



Tabela de Recordes Nacionais
Luanda, 01-08-2023

Recordes Nac Angola - 50m

Masc., Open

Livres

50m	23.93	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	29/07/2022	Oeiras (POR)
100m	52.21	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	06/04/2023	Sheffield (GBR)
200m	1:53.14	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CD1A	01/04/2015	Lisboa (POR)
400m	3:59.10	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CNIL	26/07/2014	Luanda
800m	8:19.30	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CD1A	27/07/2014	Oeiras (POR)
1500m	16:03.76	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	28/03/2013	Coimbra (POR)

Costas

50m	27.79	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	05/09/2011	Maputo (MOZ)
100m	59.30	Lima, Pedro	71	ANG	ANG	16/02/1992	Lisboa (POR)
200m	2:13.80	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	15/09/2010	Casablanca (MAR)

Bruços

50m	28.89	Ervedosa, Mário	98	ANG	CD1A	11/09/2018	Argel (ALG)
100m	1:05.28	Ervedosa, Mário	98	ANG	CD1A	23/07/2017	Budapeste (HUN)
200m	2:21.65	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	28/07/2011	Shangai (CHN)

Mariposa

50m	25.04	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	18/06/2022	Budapest (HUN)
100m	54.73	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	10/04/2022	Stockholm (SWE)
200m	2:03.27	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CD1A	11/04/2015	Lisboa (POR)

Estilos

200m	2:04.23	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CD1A	11/04/2015	Lisboa (POR)
400m	4:23.12	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	07/09/2015	Brazzaville (CGO)

Livres Estafeta

4 x 50m	1:36.15	Seleção de Angola		ANG	ANG	06/05/2023	Luanda
		FRANCISCO, Daniel Sebastiao, FURTADO, Yusseni Rafael, GORDO, Salvador Vieira, MASCARENHAS, Henrique					
4 x 100m	3:35.03	Seleção de Angola		ANG	ANG	14/10/2021	Accra (GHA)
		FRANCISCO, Daniel Sebastião, PINOTES, Pedro Miguel, MASCARENHAS, Henrique, GORDO, Salvador Vieira					
4 x 200m	8:02.28	Seleção de Angola		ANG	ANG	13/10/2021	Accra (GHA)
		MASCARENHAS, Henrique, FRANCISCO, Daniel Sebastião, GORDO, Salvador Vieira, PINOTES, Pedro Miguel					

Estilos Estafeta

4 x 50m	1:49.87	Seleção de Angola		ANG	ANG	25/05/2013	Coimbra (POR)
		MATIAS, João, AGUIAR, João, ROLA, Nuno, PINOTES, Pedro					
4 x 100m	4:02.03	Seleção de Angola		ANG	ANG	16/10/2021	Accra (GHA)
		GORDO, Salvador Vieira, PINOTES, Pedro Miguel, FRANCISCO, Daniel Sebastião, MASCARENHAS, Henrique					

Femin., Open

Livres

50m	27.59	Fernandes, N'Hara Violeta	06	ANG	CNIL	29/07/2023	Coimbra (POR)
100m	59.11	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	27/07/2019	Gwangju (KOR)
200m	2:09.41	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	24/08/2018	Argel (ALG)
400m	4:39.92	Nóbrega, Ana Sofia	90	ANG	CD1A	19/12/2015	Coimbra (POR)
800m	9:46.77	Lima, Yara Alexandra	95	ANG	CD1A	05/07/2014	Lisboa (POR)
1500m	19:16.28	Lima, Yara Alexandra	95	ANG	CD1A	28/06/2013	Luanda

Costas

50m	31.60	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	23/08/2019	Casablanca - Rabat
100m	1:07.96	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	22/07/2019	Gwangju (KOR)
200m	2:30.65	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	20/05/2018	Coimbra (POR)

Bruços

50m	35.09	Freitas, Maria Joao	97	ANG	CNIL	14/04/2022	Lusaka (ZAM)
100m	1:14.89	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG	01/06/1998	Florida (USA)
200m	2:40.71	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG	01/06/1995	Charlotte (USA)

Mariposa

50m	28.33	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	07/04/2019	Coimbra (POR)
100m	1:02.30	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	08/02/2020	Lisboa (POR)

Piscina longa (50m)

Piscina longa (50m)



