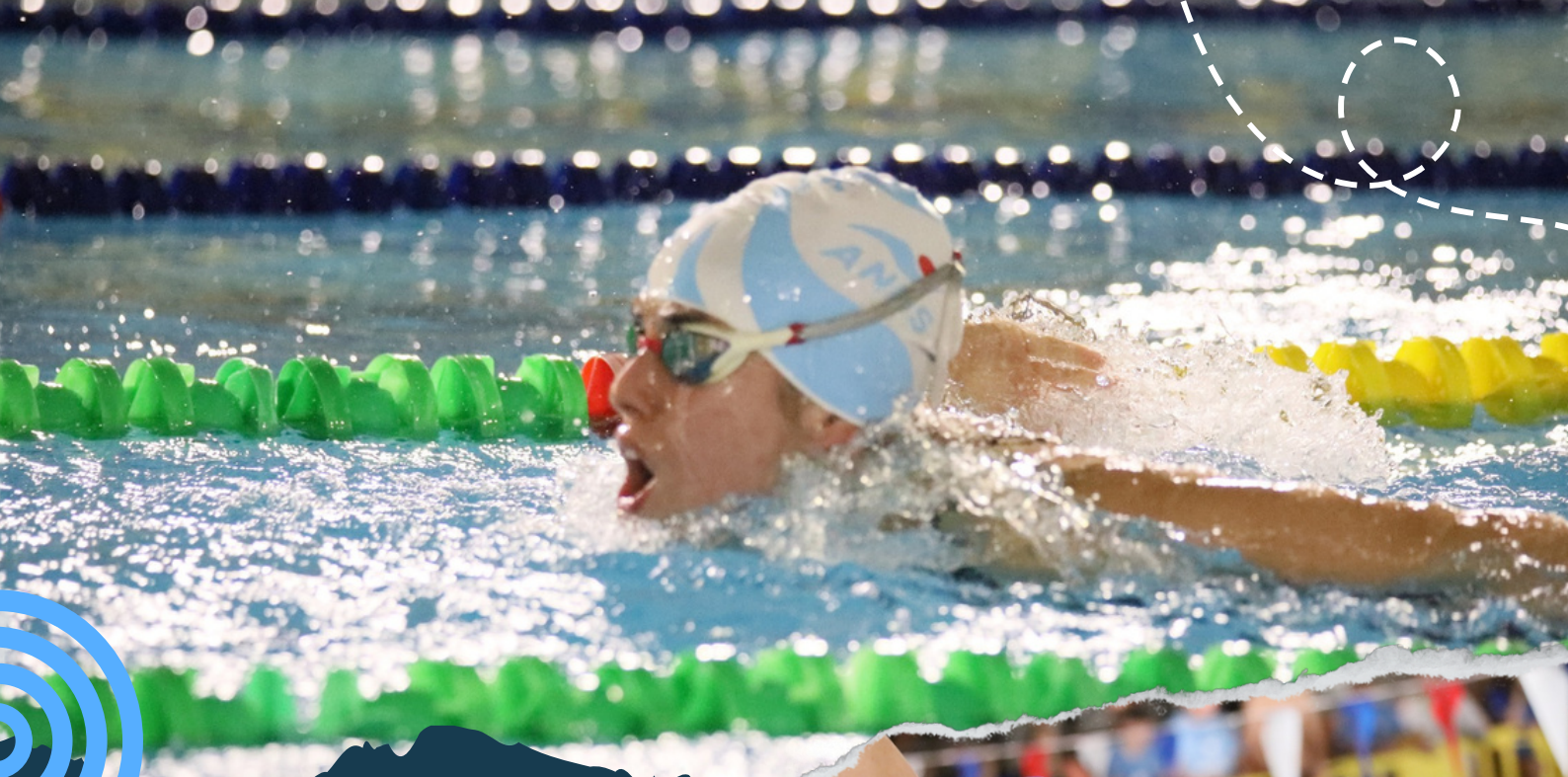




CAMPEONATO INTER REGIONAL DE CLUBES



25 FEV 2024

1ª SESSÃO: 09:30

2ª SESSÃO: 15:00

PISCINA MUNICIPAL DE
SANTARÉM

Organização:



Apoio:





CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Estatística de inscrições

Todas as provas

Clube	Código	Região	Atletas			Individuais			Estafetas		
			Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total	Masc.	Femin.	Total
BUZIOS-Coruche	BUZIOS	ANDS	6	6	12	13	13	26	2	2	4
Clube de Futebol de Estremoz	CFE	ANALEN	5	4	9	12	12	24	2	2	4
Clube de Natacao de Portalegre	CNP	ANIC	4	4	8	12	12	24	2	2	4
Clube de Natacao do Fundao	CNFU	ANIC	5	6	11	13	13	26	2	2	4
Clube Elvense de Natacao	CEN	ANIC	5	7	12	13	13	26	2	2	4
Clube Lazer Aventura e Competicao	CLAC	ANDS	6	7	13	13	13	26	2	2	4
Clube Nautico de Abrantes	CNAB	ANDS	9	-	9	13	-	13	2	-	2
Electrico Futebol Clube	EFC	ANIC	5	6	11	15	12	27	2	2	4
Grupo Desp. Rec. Trab. CM de Mora	GDRTCMM	ANALEN	5	3	8	13	9	22	2	-	2
Penta Clube da Covilha	PCC	ANIC	6	3	9	13	9	22	2	-	2
Viver Santarem	VS	ANDS	7	8	15	13	13	26	2	2	4
Numero total de 11 Clubes			63	54	117	143	119	262	22	16	38

CAMPEONATO INTER REGIONAL DE CLUBES

SANTARÉM, 25 DE FEVEREIRO DE 2024

BUZIOS

Delegados: Hugo Silva
Treinadores: Tiago Leão

CEN

Delegados: José Caldes
Treinadores: Ana Lopes da Silva

CFE

Delegados: Rui Lopes
Treinadores: Tiago Santos

CLAC

Delegados: Andreia Ferreira / Carla Chambel
Treinadores: Luís Domingues

CNAB

Delegados: Gabriela Marques
Treinadores: Paulo Serra

CNP

Delegados: Nuno Figueiredo
Treinadores: Susana Barbas

CNFU

Delegados:
Treinadores:

EFC

Delegados: José Mesquita
Treinadores: Diogo Marzia

GDRTCMM

Delegados: Paula Marques
Treinadores:

PCC

Delegados: António Teixeira
Treinadores: Vitor Granuzzo

VS

Delegados: Hugo Sousa/ Rui Cabral
Treinadores: Renato Rodrigues



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 1
25/02/2024 - 9:30

Masc., 50m Bruços

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Miguel Barreiros, BIAIO	219315	10	Portalegre	48.25	___:___.
4	Maksim, PUDOV	219561	08	Estremoz / Estremozcarnes	42.38	___:___.
5	Tiago Maria, COSTA	200259	08	Elvense	44.08	___:___.

