:___
	6 Diogo Rodrigues Gomes	217366	09	Natacao do Tejo	33.00	___:___:___
	7 Gabriel Sa Chambel	205814	09	CLAC-Entroncamento	34.14	___:___:___
	8 Dinis Rodrigues Inacio	209519	09	Nautico Salvaterra Magos	36.13	___:___:___
<u>Série 3 de 5</u>						
S8	1 Ruben Daniel Linhares	131737	97	Rio Maior	29.84	___:___:___
	2 Pedro Miguel Caseiro	212454	87	Gualdim Pais	29.03	___:___:___
	3 Miguel Ferreira Cruz	200213	08	CLAC-Entroncamento	28.39	___:___:___
	4 Rodrigo Alexandre Alves	201152	06	CLAC-Entroncamento	27.90	___:___:___
	5 Leonardo Gomes Silva	210802	08	Rio Maior	28.10	___:___:___
	6 Stefan Iordan Chele	210899	09	Rio Maior	28.79	___:___:___
	7 Simao Rocha Silva	205842	07	Gualdim Pais	29.04	___:___:___
	8 Joao Francisco Gaspar	208596	08	BUZIOS - Coruche	29.97	___:___:___
<u>Série 4 de 5</u>						
	1 Eduardo Terekhin Baptista	25744	94	BUZIOS - Coruche	27.28	___:___:___
	2 Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	27.15	___:___:___
	3 Vitor Sokolovskyy	132612	06	Nautico Abrantes	27.00	___:___:___
	4 Daniel Santos Carapeto	200562	07	Nautico Abrantes	26.40	___:___:___
	5 Rafael Sousa Azevedo	204674	06	Viver Santarem	26.50	___:___:___
	6 Bernardo Pereira Simoes	203168	07	Torres Novas	27.05	___:___:___
	7 Joao Miguel Pinto	202372	07	Viver Santarem	27.21	___:___:___
	8 Afonso Bernardo Evaristo	201220	08	Gualdim Pais	27.45	___:___:___
<u>Série 5 de 5</u>						
	1 Diogo Miguel Luis	210799	06	Rio Maior	25.87	___:___:___
	2 Rafael Rodrigues Gomes	201025	06	Natacao do Tejo	25.62	___:___:___
	3 Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	25.56	___:___:___
	4 Joao Antonio Pires	201027	05	Torres Novas	23.90	___:___:___
	5 Guilherme Pereira Coutinho	130516	03	Viver Santarem	24.58	___:___:___
	6 Jose Miguel Monteiro	129576	04	Gualdim Pais	25.59	___:___:___
	7 Artur Rafael Saramago	111949	97	BUZIOS - Coruche	25.65	___:___:___
	8 Daniel Silva Bispo	132578	06	Nautico Abrantes	26.16	___:___:___



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 42 Femin., 50m Livres Absoluto
19/11/2023 - 16:40 Startlist

Juv B: 38.00; Juv A: 37.00; Jun/Sen: 35.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 4</u>						
3	Ana Patricia Oliveira	123457	03	Viver Santarem	NT	___:___:___
4	Angela Maria Pereira	205844	10	Nautico Salvaterra Magos	37.48	___:___:___
5	Raquel Fernandes Samouco	216944	10	Natacao do Tejo	42.33	___:___:___

<u>Série 2 de 4</u>						
1	Carlota Pereira Sousa	208637	08	Viver Santarem	36.21	___:___:___
2	Teresa Isabel Reis	211031	08	Rio Maior	34.65	___:___:___
3	Matilde Nabeiro Monraia	206511	06	CLAC-Entroncamento	33.26	___:___:___
4	Rafaela Canano Silva	129929	04	Viver Santarem	32.07	___:___:___
5	Leonor Margarida Mateus	215999	09	BUZIOS - Coruche	33.12	___:___:___
6	Debora Sofia Santos	214605	10	Rio Maior	34.44	___:___:___
7	Leonor Matilde Oliveira	211296	10	20Km de Almeirim	35.90	___:___:___

<u>Série 3 de 4</u>						
1	Diana Goncalves Oliveira	200564	07	20Km de Almeirim	31.67	___:___:___
2	Laura Calheiros Frazao	206443	07	Rio Maior	31.52	___:___:___
3	Laura Prates Moraes	208599	09	BUZIOS - Coruche	31.19	___:___:___
4	Catarina Maria Fragoso	213087	07	Viver Santarem	30.97	___:___:___
5	Joana Patricia Antunes	133117	06	CLAC-Entroncamento	31.19	___:___:___
6	Madalena Maria Midoes	200565	07	Viver Santarem	31.40	___:___:___
7	Joana Pereira Santos	206442	09	Rio Maior	31.58	___:___:___
8	Lara Paixao Silva	210801	10	Rio Maior	32.00	___:___:___