Tabela de Recordes Nacionais Luanda, 01-08-2023

200m	2:19.59	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	09/02/2020	Lisboa (POR)
Estilos							
200m	2:29.36	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	09/02/2020	Lisboa (POR)
400m	5:22.89	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	08/07/2023	Vila Franca de Xira (POR)
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:55.28	Seleção de Angola FERNANDES, N'Hara Violeta, LIMA, Lia Ana, SANTO, Rafaela Espírito, FREITAS, Maria João		ANG	ANG	06/05/2023	Luanda
4 x 100m	4:13.62	Seleção de Angola FREITAS, Maria João, LIMA, Lia Ana, SANTO, Rafaela Espírito, SOUSA, Catarina Welvitchia		ANG	ANG	13/10/2021	Accra (GHA)
4 x 200m	9:14.26	Seleção de Angola FREITAS, Maria João, LIMA, Ana Lia, SANTO, Rafaela Espírito, SOUSA, Catarina Welvitchia		ANG	ANG	11/10/2021	Accra (GHA)
Estilos Estafeta							
4 x 50m	2:18.95	Clube Desportivo 1º de Agosto NÓBREGA, Ana Sofia, CIPCIC, Maria, LIMA, Yara, COSTA, Daniela		ANG	CD1A	26/01/2014	Luanda
4 x 100m	4:40.76	Seleção de Angola SOUSA, Catarina Welvitchia, FERNANDES, N'Hara Violeta, LIMA, Lia Ana, FREITAS, Maria João		ANG	ANG	16/10/2021	Accra (GHA)
Misto, Open							Piscina longa (50m)
Livres Estafeta							
4 x 100m	3:48.99	Seleção de Angola FRANCISCO, Daniel Sebastião, PINOTES, Pedro Miguel, SOUSA, Catarina Welvitchia, FREITAS, Maria João		ANG	ANG	12/10/2021	Accra (GHA)
Estilos Estafeta							
4 x 100m	4:14.58	Seleção de Angola GORDO, Salvador Vieira, PINOTES, Pedro Miguel, LIMA, Lia Ana, SOUSA, Catarina Welvitchia		ANG	ANG	15/10/2021	Accra (GHA)
Masc., SEN							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	23.93	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	29/07/2022	Oeiras (POR)
100m	52.21	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	06/04/2023	Sheffield (GBR)
200m	1:53.14	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	01/04/2015	Lisboa (POR)
400m	3:59.10	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CD1A	01/04/2014	Luanda
800m	8:19.30	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	CD1A	27/07/2014	Oeiras (POR)
1500m	16:03.76	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	28/03/2013	Coimbra (POR)
Costas							
50m	27.79	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	05/09/2011	Maputo (MOZ)
100m	59.30	Lima, Pedro	71	ANG	ANG	16/02/1992	Lisboa (POR)
200m	2:13.80	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	15/09/2010	Casablanca (MAR)
Bruços							
50m	28.89	Ervedosa, Mario	98	ANG	CD1A	11/09/2018	Argelia (ALG)
100m	1:05.28	Ervedosa, Mário	98	ANG	CD1A	23/07/2017	Budapeste (HUN)
200m	2:21.65	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	28/07/2011	Shangai (CHN)
Mariposa							
50m	25.04	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	18/06/2022	Budapest (HUN)
100m	54.73	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	10/04/2022	Stockholm (SWE)
200m	2:03.27	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	11/04/2015	Lisboa (POR)
Estilos							
200m	2:04.23	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	11/04/2015	Lisboa (POR)
400m	4:23.12	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	07/09/2015	Brazzaville (CGO)
Femin., SEN							Piscina longa (50m)
Livres							
50m	27.68	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	24/08/2019	Casablanca - Rabat (MAR)
100m	59.11	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	27/07/2019	Gwangju (KOR)
200m	2:09.55	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	24/08/2019	Casablanca - Rabat (MAR)
400m	4:39.92	Nóbrega, Ana Sofia	90	ANG	CD1A	19/12/2015	Coimbra (POR)
800m	9:46.77	Lima, Yara Alexandra	95	ANG	CD1A	06/07/2014	Lisboa (POR)
1500m	20:36.46	Nóbrega, Ana Sofia	90	ANG	CD1A	09/04/2016	Luanda





