



Prova de Preparação "O Nadador Mais Completo"  
Caldas da Rainha, 2 - 3/11/2024

## Pontuação O Nadador Mais Completo FEM

### Femin., Infantil B Fem - 4 de 11 Provas

1. Emma Henriques, SOUTO	13	Óbidos	763	4
200 Liv 3:02.19 221	215	200 Bru 3:44.19 216	100 Mar 1:52.44 111	
200 Est 3:23.21				
2. Elisa Rodrigues, SIMOES	13	Benedita	601	4
200 Liv 3:16.35 177	166	200 Bru 4:01.83 172	100 Mar 2:02.16 86	
200 Est 3:41.62				

### Femin., Infantil A Fem - 9 de 11 Provas

1. Julia Pinto, PINHEIRO	12	Pimpoes/Cimai	1229	4
200 Est 2:58.95 315	315	200 Bru 3:16.19 322	100 Mar 1:22.83 277	
400 Liv 5:39.83				
2. Ines Pinto, MARTINS	12	Pimpoes/Cimai	1169	4
400 Liv 5:34.78 329	294	200 Bru 3:24.90 283	100 Mar 1:24.31 263	
200 Est 3:03.10				
3. Benedita Nunes, FELIX	12	Pimpoes/Cimai	1092	4
200 Est 3:03.33 293	288	200 Bru 3:22.76 292	100 Mar 1:29.60 219	
400 Liv 5:50.08				
4. Beatriz Julio, CORREIA	12	CNLeiria VOID	1056	4
200 Liv 2:47.25 286	252	100 Cos 1:25.20 267	200 Bru 3:33.13 251	
200 Est 3:12.83				
5. Luna Francisco, PEREIRA	12	Nucleo de Pombal	955	4
200 Est 2:57.37 324	322	100 Liv 1:14.26 309	200 Cos -	
400 Liv 5:37.37				
6. Maria Leonor, ASSUNCAO	12	Pimpoes/Cimai	902	4
200 Est 3:10.20 262	256	200 Bru 3:38.26 234	100 Mar 1:41.68 150	
400 Liv 6:04.16				
7. Carolina Matos, CORREIA	12	Nucleo de Pombal	838	4
400 Liv 6:32.63 204	204	200 Cos 3:14.96 227	100 Liv 1:25.49 203	
200 Est 3:26.71				
8. Yaroslava, TABUNSCHYK	12	CNLeiria VOID	817	4
400 Liv 6:07.76 248	205	100 Liv 1:24.11 213	200 Mar 3:44.59 151	
200 Est 3:26.60				
9. Iara Maria, CAMACHO	12	Pimpoes/Cimai	759	4
400 Liv 6:23.88 218	206	200 Bru 3:58.84 178	100 Mar 1:40.13 157	
200 Est 3:26.07				



Prova de Preparação "O Nadador Mais Completo"  
Caldas da Rainha, 2 - 3/11/2024

Femin., Juvenil B Fem - 8 de 11 Provas

1. Carlota Sa, SANTOS	11	Nucleo de Pombal	1545	4
400 Liv 5:14.55 397	200 Est 2:48.72 376	100 Liv 1:08.87 388	200 Cos 2:43.62 384	
2. Anastasiya, PRYMACHENKO	11	Nucleo de Pombal	1430	4
400 Liv 5:07.09 427	200 Est 2:50.99 361	200 Bru 3:13.00 338	100 Mar 1:20.35 304	
3. Cristiana Henriques, ALMEIDA	11	Benedita	1282	4
400 Est 6:04.64 358	400 Liv 5:27.67 351	100 Liv 1:15.38 296	200 Mar 3:03.46 277	
4. Isabela Lourenco, COSTA	11	Benedita	891	4
400 Liv 5:44.84 301	400 Est 6:27.28 298	100 Liv 1:15.66 292	200 Mar -	

Femin., Juvenil A Fem - 8 de 11 Provas

1. Debora Silva, INACIO	10	Pimpoes/Cimai	1709	4
400 Liv 5:05.87 432	200 Est 2:43.31 415	100 Liv 1:05.74 446	200 Cos 2:39.31 416	
2. Vida Sofia, VELEZ	10	Ba-Leiria	1606	4
400 Liv 4:59.21 461	400 Est 5:53.87 391	200 Bru 3:04.07 390	100 Cos 1:16.85 364	
3. Constanca Rolim, PEDRO	10	Ba-Leiria	1312	4
200 Liv 2:30.34 395	400 Est 6:07.99 348	100 Cos 1:22.96 289	200 Bru 3:25.53 280	

Femin., Junior Fem - 7 de 11 Provas

1. Francisca Ramos, NUNES	09	Naval de Peniche	1671	4
200 Liv 2:18.86 501	200 Est 2:41.35 430	100 Mar 1:13.70 394	200 Bru 3:11.59 346	
2. Ana Margarida, MARQUES	09	Ba-Leiria	1295	4
200 Est 2:51.03 361	400 Liv 5:29.78 345	100 Bru 1:32.96 301	200 Mar 3:01.03 288	