Série 2 de 2

1	Rodrigo Alexandre, ALVES	201152	06	CLAC-Entroncamento	36.32	___:___.
2	Jose Pinto, CABRAL	130623	05	Viver Santarem	33.53	___:___.
3	Bernardo Miguel, AREDE	216770	03	Penta da Covilha	32.96	___:___.
4	Andre Prates, LOPES	129422	05	Electrico Clube/ FGil.pt	30.99	___:___.
5	Artur Rafael, SARAMAGO	111949	97	BUZIOS-Coruche	32.15	___:___.
6	Daniel Santos, CARAPETO	200562	07	Nautico Abrantes	33.47	___:___.
7	Afonso Carvalheira, RAFAEL	131989	06	Natacao do Fundao/GIRASSOL	33.81	___:___.
8	Afonso Oliveira, MARQUES	203126	06	Desportivo de Mora	40.24	___:___.

Prova 2
25/02/2024 - 9:35

Femin., 400m Livres

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Simone Lopes, FERNANDES	221861	06	Portalegre	NT	___:___.
4	Alice Raquel, DIAS	211596	11	Desportivo de Mora	6:19.91	___:___.
5	Rita Isabel, OLIVEIRA	216105	10	Estremoz / Estremozcarnes	6:25.50	___:___.

Série 2 de 2

1	Maria Beatriz, MESTRE	210855	12	Electrico Clube/ FGil.pt	6:15.42	___:___.
2	Carolina Santos, CARRILHO	205403	08	CLAC-Entroncamento	5:30.38	___:___.
3	Rita Lobo, PIRES	205497	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	5:02.89	___:___.
4	Leonor Sombreireiro, MARTINS	211313	10	BUZIOS-Coruche	4:46.13	___:___.
5	Madalena Maria, MIDOES	200565	07	Viver Santarem	4:54.10	___:___.
6	Ines Maria, ESCARDUCA	202744	08	Elvense	5:05.77	___:___.
7	Maria Ines, TEIXEIRA	212630	09	Penta da Covilha	5:47.03	___:___.

Prova 3
25/02/2024 - 9:50

Masc., 100m Mariposa

ABS MASC
Startlist

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



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 3, Masc., 100m Mariposa

Série 1 de 2

3	Manuel Rainho, BARBAS	146020	10	Portalegre	1:37.93	___:___.
4	Miguel Ferreira, CRUZ	200213	08	CLAC-Entroncamento	1:06.69	___:___.
5	Nuno Filipe, SARAMAGO	146918	06	Estremoz / Estremozcarnes	1:06.89	___:___.

Série 2 de 2

1	Romulo Artur, SILVA	205494	08	Electrico Clube/ FGil.pt	1:05.53	___:___.
2	Diogo Belchior, MUNHAO	202743	08	Elvense	1:04.39	___:___.
3	Joao Pedro, MONTEIRO	203021	08	BUZIOS-Coruche	1:03.11	___:___.
4	Rodolfo Charrua, GAGO	206444	08	Viver Santarem	1:01.40	___:___.
5	Antonio Maria, FERREIRA	128468	00	Penta da Covilha	1:02.56	___:___.
6	Andre Coelho, PITA	201682	06	Nautico Abrantes	1:03.90	___:___.
7	Guilherme Oliveira, MARQUES	203134	08	Desportivo de Mora	1:05.03	___:___.
8	Bernardo Querido, CARONHO	209622	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:05.86	___:___.

Prova 4
25/02/2024 - 9:55

Femin., 200m Mariposa

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1						
1	Margarida Amaral, MESQUITA	210852	12	Electrico Clube/ FGil.pt	4:16.21	___:___.
2	Barbara Maia, FREITAS	147081	06	CLAC-Entroncamento	3:05.24	___:___.
3	Eduarda Galvao, RAPOSO	209623	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:45.54	___:___.
4	Marta Filipa, BUCHA	132484	06	Viver Santarem	2:27.82	___:___.
5	Ana Sofia, CALDES	132416	06	Elvense	2:35.05	___:___.
6	Carolina Fonseca, DIEGUES	203656	06	Penta da Covilha	3:04.21	___:___.
7	Catarina Isabel, GALVAO	212593	09	BUZIOS-Coruche	3:09.38	___:___.

Prova 5
25/02/2024 - 10:00

Masc., 50m Costas

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
3	Manuel Rainho, BARBAS	146020	10	Portalegre	41.84	___:___.
4	Guilherme Serrano, FROIS	146891	08	Estremoz / Estremozcarnes	39.45	___:___.
5	Joao Martim, PICARRA	207667	10	Elvense	39.87	___:___.
Série 2 de 2						
1	Francisco Manuel, CADETE	214193	10	Nautico Abrantes	36.28	___:___.
2	Lorenzo Muniz, SILVA	206968	06	BUZIOS-Coruche	35.36	___:___.
3	Diogo Martins, SOARES	132159	08	Electrico Clube/ FGil.pt	31.89	___:___.
4	Guilherme Pereira, COUTINHO	130516	03	Viver Santarem	26.80	___:___.
5	Miguel Salgueiro, VITORINO	205520	08	Desportivo de Mora	30.32	___:___.
6	Jose Miguel, PAIS	208376	10	Natacao do Fundao/GIRASSOL	34.90	___:___.
7	Gabriel Sa, CHAMBEL	205814	09	CLAC-Entroncamento	35.77	___:___.
8	Jose Eduardo, TEIXEIRA	217984	00	Penta da Covilha	37.96	___:___.



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 6
25/02/2024 - 10:05

Femin., 100m Bruços

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
1	Maria Francisca, CONSTANTINO	210851	11	Electrico Clube/ FGil.pt	1:38.63	_:_.
2	Gabriela Conceicao, PINTO	208372	08	Elvense	1:30.23	_:_.
3	Catarina Maria, FRAGOSO	213087	07	Viver Santarem	1:22.83	_:_.
4	Rita Lobo, PIRES	205497	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:19.50	_:_.
5	Marta Chambel, DIAS	122856	02	CLAC-Entroncamento	1:20.07	_:_.
6	Carolina Sofia, FONSECA	146842	07	Estremoz / Estremozcarnes	1:23.05	_:_.
7	Sofia Barroca, PEREIRA	212103	11	BUZIOS-Coruche	1:33.53	_:_.
8	Ana Carolina, JANEIRO	218746	12	Portalegre	1:56.45	_:_.