Tabela de Recordes Nacionais
Luanda, 01-08-2023

Costas							
50m	31.60	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	23/08/2019	Casablanca - Rabat (MAR)
100m	1:07.96	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	22/07/2019	Gwangju (KOR)
200m	2:32.43	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	08/02/2020	Lisboa (POR)
Bruços							
50m	35.09	Freitas, Maria Joao	97	ANG	CNIL	14/04/2022	Lusaka (ZAM)
100m	1:14.89	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG	01/06/1998	Florida (USA)
200m	2:40.71	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG	01/06/1995	Charlotte (USA)
Mariposa							
50m	28.85	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	19/06/2021	Luxemburgo (LUX)
100m	1:02.30	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	08/02/2020	Lisboa (POR)
200m	2:19.59	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	09/02/2020	Lisboa (POR)
Estilos							
200m	2:29.36	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	08/02/2020	Lisboa (POR)
400m	5:22.89	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	08/07/2023	Vila Franca de Xira (POR)
Masc., JUN							
Livres							
50m	24.49	Francisco, Daniel	00	ANG	CD1A	15/09/2018	Argel (ALG)
100m	54.80	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	08/12/2018	Gaboronne (BOT)
200m	1:59.89	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	21/08/2019	Budapest (HUN)
400m	4:13.08	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	20/08/2019	Budapest (HUN)
800m	8:48.54	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	22/08/2019	Budapest (HUN)
1500m	17:03.61	Mascarenhas, Henrique	01	ANG	CNIL	11/05/2019	Bristol (GBR)
Costas							
50m	28.57	Furtado, Yusseni Rafael	05	ANG	CD1A	02/09/2022	Lima (PER)
100m	1:02.96	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	24/07/2019	Gwangju (KOR)
200m	2:21.68	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	08/04/2007	Povoa Varzim (POR)
Bruços							
50m	29.88	Ervedosa, Mário	98	ANG	CD1A	11/12/2015	(RSA)
100m	1:06.00	Ervedosa, Mário	98	ANG	CD1A	10/04/2016	Durban (RSA)
200m	2:34.00	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	05/05/2004	Casablanca (MAR)
Mariposa							
50m	25.27	Francisco, Daniel	00	ANG	CD1A	07/07/2018	Luanda
100m	55.57	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	08/04/2021	Kazan (RUS)
200m	2:09.90	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	05/04/2021	Kazan (RUS)
Estilos							
200m	2:11.29	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	07/04/2021	Kazan (RUS)
400m	4:49.48	Pinotes, Pedro Miguel	89	ANG	ANG	27/07/2007	Aveiro (POR)
Femin., JUN							
Livres							
50m	27.59	Fernandes, N'Hara Violeta	06	ANG	CNIL	29/07/2023	Coimbra
100m	1:00.57	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	10/09/2018	Argel (ALG)
200m	2:09.41	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	24/07/2018	Argel (ALG)
400m	4:50.60	Lima, Yara Alexandra	95	ANG	ANG	07/07/2013	Lisboa (POR)
800m	10:13.28	Lima, Yara Alexandra	95	ANG	CD1A	29/06/2013	Luanda
1500m	19:16.28	Lima, Yara Alexandra	95	ANG	CD1A	19/06/2013	Luanda
Costas							
50m	32.22	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	24/07/2018	Argel (ALG)
100m	1:09.19	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	22/07/2018	Argel (ALG)
200m	2:30.65	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	CNIL	20/05/2018	Coimbra (POR)
Bruços							
50m	35.16	Fernandes, N'Hara Violeta	06	ANG	CNIL	07/04/2023	Oeiras (POR)
100m	1:18.35	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG		
200m	2:48.43	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG		
Mariposa							
50m	28.33	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	07/04/2019	Coimbra (POL)

Piscina longa (50m)

Piscina longa (50m)



Tabela de Recordes Nacionais
Luanda, 01-08-2023

100m	1:03.64	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	06/04/2019	Coimbra (POR)
200m	2:21.51	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	21/08/2019	Casablanca - Rabat (MAR)
Estilos							
200m	2:29.43	Lima, Lia Ana	01	ANG	CD1A	10/02/2019	Lisboa (POR)
400m	5:31.89	Tremoço, Raquel	01	ANG	CD1A	31/03/2017	Cairo (EGY)
Masc., JUV							
Livres							
50m	25.60	Aguiar, Joao	83	ANG	CNL	10/06/2000	Luanda
100m	56.71	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	05/05/2018	Plymouth (GBR)
200m	2:06.37	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	28/06/2003	Luanda
400m	4:29.82	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	14/07/2017	Loulé (POR)
800m	9:47.59	Padre, David Alberto	08	ANG	CNIL	07/07/2023	Luanda
1500m	18:22.10	Freitas, Filipe Simões	05	ANG	CD1A	06/07/2019	Setubal (POR)
Costas							
50m	29.76	Anjos, Enzo Miguel	08	ANG	CD1A	25/06/2023	Luanda
100m	1:03.09	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	22/07/2018	Argel (ALG)
200m	2:23.58	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	21/05/2017	Millfield (GBR)
Bruços							
50m	32.36	Francisco, Daniel	00	ANG	ANG	29/08/2015	Singapura (SGP)
100m	1:12.64	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	20/07/2003	Barcelona (ESP)
200m	2:39.21	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	23/07/2003	Barcelona (ESP)
Mariposa							
50m	27.42	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	30/07/2017	Sheffield (GBR)
100m	58.46	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	23/07/2018	Argel (ALG)
200m	2:14.85	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	24/07/2018	Argel (ALG)
Estilos							
200m	2:18.77	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	24/07/2003	Barcelona (ESP)
200m	2:18.77	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	16/07/2017	Loulé (POR)
400m	4:55.71	Matias, Joao Luis	86	ANG	ANG	13/08/2002	Cairo (EGY)
Femin., JUV							
Livres							
50m	28.40	Silva, Carlota Filipa	08	ANG	IND	29/07/2023	Coimbra (POR)
100m	1:03.53	Silva, Carlota Filipa	08	ANG	IND	28/07/2023	Coimbra (POR)
200m	2:19.39	Vieira, Alexia Jimenez	08	ANG	IND	08/07/2022	Terragona (ESP)
400m	4:52.81	Vieira, Alexia Jimenez	08	ANG	IND	25/06/2022	Luanda
800m	10:11.03	Vieira, Alexia Jimenez	08	ANG	IND	10/07/2022	Terragona (ESP)
1500m	20:00.11	Romero, Ana	88	ANG	ANG	05/05/2004	Casablanca (MAR)
Costas							
50m	33.49	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	ANG	09/05/2015	Luanda
100m	1:14.02	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	ANG	08/05/2015	Luanda
200m	2:42.30	Sousa, Catarina Welvitchia	00	ANG	ANG	10/05/2015	Luanda
Bruços							
50m	35.41	Cipcic, Maria	99	ANG	CD1A	01/12/2013	Zambia (ZAM)
100m	1:18.74	Cipcic, Maria	99	ANG	CD1A	29/11/2013	Zambia (ZAM)
200m	3:01.22	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG	21/08/1990	(TUN)
Mariposa							
50m	30.52	Silva, Carlota Filipa	08	ANG	IND	28/07/2023	Coimbra (POR)
100m	1:08.67	Silva, Carlota Filipa	08	ANG	IND	08/07/2023	Luanda
200m	2:45.03	Freire, Elsa	74	ANG	ANG		Luanda
Estilos							
200m	2:40.81	Freire, Elsa	74	ANG	ANG	14/12/1988	Harare (ZIM)
400m	5:52.93	Santo, Rhanya Espirito	09	ANG	CNIL	09/07/2023	Luanda
Masc., INF							
Livres							
50m	27.44	Nascimento, Edivaldo	06	ANG	CNIL	12/01/2019	Unionville (CAN)





