

## Torneio Nadador Completo Cadetes

O Torneio Nadador Completo é uma prova combinada que pretende classificar os nadadores segundo o melhor domínio das 4 técnicas em vigor. Existente no Calendário Regional há mais de 40 anos, tem permanecido ininterruptamente desde 1983, havendo por isso tabelas comparativas de performances registadas. É ainda, considerado pelos treinadores, como o torneio prioritário para faixas etárias mais novas, desde logo porque avalia a base técnica do domínio do gesto, orientador de voos mais altos na natação competitiva.

Para a categoria de Cadetes, o domínio das 4 técnicas evolui em distância consoante a idade dos nadadores, sendo o último ano com o figurino igual às restantes categorias. Apresentamos de seguida um ranking dos 25 melhores resultados de sempre, de cadetes de último ano, bem como dos vencedores da época transacta.

### 25 MELHORES MARCAS REGIONAIS - NADADOR COMPLETO

Cadetes - Masc. ( 12 Anos )						Cadetes - Fem. ( 11 Anos )				
NOME	Clube	Nasc	Ano	Marca		NOME	Clube	Nasc	Ano	Marca
Nuno Silva	CNM	87	99	7.54.85	<b>1</b>	Inês Cunha	AAC	86	97	8.19.50
João Pedro Neves	GCF	85	97	7.57.94	<b>2</b>	Joana Ribeiro	CNM	87	98	8.20.96
Francisco José Fernandes	CDL	96	8	7.58.80	<b>3</b>	Solange Azevedo	GCF	89	0	8.38.55
Pedro Ribeiro Santos	ABPG	96	8	8.06.83	<b>4</b>	Ana Nora	SCC	89	0	8.38.84
Paulo Póvoa	CNM	85	97	8.09.38	<b>5</b>	Mariana Cunha	AAC	83	94	8.42.70
Alexandre Gonçalves	AAC	78	90	8.16.10	<b>6</b>	Daniela Nunes	CFUC	87	98	8.47.98
Pedro Bernardes	CNAC	81	93	8.17.90	<b>7</b>	Maria Miguel Veloso	CNAC	93	4	9.03.04
Ricardo Gaspar	GCF	78	90	8.18.40	<b>8</b>	Rita Amado Laezza	CNAC	95	6	9.04.03
Rui Carrito	GCF	86	98	8.18.92	<b>9</b>	M <sup>a</sup> João Neves	GCF	80	91	9.07.00
Filipe Cardoso	CNAC	86	98	8.20.75	<b>10</b>	Adriana Correia Lopes	CDL	95	6	9.08.44
Ricardo Ribeiro	CNM	85	97	8.21.09	<b>11</b>	Ana Borralho	CNAC	83	94	9.13.30
Miguel Silva Oliveira	CNMC	91	3	8.21.47	<b>12</b>	Alexandra Martins	CNAC	82	93	9.13.70
Ricardo Leal	GCF	85	97	8.22.26	<b>13</b>	Joana Lebre	GCF	91	2	9.14.84
Helder Lopes	ACM	82	94	8.22.60	<b>14</b>	Ana Paula Rocha	CNAC	88	99	9.15.73
João Baltar	ACM	81	93	8.24.00	<b>15</b>	Sofia Veríssimo Pedrosa	JFP	95	6	9.16.28
Sérgio Azenha	CNM	80	92	8.24.90	<b>16</b>	Inês Vale	CFUC	88	99	9.17.25
João Santos	CNM	85	97	8.25.19	<b>17</b>	Sandra Santos	CNAC	82	93	9.17.70
Luis Silva	CNAC	85	97	8.26.20	<b>18</b>	Tânia Martins Garcia	GCF	92	3	9.21.76
António Portugal	CNAC	73	85	8.27.10	<b>19</b>	Patrícia Correia	GCF	89	0	9.22.92
Rómulo Pereira	GCF	87	99	8.28.53	<b>20</b>	Ana Lúcia Gomes	CNAC	81	92	9.23.50
António Cortesão	CNAC	72	84	8.28.70	<b>21</b>	Sofia Roque	CNAC	82	93	9.24.30
Bernardo Rodrigues	CNAC	80	92	8.29.10	<b>22</b>	Patrícia Silva	GCF	82	93	9.24.60
Daniel Miguéis	GCF	88	0	8.29.56	<b>23</b>	Ana Rolo	GCF	81	92	9.25.00
Ricardo Silva	CNM	85	97	8.29.57	<b>24</b>	Tatiana Marques	CNAC	88	99	9.26.98
Álvaro Melo	ACM	66	78	8.30.20	<b>25</b>	Marta Ribeiro	AAC	86	97	9.27.00

VENCEDORES NADADOR COMPLETO 2008 - CADETES										
Masculinos										
	Atleta	Clube	Nasc	Id	Marip	Costas	Bruços	Livres	Estilos	Total
2008	Francisco José Fernandes	CDL	96	12	1.14.93	1.15.43	1.33.91	1.05.14	2.49.39	7.58.80
2008	Gabriel José Lopes	CDL	97	11	0.33.57	1.18.74	1.25.60	1.07.28	1.16.96	5.42.15
2008	Tiago Moisés Dinis	AAC	98	10	0.18.95	0.43.49	0.47.24	0.37.40	1.32.14	3.59.22
Femininos										
2008	Cíntia Mariana Fernandes	AAC	97	11	1.35.00	1.31.91	1.47.59	1.24.16	3.17.59	9.36.25
2008	Mariana Cunha Guerra	SCC	98	10	0.42.18	1.28.52	1.43.76	1.17.66	1.31.98	6.44.10
2008	Iara Santos Loureiro	CDL	99	9	0.22.03	0.50.54	0.53.69	0.41.74	1.45.44	4.33.44