Prova 7
25/02/2024 - 10:10

Masc., 200m Bruços

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Jose Pinto, CABRAL	130623	05	Viver Santarem	NT	_:_.
4	Manuel Rainho, BARBAS	146020	10	Portalegre	3:32.61	_:_.
5	Duarte Rafael, LOPES	208301	10	Electrico Clube/ FGil.pt	3:32.63	_:_.
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Maksim, PUDOV	219561	08	Estremoz / Estremozcarnes	3:20.69	_:_.
2	Rodrigo Alexandre, ALVES	201152	06	CLAC-Entroncamento	2:57.50	_:_.
3	Guilherme Bernardo, MARTINHO	209625	10	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:43.14	_:_.
4	Dinis Maria, GARCIA	205671	09	Nautico Abrantes	2:38.21	_:_.
5	Bernardo Miguel, AREDE	216770	03	Penta da Covilha	2:43.12	_:_.
6	Joao Pedro, MONTEIRO	203021	08	BUZIOS-Coruche	2:46.97	_:_.
7	Manuel Maria, SANGUINHO	209031	09	Elvense	3:14.28	_:_.
8	Dinis Alexandre, CAEIRO	208187	09	Desportivo de Mora	3:25.45	_:_.

10:20 INTERVALO 10 MINUTOS

Prova 8
25/02/2024 - 10:30

Femin., 50m Livres

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Mafalda Jesus, CALHAU	211593	11	Desportivo de Mora	44.45	_:_.
4	Maria Eduarda, TRINDADE	139219	06	Portalegre	35.03	_:_.
5	Matilde Abelho, VAZ	217627	12	CLAC-Entroncamento	38.88	_:_.



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 8, Femin., 50m Livres

Série 2 de 2

1	Carolina Silva, GOMES	208777	04	Penta da Covilha	30.58	___:___.
2	Marta Matias, LOPES	205500	08	Natacao do Fundao/GIRASSOL	30.41	___:___.
3	Helena Neto, FLORINDO	129426	06	Electrico Clube/ FGil.pt	28.80	___:___.
4	Carolina Sofia, FONSECA	146842	07	Estremoz / Estremozcarnes	28.34	___:___.
5	Marta Filipa, NUNES	203167	07	Viver Santarem	28.34	___:___.
6	Ines Maria, ESCARDUCA	202744	08	Elvense	29.56	___:___.
7	Mariana Mauricio, COELHO	200356	07	BUZIOS-Coruche	30.56	___:___.

Prova 9

Masc., 100m Livres

ABS MASC

25/02/2024 - 10:35

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
3	Miguel Barreiros, BIAIO	219315	10	Portalegre	1:17.58	___:___.
4	Afonso Goncalves, LEITE	210533	10	CLAC-Entroncamento	1:06.49	___:___.
5	Andre Guilherme, ANASTACIO	209988	10	Nautico Abrantes	1:08.05	___:___.

Série 2 de 2

1	Diogo Miguel, ROSADO	203129	07	Desportivo de Mora	57.90	___:___.
2	Tomas Alexandre, SANTOS	200575	07	BUZIOS-Coruche	57.51	___:___.
3	Afonso Carvalheira, RAFAEL	131989	06	Natacao do Fundao/GIRASSOL	56.52	___:___.
4	Andre Prates, LOPES	129422	05	Electrico Clube/ FGil.pt	54.59	___:___.
5	Rafael Sousa, AZEVEDO	204674	06	Viver Santarem	56.47	___:___.
6	Diogo Belchior, MUNHAO	202743	08	Elvense	57.16	___:___.
7	Antonio Maria, FERREIRA	128468	00	Penta da Covilha	57.76	___:___.
8	Miguel Martins, RATO	146912	08	Estremoz / Estremozcarnes	1:00.47	___:___.

Prova 10

Femin., 100m Costas

ABS FEM

25/02/2024 - 10:40

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1						
1	Daniela Santos, CARRILHO	205402	08	CLAC-Entroncamento	1:21.15	___:___.
2	Madalena Miguens, PUCARINHAS	146807	09	Estremoz / Estremozcarnes	1:17.54	___:___.
3	Eduarda Galvao, RAPOSO	209623	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:15.09	___:___.
4	Laura Prates, MORAIS	208599	09	BUZIOS-Coruche	1:13.75	___:___.
5	Constanca Grincho, SOUSA	132482	06	Viver Santarem	1:14.62	___:___.
6	Carolina Fonseca, DIEGUES	203656	06	Penta da Covilha	1:17.17	___:___.
7	Ines Sofia, TRINDADE	212136	08	Elvense	1:21.07	___:___.
8	Maria Eduarda, TRINDADE	139219	06	Portalegre	1:25.57	___:___.



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 11
25/02/2024 - 10:45

Masc., 200m Costas

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Eduardo Nuno, FIGUEIREDO	146034	07	Portalegre	NT	___:___:___
4	Duarte Rafael, LOPES	208301	10	Electrico Clube/ FGil.pt	3:29.51	___:___:___
5	Tomas Verissimo, SILVA	220440	09	Penta da Covilha	NT	___:___:___
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Joao Maria, SANGUINHO	209032	09	Elvense	2:44.46	___:___:___
2	David Filipe, PACHECO	205810	10	BUZIOS-Coruche	2:36.54	___:___:___
3	Miguel Salgueiro, VITORINO	205520	08	Desportivo de Mora	2:24.90	___:___:___
4	Guilherme Pereira, COUTINHO	130516	03	Viver Santarem	2:12.36	___:___:___
5	Vitor, SOKOLOVSKYY	132612	06	Nautico Abrantes	2:17.68	___:___:___
6	Nuno Filipe, SARAMAGO	146918	06	Estremoz / Estremozcarnes	2:34.23	___:___:___
7	Jose Miguel, PAIS	208376	10	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:43.87	___:___:___
8	Gabriel Sa, CHAMBEL	205814	09	CLAC-Entroncamento	2:51.40	___:___:___

Prova 12
25/02/2024 - 10:50

Femin., 50m Mariposa

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Mafalda Jesus, CALHAU	211593	11	Desportivo de Mora	52.70	___:___:___
4	Maria Ines, TEIXEIRA	212630	09	Penta da Covilha	42.44	___:___:___
5	Carolina Neves, SOUSA	208299	10	Electrico Clube/ FGil.pt	43.05	___:___:___
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Catarina Ferro, FERNANDES	212177	07	Estremoz / Estremozcarnes	42.27	___:___:___
2	Matilde Barbas, BILE	145967	08	Portalegre	39.63	___:___:___
3	Gabriela Conceicao, PINTO	208372	08	Elvense	35.78	___:___:___
4	Marta Filipa, BUCHA	132484	06	Viver Santarem	31.67	___:___:___
5	Eva Pinheiro, BERNARDO	127623	01	Natacao do Fundao/GIRASSOL	33.52	___:___:___
6	Barbara Maia, FREITAS	147081	06	CLAC-Entroncamento	36.08	___:___:___
7	Leonor Margarida, MATEUS	215999	09	BUZIOS-Coruche	40.81	___:___:___