Tabela de Recordes Nacionais
Luanda, 01-08-2023

100m	1:01.49	Guimaraes, Santiago Rocha	10	ANG	CNIL	23/07/2023	Famalicão (POR)
200m	2:17.94	Guimaraes, Santiago Rocha	10	ANG	CNIL	04/05/2023	Luanda
400m	4:50.89	Guimaraes, Santiago Rocha	10	ANG	CNIL	06/07/2023	Luanda
800m	10:06.02	Freitas, Filipe Simões	05	ANG	CD1A	20/07/2018	S.João da Madeira (POR)
1500m	19:03.65	Freitas, Filipe Simões	05	ANG	CD1A	20/07/2018	S.João da Madeira (POR)
Costas							
50m	31.54	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	21/05/2016	Millfield (GBR)
100m	1:11.58	Nascimento, Edivaldo	06	ANG	CNIL	15/06/2019	Unionville (CAN)
200m	2:36.81	Nascimento, Edivaldo	06	ANG	CNIL	01/06/2019	Windsor (CAN)
Bruços							
50m	33.86	Nascimento, Edivaldo	06	ANG	CNIL	28/04/2019	Unionville (CAN)
100m	1:18.34	Nascimento, Edivaldo	06	ANG	CNIL	09/03/2019	Unionville (CAN)
200m	2:50.13	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	16/07/2016	Famalicão (POR)
Mariposa							
50m	29.13	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	24/04/2016	Plymouth (GBR)
100m	1:04.63	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	16/07/2016	Famalicão (POR)
200m	2:28.19	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	23/04/2016	Plymouth (GBR)
Estilos							
200m	2:30.38	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	14/05/2016	Plymouth (GBR)
400m	5:25.61	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CD1A	15/05/2016	Plymouth (GBR)
Femin., INF							
Livres							
50m	30.33	Morais, Nyriam Welwitschia	08	ANG	CNIL	19/06/2021	Luanda
100m	1:06.12	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
200m	2:29.99	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
400m	5:00.86	Albuquerque, Alda Lara	83	ANG	SB	18/09/1995	Portugal (POR)
800m	11:15.70	Santo, Rhanya Espirito	09	ANG	CNIL	25/06/2022	Luanda
1500m	21:36.02	Santo, Rhanya Espirito	09	ANG	CNIL	22/05/2022	Luanda
Costas							
50m	33.82	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
100m	1:14.25	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
200m	2:46.63	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
Bruços							
50m	37.89	Cipic, Maria	99	ANG	CD1A	14/09/2013	Nairobi (KEN)
100m	1:25.03	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	CD1A	12/12/1987	Luanda
200m	3:06.03	Cruz, Nadia Eloy	75	ANG	ANG	29/11/1987	Luanda
Mariposa							
50m	31.55	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
100m	1:15.43	Freire, Elsa	74	ANG	ANG	06/08/1987	Luanda
200m	3:14.23	Romero, Ana	88	ANG	ASA	01/07/2001	Luanda
Estilos							
200m	2:41.99	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	14/04/2021	Stellenbosch (RSA)
400m	5:58.03	Albuquerque, Alda Lara	83	ANG	ANG		(POR)
Masc., CAD							
Livres							
50m	31.26	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	06/07/2014	Luanda
100m	1:12.90	Hoygaard, Gabriel	78	ANG	CD1A	01/07/1989	Luanda
200m	2:37.70	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	04/07/2014	Luanda
400m	5:36.03	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	06/07/2014	Luanda
800m	11:58.21	Leite, Jeremy		ANG	CD1A	11/05/2003	Luanda
1500m	26:57.97	Jaco, Asher	02	ANG	CD1A	28/06/2013	Luanda
Costas							
50m	37.31	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	05/07/2014	Luanda
100m	1:22.34	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	06/07/2014	Luanda
200m	3:02.02	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	06/07/2014	Luanda
Piscina longa (50m)							