<u>Série 4 de 4</u>						
1	Maria Madalena Monteiro	202887	08	Gualdim Pais	30.84	___:___:___
2	Rute Isabel Leonardo	121391	98	Nautico Abrantes	29.20	___:___:___
3	Marta Filipa Nunes	203167	07	Viver Santarem	28.34	___:___:___
4	Beatriz Goncalves Casal	127221	03	Torres Novas	27.66	___:___:___
5	Rafaela Ferreira Mendes	200571	08	Torres Novas	28.32	___:___:___
6	Ines Goncalves Fernandes	132489	06	Nautico Abrantes	28.86	___:___:___
7	Carolina Marques Neves	121422	01	Torres Novas	30.32	___:___:___
8	Alice Batista Agostinho	201151	08	Rio Maior	30.96	___:___:___

Prova 43 Masc., 200m Mariposa Absoluto
19/11/2023 - 16:45 Startlist

Juv B: 3:15.00; Juv A: 3:10.00; Jun/Sen: 2:58.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição
-------	------	------	-----	-------	--------------



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 43, Masc., 200m Mariposa

Série 1 de 1

1	Lorenzo Muniz Silva	206968	06	BUZIOS - Coruche	2:38.21	___:___.
2	Joao Pedro Monteiro	203021	08	BUZIOS - Coruche	2:24.84	___:___.
3	Jose Maria Temudo	206962	06	Rio Maior	2:23.87	___:___.
4	Jose Pinto Cabral	130623	05	Viver Santarem	2:06.53	___:___.
5	Rodolfo Charrua Gago	206444	08	Viver Santarem	2:21.99	___:___.
6	Andre Coelho Pita	201682	06	Nautico Abrantes	2:23.92	___:___.
7	Tiago Miguel Trincao	133374	06	Torres Novas	2:27.71	___:___.

Prova 44

Femin., 200m Mariposa

Absoluto

19/11/2023 - 16:50

Startlist

Juv B: 3:42.00; Juv A: 3:35.00; Jun/Sen: 3:25.00

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1						
1	Flor Fortunata Ferreira	211295	10	Gualdim Pais	3:33.66	___:___.
2	Carolina Santos Carrilho	205403	08	CLAC-Entroncamento	3:10.35	___:___.
3	Barbara Maia Freitas	147081	06	CLAC-Entroncamento	3:09.25	___:___.
4	Marta Filipa Bucha	132484	06	Viver Santarem	2:27.82	___:___.
5	Madalena Nunes Domingos	210455	07	Viver Santarem	2:50.70	___:___.
6	Eleonor Dias Alves	200107	06	Nautico Abrantes	3:10.12	___:___.
7	Catarina Isabel Galvao	212593	09	BUZIOS - Coruche	3:15.61	___:___.
8	Maria Carmo Rodrigues	211311	10	BUZIOS - Coruche	NT	___:___.

16:55 Entrega de Medalhas 10Min

Prova 45

Masc., 4 x 50m Livres

Absoluto

19/11/2023 - 17:05

Startlist

Juv B: 2:16.00; Juv A: 2:08.00; Juv: 2:12.00; Jun/Sen: 2:04.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1				
2	BUZIOS - Coruche 1	BUZIOS - Coruche	NT	___:___.
Diogo Miguel Balsa, Eduardo Terekhin Baptista, Tomas Alexandre Santos, Artur Rafael Saramago				
3	Gualdim Pais 1	Gualdim Pais	1:47.42	___:___.
Afonso Bernardo Evaristo, Bernardo Miguel Evaristo, Goncalo Catarino Dias, Jose Miguel Monteiro				
4	Viver Santarem 8	Viver Santarem	1:43.31	___:___.
Guilherme Pereira Coutinho, Rodolfo Charrua Gago, Jose Pinto Cabral, Rafael Sousa Azevedo				
5	Nautico Abrantes 7	Nautico Abrantes	1:46.42	___:___.
Daniel Santos Carapeto, Andre Coelho Pita, Vitor Sokolovskyy, Daniel Silva Bispo				
6	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	2:09.96	___:___.
Miguel Ferreira Cruz, Rodrigo Alexandre Alves, Bernardo Marques Fernandes, Gabriel Sa Chambel				
7	Torres Novas 1	Torres Novas	NT	___:___.
Joao Antonio Pires, Goncalo Faria Saldida				