Prova 13
25/02/2024 - 10:55

Masc., 200m Estilos

ABS MASC
Startlist

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



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 13, Masc., 200m Estilos

Série 1 de 2

3	Tiago Alexandre, SARAMAGO	146906	09	Estremoz / Estremozcarnes	3:26.40	___:___:___
4	Diogo Martins, SOARES	132159	08	Electrico Clube/ FGil.pt	2:45.82	___:___:___
5	David Martinho, VICENTE	219242	11	Portalegre	3:18.19	___:___:___

Série 2 de 2

1	Bernardo Marques, FERNANDES	208587	07	CLAC-Entroncamento	2:42.84	___:___:___
2	Eduardo Terekhin, BAPTISTA	25744	94	BUZIOS-Coruche	2:29.03	___:___:___
3	Joao Miguel, PINTO	202372	07	Viver Santarem	2:26.93	___:___:___
4	Joao Alexandre, SARAIVA	26938	95	Penta da Covilha	2:20.34	___:___:___
5	Guilherme Bernardo, MARTINHO	209625	10	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:22.13	___:___:___
6	Dinis Maria, GARCIA	205671	09	Nautico Abrantes	2:27.43	___:___:___
7	Guilherme Oliveira, MARQUES	203134	08	Desportivo de Mora	2:29.48	___:___:___
8	Manuel Maria, SANGUINHO	209031	09	Elvense	2:43.31	___:___:___

11:05 INTERVALO 10 MINUTOS

Prova 14

25/02/2024 - 11:15

Femin., 4 x 100m Livres

ABS FEM
Startlist

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1				
1	Electrico Clube/ FGil.pt 1	Electrico Clube/ FGil.pt	5:01.73	___:___:___
	Margarida Serejo, CANE, Helena Neto, FLORINDO, Maria Beatriz, MESTRE, Carolina Neves, SOUSA			
2	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	4:55.10	___:___:___
	Daniela Santos, CARRILHO, Matilde Nabeiro, MONRAIA, Carolina Santos, CARRILHO, Joana Patricia, ANTUNES			
3	Elvense 1	Elvense	4:26.53	___:___:___
	Ana Sofia, CALDES, Barbara Garrido, FRANCO, Filipa Calado, GERVASIO, Ines Maria, ESCARDUCA			
4	Viver Santarem 1	Viver Santarem	4:19.31	___:___:___
	Rafaela Canano, SILVA, Benedita Maria, LAGARINHOS, Ana Patricia, OLIVEIRA, Madalena Maria, MIDOES			
5	BUZIOS-Coruche 1	BUZIOS-Coruche	4:25.92	___:___:___
	Laura Prates, MORAIS, Mariana Mauricio, COELHO, Sofia Barroca, PEREIRA, Leonor Sombreiro, MARTINS			
6	Natacao do Fundao/GIRASSOL 1	Natacao do Fundao/GIRASSOL	4:29.58	___:___:___
	Marta Matias, LOPES, Iara Filipa, ALVES, Eva Pinheiro, BERNARDO, Eduarda Galvao, RAPOSO			
7	Estremoz / Estremozcarnes 1	Estremoz / Estremozcarnes	4:55.22	___:___:___
	Carolina Sofia, FONSECA, Madalena Miguens, PUCARINHAS, Rita Isabel, OLIVEIRA, Catarina Ferro, FERNANDES			
8	Portalegre 1	Portalegre	NT	___:___:___
	Simone Lopes, FERNANDES, Maria Eduarda, TRINDADE, Matilde Barbas, BILE, Ana Carolina, JANEIRO			



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 15
25/02/2024 - 11:20

Masc., 4 x 100m Estilos

ABS MASC
Startlist

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>				
3		Portalegre 2	NT	___:___.
		Manuel Rainho, BARBAS, David Martinho, VICENTE, Eduardo Nuno, FIGUEIREDO, Miguel Barreiros, BAIÃO		
4		CLAC-Entroncamento 1	4:47.86	___:___.
		Gabriel Sa, CHAMBEL, Rodrigo Alexandre, ALVES, Miguel Ferreira, CRUZ, Bernardo Marques, FERNANDES		
5		Estremoz / Estremozcarnes 2	5:19.67	___:___.
		Nuno Filipe, SARAMAGO, Maksim, PUDOV, Miguel Martins, RATO, Guilherme Serrano, FROIS		

Série 2 de 2

1		Desportivo de Mora 1	4:41.30	___:___.
		Diogo Miguel, ROSADO, Miguel Salgueiro, VITORINO, Guilherme Oliveira, MARQUES, Afonso Oliveira, MARQUES		
2		Penta da Covilha 1	4:25.30	___:___.
		Joao Alexandre, SARAIVA, Bernardo Miguel, AREDE, Antonio Maria, FERREIRA, Jose Eduardo, TEIXEIRA		
3		Nautico Abrantes 1	4:22.34	___:___.
		Miguel Silva, LIMA, Dinis Maria, GARCIA, Andre Coelho, PITA, Daniel Santos, CARAPETO		
4		Viver Santarem 2	4:07.03	___:___.
		Guilherme Pereira, COUTINHO, Guilherme Martins, CONCEICAO, Francisco Maria, DIAS, Rafael Sousa, AZEVEDO		
5		Electrico Clube/ FGil.pt 2	4:17.17	___:___.
		Diogo Martins, SOARES, Andre Prates, LOPES, Romulo Artur, SILVA, Afonso Alves, CHOCAS		
6		BUZIOS-Coruche 1	4:22.47	___:___.
		David Filipe, PACHECO, Artur Rafael, SARAMAGO, Joao Pedro, MONTEIRO, Tomas Alexandre, SANTOS		
7		Natacao do Fundao/GIRASSOL 2	4:30.65	___:___.
		Guilherme Bernardo, MARTINHO, Afonso Carvalheira, RAFAEL, Bernardo Querido, CARONHO, Manuel Jose, DIAS		
8		Elvense 3	4:46.75	___:___.
		Manuel Maria, SANGUINHO, Joao Maria, SANGUINHO, Diogo Belchior, MUNHAO, Tiago Maria, COSTA		

Prova 16
25/02/2024 - 15:00

Femin., 50m Bruços

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Mafalda Jesus, CALHAU	211593	11	Desportivo de Mora	56.46	___:___.
4	Maria Ines, TEIXEIRA	212630	09	Penta da Covilha	48.53	___:___.
5	Maria Eduarda, TRINDADE	139219	06	Portalegre	48.54	___:___.