Tabela de Recordes Nacionais
Luanda, 01-08-2023

Bruços							
50m	42.89	Leite, Jeremy		ANG	CD1A	10/05/2003	Luanda
100m	1:32.65	Leite, Jeremy		ANG	CD1A	13/04/2003	Luanda
200m	3:38.06	Freitas, Filipe Simões	05	ANG	CD1A	09/04/2016	Luanda
Mariposa							
50m	32.80	Hoygaard, Gabriel	78	ANG	ANG	05/05/1990	Havana (CUB)
100m	1:25.40	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	09/05/2014	Luanda
200m	3:36.33	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	10/05/2014	Luanda
Estilos							
200m	2:59.08	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	03/06/2014	Luanda
400m	6:17.55	Gordo, Salvador Vieira	03	ANG	CNIL	05/07/2014	Luanda
Femin., CAD							
Livres							
50m	32.05	Morais, Wezza Lukenya	06	ANG	CNIL	04/06/2023	Luanda
100m	1:11.74	Morais, Wezza Lukenya	06	ANG	ANG	06/05/2023	Luanda
200m	2:38.95	Romero, Ana	88	ANG	ANG	28/05/1999	Mauricias (MRI)
400m	5:35.22	Romero, Ana	88	ANG	ICM	15/07/1999	Luanda
800m	12:41.23	Romero, Ana	88	ANG	ICM	19/09/1998	Luanda
Costas							
50m	38.66	Morais, Wezza Lukenya	12	ANG	CNIL	30/10/2022	Luanda
100m	1:22.57	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	26/09/2019	Stellenbosch (RSA)
200m	2:56.94	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	26/09/2019	Stellenbosch (RSA)
Bruços							
50m	44.01	Cahombo, Melvire	02	ANG	CD1A	27/06/2013	Luanda
100m	1:36.56	Romero, Ana	88	ANG	ICM	31/07/1999	Luanda
200m	3:26.20	Romero, Ana	88	ANG	ICM	04/07/1999	Luanda
Mariposa							
50m	33.95	Morais, Wezza Lukenya		ANG	CNIL	21/05/2023	Luanda
100m	1:26.30	Romero, Ana	88	ANG	ICM	17/07/1999	Luanda
200m	3:21.04	Romero, Ana	88	ANG	ICM	15/07/2000	Luanda
Estilos							
200m	3:00.49	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	26/09/2019	Stellenbosch (RSA)
400m	7:38.26	Coelho, Eliane	03	ANG	CD1A	09/05/2014	Luanda
Masc., INI							
Livres							
50m	37.72	Manuel, Silvério	08	ANG	OSC	27/05/2017	Luanda
100m	1:31.64	Teixeira, Roberto Espirito	14	ANG	CNIL	25/06/2023	Luanda
200m	3:29.60	Teixeira, Roberto Espirito	14	ANG	CNIL	03/06/2023	Luanda
400m	9:30.63	Manuel, Silvério		ANG	OSC	15/02/2016	Luanda
Costas							
50m	36.18	Jurado, Sergio	11	ANG	CD1A	26/05/2018	Luanda
100m	1:46.81	Furtado, Marco	09	ANG	CD1A	27/05/2018	Luanda
Bruços							
50m	39.84	Jurado, Sergio	11	ANG	CD1A	27/05/2018	Luanda
100m	1:57.12	Pinto, David Paz	14	ANG	CNIL	20/05/2023	Luanda
Femin., INI							
Livres							
50m	37.89	Morais, Wezza Lukenya	12	ANG	CNIL	19/06/2021	Luanda
100m	1:32.06	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	28/05/2017	Luanda
200m	3:45.78	Santo, Ranya Espirito	09	ANG	CNIL	14/10/2017	Luanda
Costas							
50m	46.76	Morais, Wendy Lukenya	12	ANG	CNIL	20/06/2021	Luanda
100m	1:40.54	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	27/05/2017	Luanda





