

**Sociedade Columbofila Cantanhedense**  
**Campeonato Nacional de Longa Distancia (3 e 5 km) Final**

**Coimbra (POR) 09-04-2011**

Sumário de resultados

Piscina longa (50m),

Apelido, Nome	Ano Nasc.	Strecke	Pl.	Tempo	Sessão	Antigo PB.	Difer.	
Machado Florbela Cavaco	96 :	50m Livres		33.18		29.91	81%	Pt.
		100m Livres		1:09.15		1:04.06	86%	Pt.
		200m Livres		2:20.20		2:14.39	92%	Pt.
		400m Livres		4:41.94		4:34.01	94%	Pt.
		800m Livres		9:27.20		9:20.87	98%	Pt.
		1500m Livres		17:52.76		17:43.10	98%	Pt.
		5000m Livres	1	1:00:41.73		1:02:40.76	107% RP	Pt.
Neto Hugo Neves	94 :	50m Livres		33.48		28.90	75%	Pt.
		100m Livres		1:09.69		1:00.28	75%	Pt.
		200m Livres		2:21.87		2:08.82	82%	Pt.
		400m Livres		4:45.32		4:33.80	92%	Pt.
		800m Livres		9:31.74		9:31.42	100%	Pt.
		1500m Livres		17:56.41		18:08.51	102% RP	Pt.
		5000m Livres	3	1:01:13.91		1:03:03.32	106% RP	Pt.

Total 14 resultados individuais, desempenho médio: 92,0%

0 novos rec. Clube, 3 novos rec. pessoais

Maior melhoria: Machado Florbela Cavaco, 5000m Livres 1:00:41.73