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 16, Femin., 50m Bruços

Série 2 de 2

1	Maria Francisca, CONSTANTINO	210851	11	Electrico Clube/ FGil.pt	47.07	___:___.
2	Sofia Barroca, PEREIRA	212103	11	BUZIOS-Coruche	44.92	___:___.
3	Catarina Maria, FRAGOSO	213087	07	Viver Santarem	38.59	___:___.
4	Marta Chambel, DIAS	122856	02	CLAC-Entroncamento	36.56	___:___.
5	Margarida Caninhas, PAIS	201665	08	Natacao do Fundao/GIRASSOL	37.50	___:___.
6	Stefania Cosmina, CHITIC	204179	08	Elvense	44.34	___:___.
7	Catarina Ferro, FERNANDES	212177	07	Estremoz / Estremozcarnes	45.33	___:___.

Prova 17

25/02/2024 - 15:05

Masc., 400m Livres

ABS MASC

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
3	Miguel Barreiros, BIAIO	219315	10	Portalegre	NT	___:___.
4	Afonso Goncalves, LEITE	210533	10	CLAC-Entroncamento	5:30.96	___:___.
5	Maksim, PUDOV	219561	08	Estremoz / Estremozcarnes	6:32.39	___:___.

Série 2 de 2

1	Francisco Manuel, CADETE	214193	10	Nautico Abrantes	5:16.15	___:___.
2	Diogo Miguel, ROSADO	203129	07	Desportivo de Mora	4:44.47	___:___.
3	Antonio Maria, FERREIRA	128468	00	Penta da Covilha	4:32.20	___:___.
4	Rafael Sousa, AZEVEDO	204674	06	Viver Santarem	4:23.73	___:___.
5	Tomas Alexandre, SANTOS	200575	07	BUZIOS-Coruche	4:26.22	___:___.
6	Romulo Artur, SILVA	205494	08	Electrico Clube/ FGil.pt	4:36.83	___:___.
7	Manuel Jose, DIAS	204524	05	Natacao do Fundao/GIRASSOL	4:51.32	___:___.
8	Joao Maria, SANGUINHO	209032	09	Elvense	5:25.07	___:___.

Prova 18

25/02/2024 - 15:20

Femin., 100m Mariposa

ABS FEM

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1						
1	Carolina Neves, SOUSA	208299	10	Electrico Clube/ FGil.pt	1:38.81	___:___.
2	Carolina Santos, CARRILHO	205403	08	CLAC-Entroncamento	1:25.40	___:___.
3	Iara Filipa, ALVES	205496	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:16.52	___:___.
4	Marta Filipa, BUCHA	132484	06	Viver Santarem	1:08.50	___:___.
5	Ana Sofia, CALDES	132416	06	Elvense	1:10.33	___:___.
6	Catarina Isabel, GALVAO	212593	09	BUZIOS-Coruche	1:22.23	___:___.
7	Matilde Barbas, BILE	145967	08	Portalegre	1:32.33	___:___.
8	Rita Isabel, OLIVEIRA	216105	10	Estremoz / Estremozcarnes	NT	___:___.



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 19
25/02/2024 - 15:25

Masc., 200m Mariposa

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
1	Miguel Ferreira, CRUZ	200213	08	CLAC-Entroncamento	2:53.19	_____
2	Guilherme Oliveira, MARQUES	203134	08	Desportivo de Mora	2:35.16	_____
3	Andre Coelho, PITA	201682	06	Nautico Abrantes	2:23.92	_____
4	Rodolfo Charrua, GAGO	206444	08	Viver Santarem	2:17.20	_____
5	Joao Pedro, MONTEIRO	203021	08	BUZIOS-Coruche	2:20.42	_____
6	Diogo Belchior, MUNHAO	202743	08	Elvense	2:30.37	_____
7	Guilherme Bernardo, MARTINHO	209625	10	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:52.78	_____
8	Tomas Verissimo, SILVA	220440	09	Penta da Covilha	3:01.78	_____

Prova 20
25/02/2024 - 15:30

Femin., 50m Costas

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Simone Lopes, FERNANDES	221861	06	Portalegre	42.38	_____
4	Carolina Silva, GOMES	208777	04	Penta da Covilha	37.88	_____
5	Stefania Cosmina, CHITIC	204179	08	Elvense	38.92	_____
<u>Série 2 de 2</u>						
2	Iara Filipa, ALVES	205496	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	36.11	_____
3	Laura Prates, MORAIS	208599	09	BUZIOS-Coruche	34.92	_____
4	Constanca Grincho, SOUSA	132482	06	Viver Santarem	33.96	_____
5	Helena Neto, FLORINDO	129426	06	Electrico Clube/ FGil.pt	34.27	_____
6	Madalena Miguens, PUCARINHAS	146807	09	Estremoz / Estremozcarnes	35.80	_____
7	Daniela Santos, CARRILHO	205402	08	CLAC-Entroncamento	37.74	_____

Prova 21
25/02/2024 - 15:35

Masc., 100m Bruços

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Miguel Martins, RATO	146912	08	Estremoz / Estremozcarnes	NT	_____
4	Duarte Rafael, LOPES	208301	10	Electrico Clube/ FGil.pt	1:35.09	_____
5	David Martinho, VICENTE	219242	11	Portalegre	1:40.77	_____
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Manuel Maria, SANGUINHO	209031	09	Elvense	1:27.80	_____
2	Dinis Maria, GARCIA	205671	09	Nautico Abrantes	1:14.54	_____
3	Bernardo Miguel, AREDE	216770	03	Penta da Covilha	1:12.69	_____
4	Jose Pinto, CABRAL	130623	05	Viver Santarem	1:09.78	_____
5	Artur Rafael, SARAMAGO	111949	97	BUZIOS-Coruche	1:10.15	_____
6	Afonso Carvalheira, RAFAEL	131989	06	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:14.05	_____
7	Rodrigo Alexandre, ALVES	201152	06	CLAC-Entroncamento	1:20.03	_____
8	Dinis Alexandre, CAEIRO	208187	09	Desportivo de Mora	1:29.31	_____



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 22
25/02/2024 - 15:40

Femin., 200m Bruços

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>						
1	Rita Isabel, OLIVEIRA	216105	10	Estremoz / Estremozcarnes	4:04.97	____:____.____
2	Maria Francisca, CONSTANTINO	210851	11	Electrico Clube/ FGil.pt	3:31.03	____:____.____
3	Joana Patricia, ANTUNES	133117	06	CLAC-Entroncamento	3:01.16	____:____.____
4	Rita Lobo, PIRES	205497	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:51.43	____:____.____
5	Catarina Maria, FRAGOSO	213087	07	Viver Santarem	3:00.10	____:____.____
6	Gabriela Conceicao, PINTO	208372	08	Elvense	3:17.71	____:____.____
7	Sofia Barroca, PEREIRA	212103	11	BUZIOS-Coruche	3:53.67	____:____.____
8	Ana Carolina, JANEIRO	218746	12	Portalegre	4:05.75	____:____.____