Tabela de Recordes Nacionais Luanda, 01-08-2023

Bruços							
50m	50.30	Santos, Kaila	11	ANG	CD1A	27/05/2018	Luanda
100m	2:01.28	Jurado, Stephanie	08	ANG	CD1A	26/05/2017	Luanda
Estilos							
200m	4:17.78	Santos, Kaila	11	ANG	CD1A	19/10/2019	Luanda
Masc., SEN							
Piscina longa (50m)							
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:38.98	Seleção de Angola	ANG	ANG	26/05/2013	Coimbra (POR)	
AGUIAR, Joao, MATIAS, Joao Luis, ROLA, Nuno Miguel, PINOTES, Pedro Miguel							
4 x 100m	3:39.00	Seleção de Angola	ANG	ANG	14/09/2012	Nairobi (KEN)	
MATIAS, João, PINOTES, Pedro, AGUIAR, João, ROLA, Nuno							
4 x 200m	8:22.62	Seleção de Angola	ANG	ANG	12/09/2012	Nairobi (KEN)	
PINOTES, Pedro, ROLA, Nuno, ALBERTO, Carlos, MATIAS, João							
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:49.87	Seleção de Angola	ANG	ANG	25/05/2013	Coimbra (POR)	
MATIAS, Joao Luis, AGUIAR, Joao, ROLA, Nuno Miguel, PINOTES, Pedro Miguel							
4 x 100m	4:02.76	Seleção de Angola	ANG	ANG	03/05/2023	Luanda	
GORDO, Salvador Vieira, PIRES, Djamel Jesus, FRANCISCO, Daniel Sebastião, MASCARENHAS, Henrique							
Femin., SEN							
Piscina longa (50m)							
Livres Estafeta							
4 x 100m	4:44.97	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	08/02/2015	Luanda	
NÓBREGA, Ana, COSTA, Daniela, FREIRE, Elsa, CRUZ, Nádía							
Estilos Estafeta							
4 x 50m	2:20.47	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	06/02/2015	Luanda	
NÓBREGA, Ana, COSTA, Daniela, FREIRE, Elsa, CRUZ, Nádía							
4 x 100m	5:18.41	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	07/02/2015	Luanda	
NÓBREGA, Ana, COSTA, Daniela, FREIRE, Elsa, CRUZ, Nádía							
Misto, 18 +							
Piscina longa (50m)							
Livres Estafeta							
4 x 100m	3:48.99	Seleção de Angola	ANG	ANG	12/10/2021	Accra (GHA)	
FRANCISCO, Daniel Sebastião, PINOTES, Pedro Miguel, SOUSA, Catarina Welvitchia, FREITAS, Maria João							
Estilos Estafeta							
4 x 100m	4:14.58	Seleção de Angola	ANG	ANG	15/10/2021	Accra (GHA)	
GORDO, Salvador Vieira, PINOTES, Pedro Miguel, LIMA, Lia Ana, SOUSA, Catarina Welvitchia							
Masc., JUN							
Piscina longa (50m)							
Livres Estafeta							
4 x 50m	1:46.17	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	09/04/2016	Luanda	
COSTA, Costa, ALFREDO, Márcio, FRANCISCO, Daniel, FERNANDES, Márcio							
4 x 100m	3:59.98	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	28/01/2023	Luanda	
FORTES, Alex Pascoal, COCHOFEL, Jose Luis, MIGUEL, Helio Ricardo, TATI, Janel Yondu							
4 x 200m	9:24.76	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	25/06/2022	Luanda	
TATI, Janel Yondu, LUTANGO, Emanuel Ricardo, MONTEIRO, Luis Alves, FORTES, Alex Pascoal							
Estilos Estafeta							
4 x 50m	1:59.99	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	21/05/2017	Luanda	
COSTA, Luyane, PAULO, Bráulio, FRANCISCO, Daniel, VIRGÍLIO, Filpert							
4 x 100m	4:33.35	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	19/05/2017	Luanda	
COSTA, Luyane, PAULO, Bráulio, FRANCISCO, Daniel, VIRGÍLIO, Filpert							
Femin., JUN							
Piscina longa (50m)							
Livres Estafeta							
4 x 50m	2:46.78	Onda Sport Clube	ANG	ONDA	21/05/2017	Luanda	
MALAMBA, Diana, BESSA, Lwendzi, NOBY, Nargues, ALBERTO, Daniela							

**BFA****Sanlam****TAA****PUMANGOL****NOVAGROLIDER**
Agricultura, Aprovechamiento e Agrandamiento**Refriango****LALESCA**
LABORATÓRIOS DE ANÁLISES**3RILHO**
BEM-ESTAR