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Prova 46 Femin., 4 x 50m Livres Absoluto
19/11/2023 - 17:10 Startlist

Juv B: 2:36.00; Juv A: 2:28.00; Juv: 2:33.00; Jun/Sen: 2:24.00

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
2	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	2:09.28	___:___:___
Joana Patricia Antunes, Matilde Nabeiro Monraia, Daniela Santos Carrilho, Marta Chambel Dias				
3	Nautico Abrantes 8	Nautico Abrantes	2:04.19	___:___:___
Beatriz Roseiro Dias, Rute Isabel Leonardo, Eleonor Dias Alves, Ines Goncalves Fernandes				
4	Torres Novas 1	Torres Novas	1:54.62	___:___:___
Beatriz Goncalves Casal, Rafaela Ferreira Mendes, Carolina Marques Neves				
5	Viver Santarem 9	Viver Santarem	2:03.72	___:___:___
Marta Filipa Nunes, Madalena Maria Midoes, Marta Filipa Bucha, Rafaela Canano Silva				
6	BUZIOS - Coruche 1	BUZIOS - Coruche	2:08.95	___:___:___
Laura Prates Morais, Leonor Margarida Mateus, Leonor Sombreiro Martins, Mariana Mauricio Coelho				

17:15 Entrega de medalhas

CAMPEONATO DISTRITAL DE ABSOLUTOS - JUVENIS, JUNIORES E SÉNIORES(PC)**1 – LOCAL**Piscina Municipal **TOMAR****2 – DATA****18 e 19 de novembro 2023****3 – HORÁRIO –****AQUECIMENTO: 7h45/14h00**

INÍCIO DA COMPETIÇÃO	MANHÃ	TARDE
18 DE NOVEMBRO	9h00	15h30
19 DE NOVEMBRO	9h00	15h30

4 – PARTICIPAÇÃO

- ✓ Categorias: ABSOLUTOS. **Considera-se categoria de ABS os nadadores juvenis, juniores e seniores**
- ✓ Cada clube apenas poderá apresentar uma equipa de estafetas por prova/género/em **Absolutos**.
- ✓ A participação de cada nadador está limitada a um máximo de duas provas (2) individuais e uma (1) coletiva, por sessão.

5 – INSCRIÇÕES

- As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 do dia **07/11/2023**.
- Depois desta data não serão permitidas quaisquer alterações à lista inicial de inscrições.
- Só serão permitidas desistência de provas sem direito a substituição.

6 – CLASSIFICAÇÕES

- Haverá uma classificação individual por prova/género.

7 – PRÉMIOS

- Serão atribuídas medalhas aos três primeiros classificados por prova/género e categoria de juvenis, juniores e seniores. No caso das estafetas as medalhas são atribuídas a ABSOLUTOS conforme inscrição e classificação. Este campeonato tem mínimos a cumprir, conforme tabela em anexo. **Qualquer nadador que não cumpra os mínimos exigidos para qualquer uma das provas na sua categoria não pode obter pódio.**

8- PROGRAMA DE PROVAS

18 de novembro de 2023							19 de novembro de 2023								
Sessão 1	N.	Prova	Gen	Sessão 2	N.	Prova	Gen	Sessão 3	N.	Prova	Gen	Sessão 4	N.	Prova	Gen
	1	4x50 E	Mas		13	400 L	Mas		25	1500 L	Fem		35	400 E	Mas
	2	4x50 E	Fem		14	400 L	Fem		26	800 L	Mas		36	400 E	Fem
	3	1500 L	Mas		15	100 M	Mas		Intervalo 5'				37	100 B	Mas
	4	800 L	Fem		16	100 M	Fem		27	50 M	Fem		38	100 B	Fem
	Intervalo 5'				Intervalo 5'				28	50 M	Mas		39	200 L	Mas
	5	50 C	Mas		17	100 C	Mas		29	200 C	Fem		40	200 L	Fem
	6	50 C	Fem		18	100 C	Fem		30	200 C	Mas		Intervalo 5'		
	7	200 B	Mas		19	200 E	Mas		31	100 L	Fem		41	50 L	Mas
	8	200 B	Fem		20	200 E	Fem		32	100 L	Mas		42	50 L	Fem
	9	100 E	Mas		21	50 B	Mas		Entrega de Medalhas				43	200 M	Mas
	10	100 E	Fem		22	50 B	Fem		33	4x100 L	Fem		44	200 M	Fem
	Intervalo 10' / Medalhas				Intervalo 10'				34	4x100 L	Mas		Intervalo 10' / Medalhas		
	11	4x200 L	Mas		23	4x100 E	Mas		Entrega de Medalhas				45	4x50 L	Mas
	12	4x200 L	Fem		24	4x100 E	Fem						46	4x50 L	Fem
Entrega de Medalhas			Entrega de Medalhas						Entrega de Medalhas						

Notas complementares:

- Campeonatos com tempos mínimos a cumprir;
- Nadadores que não cumprirem os mínimos de acesso (tabela em anexo) não têm direito a pódio.
- As equipas de estafetas são absolutas (JUV, JUN, SEN puras ou misturadas) e cada clube apenas pode apresentar uma equipa de estafetas.