15:45 INTERVALO 10 MINUTOS

Prova 23
25/02/2024 - 15:55

Masc., 50m Livres

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Tiago Maria, COSTA	200259	08	Elvense	30.90	____:____.____
4	Eduardo Nuno, FIGUEIREDO	146034	07	Portalegre	28.61	____:____.____
5	Bernardo Marques, FERNANDES	208587	07	CLAC-Entroncamento	29.68	____:____.____

Série 2 de 2

1	Diogo Miguel, ROSADO	203129	07	Desportivo de Mora	26.96	____:____.____
2	Tomas Alexandre, SANTOS	200575	07	BUZIOS-Coruche	26.64	____:____.____
3	Daniel Santos, CARAPETO	200562	07	Nautico Abrantes	26.40	____:____.____
4	Andre Prates, LOPES	129422	05	Electrico Clube/ FGil.pt	24.44	____:____.____
5	Joao Miguel, PINTO	202372	07	Viver Santarem	25.94	____:____.____
6	Miguel Martins, RATO	146912	08	Estremoz / Estremozcarnes	26.55	____:____.____
7	Bernardo Querido, CARONHO	209622	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	26.95	____:____.____
8	Jose Eduardo, TEIXEIRA	217984	00	Penta da Covilha	28.30	____:____.____

Prova 24
25/02/2024 - 16:00

Femin., 100m Livres

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Matilde Abelho, VAZ	217627	12	CLAC-Entroncamento	1:22.25	____:____.____
4	Simone Lopes, FERNANDES	221861	06	Portalegre	1:10.55	____:____.____
5	Alice Raquel, DIAS	211596	11	Desportivo de Mora	1:17.98	____:____.____



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 24, Femin., 100m Livres

Série 2 de 2

1	Carolina Silva, GOMES	208777	04	Penta da Covilha	1:07.69	___:___.
2	Leonor Sombreiro, MARTINS	211313	10	BUZIOS-Coruche	1:05.24	___:___.
3	Ines Maria, ESCARDUCA	202744	08	Elvense	1:03.60	___:___.
4	Marta Filipa, NUNES	203167	07	Viver Santarem	1:01.22	___:___.
5	Helena Neto, FLORINDO	129426	06	Electrico Clube/ FGil.pt	1:02.66	___:___.
6	Carolina Sofia, FONSECA	146842	07	Estremoz / Estremozcarnes	1:04.64	___:___.
7	Marta Matias, LOPES	205500	08	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:07.64	___:___.

Prova 25

Masc., 100m Costas

ABS MASC

25/02/2024 - 16:05

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 2						
3	David Martinho, VICENTE	219242	11	Portalegre	1:35.04	___:___.
4	Jose Miguel, PAIS	208376	10	Natacao do Fundao/GIRASSOL	1:13.15	___:___.
5	Gabriel Sa, CHAMBEL	205814	09	CLAC-Entroncamento	1:15.24	___:___.

Série 2 de 2

1	David Filipe, PACHECO	205810	10	BUZIOS-Coruche	1:10.19	___:___.
2	Diogo Martins, SOARES	132159	08	Electrico Clube/ FGil.pt	1:08.77	___:___.
3	Miguel Salgueiro, VITORINO	205520	08	Desportivo de Mora	1:04.74	___:___.
4	Guilherme Pereira, COUTINHO	130516	03	Viver Santarem	59.38	___:___.
5	Joao Alexandre, SARAIVA	26938	95	Penta da Covilha	1:03.24	___:___.
6	Miguel Silva, LIMA	217363	09	Nautico Abrantes	1:08.16	___:___.
7	Nuno Filipe, SARAMAGO	146918	06	Estremoz / Estremozcarnes	1:10.19	___:___.
8	Joao Maria, SANGUINHO	209032	09	Elvense	1:12.85	___:___.

Prova 26

Femin., 200m Costas

ABS FEM

25/02/2024 - 16:10

Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
Série 1 de 1						
1	Maria Beatriz, MESTRE	210855	12	Electrico Clube/ FGil.pt	3:27.87	___:___.
2	Daniela Santos, CARRILHO	205402	08	CLAC-Entroncamento	2:56.01	___:___.
3	Madalena Maria, MIDOES	200565	07	Viver Santarem	2:45.86	___:___.
4	Laura Prates, MORAIS	208599	09	BUZIOS-Coruche	2:39.14	___:___.
5	Eduarda Galvao, RAPOSO	209623	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:43.74	___:___.
6	Madalena Miguens, PUCARINHAS	146807	09	Estremoz / Estremozcarnes	2:49.92	___:___.
7	Filipa Calado, GERVASIO	205873	10	Elvense	2:58.90	___:___.
8	Ana Carolina, JANEIRO	218746	12	Portalegre	NT	___:___.



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 27
25/02/2024 - 16:15

Masc., 50m Mariposa

ABS MASC
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Tiago Alexandre, SARAMAGO	146906	09	Estremoz / Estremozcarnes	44.03	___:___.
4	Dinis Alexandre, CAEIRO	208187	09	Desportivo de Mora	34.91	___:___.
5	Joao Martim, PICARRA	207667	10	Elvense	39.56	___:___.
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Rui Lucas, SANTOS	206149	03	Penta da Covilha	31.01	___:___.
2	Romulo Artur, SILVA	205494	08	Electrico Clube/ FGil.pt	29.26	___:___.
3	Bernardo Querido, CARONHO	209622	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	28.33	___:___.
4	Artur Rafael, SARAMAGO	111949	97	BUZIOS-Coruche	27.33	___:___.
5	Rodolfo Charrua, GAGO	206444	08	Viver Santarem	27.79	___:___.
6	Vitor, SOKOLOVSKYY	132612	06	Nautico Abrantes	29.10	___:___.
7	Miguel Ferreira, CRUZ	200213	08	CLAC-Entroncamento	29.90	___:___.
8	Eduardo Nuno, FIGUEIREDO	146034	07	Portalegre	32.17	___:___.

Prova 28
25/02/2024 - 16:20

Femin., 200m Estilos

ABS FEM
Startlist

Pista	Nome	NFed	Ano	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>						
3	Catarina Ferro, FERNANDES	212177	07	Estremoz / Estremozcarnes	3:14.72	___:___.
4	Alice Raquel, DIAS	211596	11	Desportivo de Mora	3:12.74	___:___.
5	Matilde Barbas, BILE	145967	08	Portalegre	3:14.53	___:___.
<u>Série 2 de 2</u>						
1	Maria Beatriz, MESTRE	210855	12	Electrico Clube/ FGil.pt	3:08.18	___:___.
2	Iara Filipa, ALVES	205496	09	Natacao do Fundao/GIRASSOL	2:51.11	___:___.
3	Leonor Sombreireiro, MARTINS	211313	10	BUZIOS-Coruche	2:38.60	___:___.
4	Marta Filipa, NUNES	203167	07	Viver Santarem	2:33.77	___:___.
5	Ana Sofia, CALDES	132416	06	Elvense	2:34.96	___:___.
6	Carolina Fonseca, DIEGUES	203656	06	Penta da Covilha	2:47.43	___:___.
7	Joana Patricia, ANTUNES	133117	06	CLAC-Entroncamento	2:52.17	___:___.