Tabela de Recordes Nacionais Luanda, 01-08-2023

4 x 100m	4:37.44	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
SILVA, Welwitchia Fatima, ZHUKOV, Aleksandra Clarissa, LOURENCO, Jasmine Celeste, FERNANDES, N'Hara Violeta						
4 x 200m	10:38.96	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	25/06/2023	Luanda
ZHUKOV, Aleksandra Larissa, REIS, Paloma Cristina, LOURENCO, Jasmine Celeste, CLEMENTE, Tayanne Lueji						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:33.87	Clube Nautico da ilha de luanda	ANG	CNIL	10/05/2014	Luanda
SOUSA, Keyla, ESTEVES, Jéssica, RIBEIRO, Nayara, ANTÓNIO, Miriam						
4 x 100m	5:45.64	Clube Nautico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	27/01/2023	Luanda
LOURENÇO, Milena Jamila, NUNES, Ana Lueji, SILVA, Welwitchia Fatima, NASCIMENTO, Renata Alexandra						
Misto, 15 - 17						Piscina longa (50m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:25.98	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
ANTONIO, Ivanilson Ricardo, CLEMENTE, Tayanne Lueji, NASCIMENTO, Renata Alexandra, DOMINGOS, Kilton Antonio						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:07.16	Seleção de Angola	ANG	ANG	29/10/2022	Luanda
FORTES, Alex Pascoal, FERNANDES, N'Hara Violeta, COCHOFEL, Jose Luis, SILVA, Welwitchia Fatima						
Masc., JUV						Piscina longa (50m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	1:53.87	Seleção de Angola	ANG	ANG	16/02/2019	Windhoek (NAM)
ZOCOLO, Osvaldo Daniel, FRANCISCO, Alexandre, FREITAS, Filipe Simões, FURTADO, Yusseni Rafael						
4 x 100m	4:11.45	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	25/06/2023	Luanda
ZHUKOV, Oleksander Mario, FERNANDES, Carlos Daniel, MANUEL, Silverio Fernando, ANJOS, Enzo Miguel						
4 x 200m	9:25.30	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	25/06/2022	Luanda
COCHOFEL, Jose Luis, PADRE, David Alberto, FRANCISCO, Rildo Asiel, BREDEL, Rafael Freitas						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:06.97	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
PADRE, David Alberto, MANUEL, Silverio Fernando, ANJOS, Enzo Miguel, SOUSA, Guilherme Machado						
4 x 100m	4:43.08	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	24/06/2023	Luanda
ZHUKOV, Oleksander Mario, MANUEL, Silverio Fernando, ANJOS, Enzo Miguel, FERNANDES, Carlos Daniel						
Femin., JUV						Piscina longa (50m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:06.63	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
CARVALHO, Nayara Filipa, JANOTA, Nelma Tchiveli, SANTO, Rhanya Espirito, MORAIS, Nyriam Welwitschia						
4 x 100m	4:33.65	Seleção de Angola	ANG	ANG	04/05/2023	Luanda
SANTO, Rhanya Espirito, JURADO, Stephanie Caiate, CLEMENTE, Ines Tchissolene, MORAIS, Nyriam Welwitschia						
4 x 200m	10:24.36	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	21/05/2022	Luanda
SANTOS, Inara Pinto, MORAIS, Nyriam Welwitschia, LOURENCO, Milena Jamila, SILVA, Welwitchia Fatima						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:31.06	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	21/05/2017	Luanda
LIDADOR, Eliane, CAHOMBO, Melvire, JORGE, Alice, SANTOS, Alexandra						
4 x 100m	5:09.17	Seleção de Angola	ANG	ANG	03/05/2023	Luanda
SANTO, Rhanya Espirito, CLEMENTE, Ines Tchinossole, JURADO, Stephanie Caiate, MORAIS, Nyriam Welwitschia						
Misto, 13 - 14						Piscina longa (50m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:09.25	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
ANTONIO, Jeronimo Diogo, CLEMENTE, Ines Tchinossole, NICODEMOS, Carlos Tuweny, SANTOS, Inara Pinto						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:58.05	Seleção de Angola	ANG	ANG	29/10/2022	Luanda
SANTOS, Djamilia Wilma, MANUEL, Silverio Fernando, AFONSO, Luciano Rodrigues, ANTONIO, Andreia Katila						
4 x 100m	4:44.30	Seleção de Angola	ANG	ANG	05/05/2023	Luanda
JURADO, Stephanie, MANUEL, Silverio, FURTADO, Marco, MORAIS, Nyriam						
Masc., INF						Piscina longa (50m)
Livres Estafeta						
4 x 50m	2:06.44	Onda Sport Clube	ANG	OSC	28/05/2017	Luanda
VEMBA, Ricardo, AGOSTINHO, Adelino, GOMES, Kiamy, ZOCOLO, Osvaldo						