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Horário da Sessão N . 1 - 1  SESSÃO

18/11/2023 - 9:00

Aquecimento: 7:30 até 8:50

Reunião de Delegados: 8:15

Reunião de Arbitragem: 8:30

9:00	1.	4 x 50m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	4
9:05	2.	4 x 50m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	4
9:10	3.	1500m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:45	2 S�ries	10
9:55	4.	800m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:25	2 S�ries	11
10:20	5.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	S110	0:05	3 S�ries	22
10:25	Intervalo 5 Min					0:05		
10:30	6.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	3 S�ries	19
10:35	7.	200m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	2 S�ries	16
10:45	8.	200m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 S�ries	15
10:50	9.	100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	3 Séries	19
11:00	10.	100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	16
11:05	Intervalo/Entrega de medalhas					0:10		
11:15	11.	4 x 200m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	1 Série	6
11:25	12.	4 x 200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	1 Série	2
11:35	Entrega Medalhas					0:15		
11:50	Final da sessão					Duração total	2:50	

Horário da Sessão N . 2 - 2  SESSÃO

18/11/2023 - 15:30

Aquecimento: 14:00 até 15:20

Reunião de Delegados: 14:45

Reunião de Arbitragem: 15:00

15:30	13.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:15	2 Séries	16
15:45	14.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	2 Séries	16
15:55	15.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	3 Séries	18
16:05	16.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	12
16:10	Intervalo 5 minutos					0:05		
16:15	17.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	S110	0:10	4 S�ries	27
16:25	18.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	3 S�ries	18
16:30	19.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:10	2 S�ries	10
16:40	20.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 S�ries	14
16:45	21.	50m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	3 S�ries	20
16:50	22.	50m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	2 S�ries	15
16:55	Intervalo 10 Min					0:10		
17:05	23.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7
17:10	24.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	1 Série	5
17:20	Entrega Medalhas					0:15		
17:35	Final da sessão					Dura��o total	2:05	

Hor rio da Sessão N . 3 - 3  SESSÃO

19/11/2023 - 9:00

Aquecimento: 7:30 até 8:50

Reuni o de Delegados: 8:15

Reuni o de Arbitragem: 8:30

9:00	25.	1500m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:20	1 Série	6
9:20	26.	800m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:25	2 Séries	15
9:45	Intervalo 5 Min					0:05		
9:50	27.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	3 Séries	21
9:55	28.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	S110	0:05	3 Séries	24
10:00	29.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	2 Séries	11
10:10	30.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	2 Séries	15
10:15	31.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	4 Séries	32
10:25	32.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	S110	0:15	6 Séries	43
10:40	Entrega Medalhas					0:10		
10:50	33.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	4
10:55	34.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7
11:00	Entrega Medalhas					0:15		
11:15	Final da sessão					Duração total	2:15	



Campeonato Distrital de JUV, JUN, SEN)
Tomar, 19 e 20 de Novembro de 2022

Horário da Sessão N . 4 - 4  SESSÃO

19/11/2023 - 15:30

Aquecimento: 14:00 até 15:20

Reuni o de Delegados: 14:45

Reuni o de Arbitragem: 15:00

15:30	35.	400m Estilos	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7
15:35	36.	400m Estilos	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	1 Série	5
15:45	37.	100m Bru�os	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	3 S�ries	21
15:50	38.	100m Bru�os	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	3 S�ries	21
16:00	39.	200m Livres	Masc.	Tempo Final	S110	0:15	3 Séries	21
16:15	40.	200m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:10	3 Séries	20
16:25	Intervalo 5 Min					0:05		
16:30	41.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	S110	0:10	5 Séries	38
16:40	42.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	4 Séries	27
16:45	43.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	7
16:50	44.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	8
16:55	Entrega de Medalhas 10Min					0:10		
17:05	45.	4 x 50m Livres	Masc.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	6
17:10	46.	4 x 50m Livres	Femin.	Tempo Final	Abs	0:05	1 Série	5
17:15	Entrega de medalhas					0:15		
17:30	Final da sessão				Duração total	2:00		