16:25 INTERVALO 10 MINUTOS



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 29
25/02/2024 - 16:35

Masc., 4 x 100m Livres

ABS MASC
Startlist

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 2</u>				
3	Portalegre 3	Portalegre	NT	___:___.
Eduardo Nuno, FIGUEIREDO, David Martinho, VICENTE, Miguel Barreiros, BIAIO, Manuel Rainho, BARBAS				
4	Estremoz / Estremozcarnes 3	Estremoz / Estremozcarnes	4:44.49	___:___.
Nuno Filipe, SARAMAGO, Miguel Martins, RATO, Maksim, PUDOV, Guilherme Serrano, FROIS				
5	Nautico Abrantes 2	Nautico Abrantes	4:50.40	___:___.
Andre Guilherme, ANASTACIO, Gabriel Antonio, MARQUES, Diogo Chambel, SANTOS, Francisco Manuel, CADETE				

Série 2 de 2

1	Elvense 4	Elvense	4:11.86	___:___.
Diogo Belchior, MUNHAO, Tiago Maria, COSTA, Manuel Maria, SANGUINHO, Joao Maria, SANGUINHO				
2	Natacao do Fundao/GIRASSOL 3	Natacao do Fundao/GIRASSOL	4:02.02	___:___.
Guilherme Bernardo, MARTINHO, Bernardo Querido, CARONHO, Manuel Jose, DIAS, Afonso Carvalheira, RAFAEL				
3	BUZIOS-Coruche 1	BUZIOS-Coruche	3:52.64	___:___.
Tomas Alexandre, SANTOS, Eduardo Terekhin, BAPTISTA, Joao Pedro, MONTEIRO, Artur Rafael, SARAMAGO				
4	Viver Santarem 3	Viver Santarem	3:43.39	___:___.
Guilherme Pereira, COUTINHO, Rafael Sousa, AZEVEDO, Jose Pinto, CABRAL, Rodolfo Charrua, GAGO				
5	Electrico Clube/ FGil.pt 3	Electrico Clube/ FGil.pt	3:49.25	___:___.
Andre Prates, LOPES, Romulo Artur, SILVA, Diogo Martins, SOARES, Afonso Alves, CHOCAS				
6	Penta da Covilha 1	Penta da Covilha	3:58.27	___:___.
Bernardo Miguel, AREDE, Rui Lucas, SANTOS, Antonio Maria, FERREIRA, Joao Alexandre, SARAIVA				
7	Desportivo de Mora 2	Desportivo de Mora	4:09.42	___:___.
Diogo Miguel, ROSADO, Guilherme Oliveira, MARQUES, Miguel Salgueiro, VITORINO, Dinis Alexandre, CAEIRO				
8	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	4:36.35	___:___.
Rodrigo Duque, DIAS, Afonso Goncalves, LEITE, Bernardo Marques, FERNANDES, Gabriel Sa, CHAMBEL				

Prova 30
25/02/2024 - 16:45

Femin., 4 x 100m Estilos

ABS FEM
Startlist

Pista	NFed	Clube	Tp inscrição	
<u>Série 1 de 1</u>				
1	Electrico Clube/ FGil.pt 4	Electrico Clube/ FGil.pt	5:47.34	___:___.
Maria Beatriz, MESTRE, Maria Francisca, CONSTANTINO, Carolina Neves, SOUSA, Helena Neto, FLORINDO				
2	CLAC-Entroncamento 1	CLAC-Entroncamento	5:14.07	___:___.
Matilde Nabeiro, MONRAIA, Marta Chambel, DIAS, Barbara Maia, FREITAS, Joana Patricia, ANTUNES				
3	Natacao do Fundao/GIRASSOL 4	Natacao do Fundao/GIRASSOL	5:00.10	___:___.
Eduarda Galvao, RAPOSO, Rita Lobo, PIRES, Iara Filipa, ALVES, Marta Matias, LOPES				
4	Viver Santarem 4	Viver Santarem	4:47.17	___:___.
Constanca Grincho, SOUSA, Catarina Maria, FRAGOSO, Marta Filipa, BUCHA, Marta Filipa, NUNES				
5	BUZIOS-Coruche 1	BUZIOS-Coruche	4:57.59	___:___.
Laura Prates, MORAIS, Leonor Sombreiro, MARTINS, Catarina Isabel, GALVAO, Leonor Margarida, MATEUS				
6	Elvense 2	Elvense	5:05.23	___:___.
Ines Sofia, TRINDADE, Gabriela Conceicao, PINTO, Ana Sofia, CALDES, Ines Maria, ESCARDUCA				



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Prova 30, Femin., 4 x 100m Estilos

7 Estremoz / Estremozcarnes 4	Estremoz / Estremozcarnes	5:39.88	____:____.____
Madalena Miguens, PUCARINHAS, Carolina Sofia, FONSECA, Rita Isabel, OLIVEIRA, Catarina Ferro, FERNANDES			
8 Portalegre 4	Portalegre	NT	____:____.____
Simone Lopes, FERNANDES, Ana Carolina, JANEIRO, Matilde Barbas, BILE, Maria Eduarda, TRINDADE			

16:50 ENTREGA DE TROFÉUS



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES
Santarem, 25/2/2024

Horário da Sessão Nº. 1 - 1ª Sessão

25/02/2024 - 9:30

Aquecimento: 8:00 até 9:20

Reunião de Delegados: 8:45

Reunião de Arbitragem: 9:00

9:30	1.	50m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
9:35	2.	400m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:15	2 Séries	10
9:50	3.	100m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
9:55	4.	200m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	7
10:00	5.	50m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
10:05	6.	100m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
10:10	7.	200m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	2 Séries	11
10:20	INTERVALO 10 MINUTOS					0:10		
10:30	8.	50m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	10
10:35	9.	100m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
10:40	10.	100m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
10:45	11.	200m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
10:50	12.	50m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	10
10:55	13.	200m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	2 Séries	11
11:05	INTERVALO 10 MINUTOS					0:10		
11:15	14.	4 x 100m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
11:20	15.	4 x 100m Estilos	Masc.	Tempo Final	13 +	0:10	2 Séries	11
11:30	Final da sessão				Duração total	2:00		