Tabela de Recordes Nacionais Luanda, 01-08-2023

4 x 100m	4:51.99	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	22/05/2022	Luanda
FERNANDES, Carlos Daniel, NGUVO, William Elizandro, FURTADO, Marco Alessandro, ZHUKOV, Oleksander Mario						
4 x 200m	10:21.42	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	18/05/2019	Luanda
BENTO, Quiosa, AUGUSTO, Armando, MUTEKA, Shawn, BREDEL, Rafael						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:29.47	Onda Sport Clube	ANG	OSC	27/05/2017	Luanda
ZOCOLO, Osvaldo, VEMBA, Ricardo, AGOSTINHO, Adelino, GOMES, Kiamy						
4 x 100m	5:27.94	Clube Desportivo 1º de Agosto	ANG	CD1A	26/06/2022	Luanda
ZHUKOV, Oleksander Mario, NGUVO, William Elizandro, FURTADO, Marco Alessandro, FERNANDES, Carlos Daniel						
Femin., INF						
Livres Estafeta						
Piscina longa (50m)						
4 x 50m	2:21.59	Seleção de Angola	ANG	ANG	23/02/2020	Gaborone (BOT)
SANTOS, Inara, SILVA, Welvitchia, TATI, Nelja, MORAIS, Nyrian						
4 x 100m	5:06.47	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	25/04/2021	Luanda
MORAIS, Nyriam Welwitschia, PIRES, Beatriz Egípto, SANTOS, Neizla Miguela, SANTO, Rhanya Daniela						
4 x 200m	11:16.20	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	20/06/2021	Luanda
MORAIS, Nyriam Welwitschia, SANTOS, Neizla Miguela, SANTO, Rhanya Espírito, SANTOS, Inara Pinto						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:40.40	Atlético Sport Aviação	ANG	ASA	21/06/2003	Luanda
VERÍSSIMO, Carla, BOAVIDA, Luana, GONÇALVES, Andreia, ANDRADE, Lucelia						
4 x 100m	5:32.12	Atlético Sport Aviação	ANG	ASA	22/06/2003	Luanda
BOAVIDA, Luana, GOMES, Níria, GONÇALVES, Andreia, ANDRADE, Luélia						
Misto, 11 - 12						
Livres Estafeta						
Piscina longa (50m)						
4 x 50m	2:10.54	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
VUNGE, Chelsea Idalina, GUIMARAES, Santiago Rocha, PEDRO, Beatriz Silva, TATI, N'Lwemba Kyese						
Masc., CAD						
Livres Estafeta						
Piscina longa (50m)						
4 x 50m	2:36.67	Clube Desportivo 1º Agosto	ANG	CD1A	10/04/2016	Luanda
FILIFE, Freitas, NASCIMENTO, Vivaldo, FURTADO, Yussen, VIRGILIO, Derek						
4 x 100m	5:51.04	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	06/07/2014	Luanda
ETHNAN, Pedro, EDVALDO, Nascimento, RAUL, Santos, SALVADOR, Gordo						
4 x 200m	13:28.47	Clube Desportivo 1º Agosto	ANG	CD1A	11/04/2016	Luanda
FREITAS, Filipe, FURTADO, Yussen, VIRGILIO, Derek, NASCIMENTO, Vivaldo						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	2:53.49	Clube Desportivo 1º Agosto	ANG	CD1A	19/06/2003	Luanda
ALBUQUERQUE, Francisco, PINA, Mauro, LEITE, Jeremy, ANDRADE, Stenio						
4 x 100m	6:31.21	Clube Desportivo 1º Agosto	ANG	CD1A	20/06/2003	Luanda
ALBUQUERQUE, Filipe, CARVALHO, Geison, LEITE, Jeremy, VIEIRA, Cláudio						
Femin., CAD						
Livres Estafeta						
Piscina longa (50m)						
4 x 50m	3:05.39	Seleção de Angola	ANG	ANG	30/10/2022	Luanda
GUIMARAES, Carolina Rocha, MIGUEL, Isabella E.M, NASCIMENTO, Rayane Constancia, MORAIS, Wezza Lukenya						
4 x 100m	5:49.44	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	21/05/2023	Luanda
MORAIS, Wendy Lukenya, GUIMARAES, Carolina Rocha, MIGUEL, Isabella Eduarda, MORAIS, Wezza Lukenya						
4 x 200m	12:32.06	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	25/06/2023	Luanda
MORAIS, Wezza Lukenya, MIGUEL, Isabella Eduarda, GUIMARAES, Carolina Rocha, MORAIS, Wendy Lukenya						
Estilos Estafeta						
4 x 50m	3:11.28	Clube Desportivo 1º Agosto	ANG	CD1A	17/05/2013	Luanda
CHAGAS, Sara, CAHOMBO, Mélvire, COELHO, Daniela, COELHO, Eliane						
4 x 100m	6:50.52	Clube Náutico da Ilha de Luanda	ANG	CNIL	24/06/2023	Luanda
MIGUEL, Isabella Eduarda, MORAIS, Wendy Lukenya, MORAIS, Wezza Lukenya, GUIMARAES, Carolina Rocha						