Horário da Sessão Nº. 2 - 2ª Sessão

25/02/2024 - 15:00

Aquecimento: 13:30 até 14:50

Reunião de Delegados: 14:15

Reunião de Arbitragem: 14:30

15:00	16.	50m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	10
15:05	17.	400m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:15	2 Séries	11
15:20	18.	100m Mariposa	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
15:25	19.	200m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	1 Série	8
15:30	20.	50m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	9
15:35	21.	100m Bruços	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
15:40	22.	200m Bruços	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
15:45	INTERVALO 10 MINUTOS					0:10		
15:55	23.	50m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
16:00	24.	100m Livres	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	10
16:05	25.	100m Costas	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
16:10	26.	200m Costas	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
16:15	27.	50m Mariposa	Masc.	Tempo Final	13 +	0:05	2 Séries	11
16:20	28.	200m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	2 Séries	10
16:25	INTERVALO 10 MINUTOS					0:10		
16:35	29.	4 x 100m Livres	Masc.	Tempo Final	13 +	0:15	2 Séries	11
16:45	30.	4 x 100m Estilos	Femin.	Tempo Final	12 +	0:05	1 Série	8
16:50	ENTREGA DE TROFÉUS					0:15		
17:05	Final da sessão				Duração total	2:05		



REGULAMENTO DISTRITAL NATAÇÃO - 2023/2024



CAMPEONATO INTER- REGIONAL DE CLUBES

1. INTRODUÇÃO

Este Torneio será organizado pela ANDS /ANICentro / ANALEN .

2. LOCAL: PISCINA MUNICIPAL DE SANTARÉM

3. DATA : 25 DE FEVEREIRO DE 2024

5 de Fevereiro de 2024, em piscina de 25 metros / 8 pistas.

3. HORÁRIO

1  Sessão   Aquecimento 08:00H – In cio – 09:30H

2  Sessão   Aquecimento 13:30H – In cio – 15:00H

4. PARTICIPAÇÃO

Podem participar todos os Clubes da ANICentro / ANDS / ANAAlentejo filiados em Natação Pura pela FPN, na categoria de Absolutos.

5. INSCRIÇÕES

As inscrições deverão dar entrada na sede da ANDS até às 24H00 horas do dia **14/02/2024**, **acompanhadas com o comprovativo do pagamento .**

-   obrigatório no ato do envio das inscrições a constituição das equipas de estafetas. A sua alteração deverá ser entregue no Secretariado da Competição até 30 minutos antes do início de cada sessão.
- O pagamento das inscrições será feito   ANDS para o seguinte NIB: **0033 0000 5003 6910 0020 5**

6. CLASSIFICAÇÕES

Os Clubes serão ordenados pelo somatório dos pontos obtidos em cada prova pelos seus nadadores e equipas de estafetas.

Funcionará como fator de desempate o número de 1 s lugares obtidos por cada Clube nas provas do campeonato. Se tal se revelar insuficiente, recorrer-se-  aos 2 s, 3 s e assim sucessivamente, até se conseguir o desempate. Se ainda subsistir o empate, recorrer-se-  ao melhor tempo, segundo tabela FINA em vigor, obtido por cada Clube nas provas do Campeonato.

O sistema de pontuação será o seguinte:

- 1  Classificado- N  Clubes+1
- 2  Classificado- N  Clubes- 1
- 3  Classificado- N  Clubes- 2 e assim sucessivamente até ao último classificado, que terá 1 ponto.
- Desclassificado- 0 pontos
- Desistência- 0 pontos

REGULAMENTO DISTRITAL NATAÇÃO - 2023/2024

Em caso de empate entre dois ou mais nadadores, ou entre duas ou mais equipas de estafetas, será atribuída a pontuação referente à sua classificação, mantendo-se para os restantes o sistema de pontuação vigente.

7. PRÉMIOS

Serão atribuídos troféus aos três primeiros clubes Inter-Regionais Masculino, Feminino e Absoluto (Masculino + Feminino), e será atribuído por cada Associação um troféu ao vencedor absoluto.

8. REGRAS ESPECÍFICAS

Cada Clube poderá fazer-se representar por 1 nadador(a) e 1 equipa de estafetas por prova. Cada nadador(a) pode ser inscrito(a) num máximo de 3 (três) provas individuais mais as estafetas.

9. SUBSTITUIÇÕES

Serão permitidas 3 (três) substituições por sessão, de nadadores inscritos nas provas, desde que:

- Os nadadores substitutos constem da lista onomástica;
- As alterações sejam comunicadas à organização, por escrito, em ficha própria para o efeito, até 1 (uma) hora antes do início de cada sessão.

10. PROGRAMA DE PROVAS

<u>1ª SESSÃO</u>			<u>2ª SESSÃO</u>		
<u>Nº</u>	<u>Prova</u>	<u>Género</u>	<u>Nº</u>	<u>Prova</u>	<u>Género</u>
<u>1</u>	<u>50 B</u>	<u>Mas</u>	<u>16</u>	<u>50 B</u>	<u>Fem</u>
<u>2</u>	<u>400 L</u>	<u>Fem</u>	<u>17</u>	<u>400 L</u>	<u>Mas</u>
<u>3</u>	<u>100 M</u>	<u>Mas</u>	<u>18</u>	<u>100 M</u>	<u>Fem</u>
<u>4</u>	<u>200 M</u>	<u>Fem</u>	<u>19</u>	<u>200 M</u>	<u>Mas</u>
<u>5</u>	<u>50 C</u>	<u>Mas</u>	<u>20</u>	<u>50 C</u>	<u>Fem</u>
<u>6</u>	<u>100 B</u>	<u>Fem</u>	<u>21</u>	<u>100 B</u>	<u>Mas</u>
<u>7</u>	<u>200 B</u>	<u>Mas</u>	<u>22</u>	<u>200 B</u>	<u>Fem</u>
<u>INTERVALO 10'</u>			<u>INTERVALO 10'</u>		
<u>8</u>	<u>50 L</u>	<u>Fem</u>	<u>23</u>	<u>50 L</u>	<u>Mas</u>
<u>9</u>	<u>100 L</u>	<u>Mas</u>	<u>24</u>	<u>100 L</u>	<u>Fem</u>
<u>10</u>	<u>100 C</u>	<u>Fem</u>	<u>25</u>	<u>100 C</u>	<u>Mas</u>
<u>11</u>	<u>200 C</u>	<u>Mas</u>	<u>26</u>	<u>200 C</u>	<u>Fem</u>
<u>12</u>	<u>50 M</u>	<u>Fem</u>	<u>27</u>	<u>50 M</u>	<u>Mas</u>
<u>13</u>	<u>200 E</u>	<u>Mas</u>	<u>28</u>	<u>200 E</u>	<u>Fem</u>
<u>INTERVALO 10'</u>			<u>INTERVALO 10'</u>		
<u>14</u>	<u>4 x 100 L</u>	<u>Fem</u>	<u>29</u>	<u>4 x 100 L</u>	<u>Mas</u>
<u>15</u>	<u>4 x 100 E</u>	<u>Mas</u>	<u>30</u>	<u>4 x 100 E</u>	<u>Fem</u>
<u>ENTREGA DE TROFÉUS</u>					