



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

Melhores tempos por faixa - 25 METROS

PROVA	FAIXA	TEMPO	EVENTO	DATA	
50 LIVRE FEM	70 +	40.18	CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - IV RODADA	24/08/2013	
	75 +	40.89	1ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	01/04/2017	
	80 +	45.29	XXV TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	10/07/2022	
50 COSTAS FEM	55 +	45.26	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	03/11/2000	
	60 +	42.93	VIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	28/09/2003	
	65 +	45.50	XIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	28/09/2008	
	70 +	45.27	XVIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	22/09/2013	
	75 +	47.61	5ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	30/09/2017	
50 BORBOLETA FEM	80 +	51.22	XXVII COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	10/09/2022	
	60 +	46.57	XI COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	03/07/2004	
	70 +	50.08	III TORNEIO MASTERS - RJ	27/05/2012	
100 LIVRE FEM	55 +	1:27.74	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	03/11/2000	
	65 +	1:28.84	XV COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	14/06/2008	
	70 +	1:36.58	XXIII COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	04/06/2016	
	75 +	1:34.50	2ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	13/05/2017	
	80 +	1:40.22	TROFÉU BRASIL MASTERS DE NATACÃO	24/06/2023	
100 COSTAS FEM	55 +	1:37.67	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	02/11/2000	
	60 +	1:37.33	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	07/11/2002	
	65 +	1:41.84	CAMPEONATO CARIOCA TEMPORADA 2011 25M	01/12/2011	
	70 +	1:40.76	XIX TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	19/07/2014	
	75 +	1:42.11	5ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	30/09/2017	
	80 +	1:53.28	TROFÉU BRASIL MASTERS DE NATACÃO	25/06/2023	
	70 +	1:57.79	CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE INVERNO - RJ	21/07/2012	
100 BORBOLETA FEM	75 +	2:08.86	XXIV COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	25/06/2017	
	100 MEDLEY FEM	55 +	1:43.08	I CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	05/09/1998
		60 +	1:44.28	X COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	05/07/2003
65 +		1:47.06	49º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATACÃO	22/04/2011	
70 +		1:46.03	XVI MASTERS MAIS MAIS	30/03/2012	
75 +		1:46.18	5ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	30/09/2017	
200 LIVRE FEM	55 +	3:12.80	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	04/11/2000	
	60 +	3:11.00	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	09/11/2002	
	65 +	3:15.88	CAMPEONATO CARIOCA TEMPORADA 2011 25M	01/12/2011	
	70 +	3:16.12	IX CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER EM PISCINA CURTA	01/11/2012	
	75 +	3:25.95	II ETAPA DO CIRCUITO MASTER	06/04/2019	
	80 +	3:40.44	TROFÉU BRASIL MASTERS DE NATACÃO	25/06/2023	
	70 +	3:42.62	XXIV COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	25/06/2017	
200 COSTAS FEM	55 +	3:25.76	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	04/11/2000	
	60 +	3:27.65	VIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	27/09/2003	
	65 +	3:34.82	XII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	15/09/2007	
	70 +	3:36.35	XVIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	21/09/2013	
	75 +	3:41.15	5ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	30/09/2017	
	80 +	4:13.89	XXVIII COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	01/09/2023	
	75 +	4:06.36	XIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	28/09/2008	
200 BORBOLETA FEM	70 +	4:06.93	IX CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER EM PISCINA CURTA	03/11/2012	
	75 +	4:30.57	2ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	13/05/2017	
	200 MEDLEY FEM	55 +	3:42.62	I CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	07/09/1998
60 +		3:37.97	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	10/11/2002	
65 +		3:39.65	XIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATACÃO	27/09/2008	
70 +		3:51.03	I TORNEIO MASTERS - RJ	18/03/2012	
75 +		4:00.09	XI CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATACION MASTER	14/11/2018	
400 LIVRE FEM	55 +	6:41.15	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	02/11/2000	
	60 +	6:38.40	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER PISCINA CURTA	07/11/2002	
	70 +	7:02.19	CAMPEONATO CARIOCA MASTER DE INVERNO	03/08/2013	
	75 +	7:14.00	XXII MAIS MAIS MASTERS DE NATACÃO	10/03/2018	
	80 +	7:57.77	XXVIII COPA BRASIL MASTERS DE NATACÃO	02/09/2023	
	65 +	8:07.05	CAMPEONATO CARIOCA TEMPORADA 2011 25M	01/12/2011	
400 MEDLEY FEM	70 +	7:54.59	IX CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATACÃO MASTER EM PISCINA CURTA	30/10/2012	
	75 +	9:06.72	1ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL RIO MASTER DE NATACÃO 2017	19/03/2017	
	800 LIVRE FEM	70 +	14:11.96	52º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATACÃO	14/11/2013
75 +		14:37.26	XI CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATACION MASTER	13/11/2018	
1500 LIVRE FEM		65 +	27:19.12	49º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATACÃO	21/04/2011
	70 +	26:42.89	CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - IV RODADA	24/08/2013	
	75 +	27:40.69	2ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATACÃO - RJ	13/05/2017	
1000 LIVRE FEM	80 +	30:29.94	TROFÉU BRASIL MASTERS DE NATACÃO	23/06/2023	
	60 +	17:17.47	3º CAMPEONATO BRASILEIRO POR CORREIO 1000M E 2000M	30/06/2006	



Associa o Brasileira Masters de Nata o

Curr culo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matr cula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Nata o | ABMN Online 3.5

Melhores tempos por faixa - 50 METROS

PROVA	FAIXA	TEMPO	EVENTO	DATA
50 LIVRE FEM	60 +	38.78	34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	14/11/2003
	65 +	40.28	43º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	28/03/2008
	70 +	41.92	III RODADA CIRCUITO MÁSTER - RIO DE JANEIRO	16/08/2014
	75 +	40.68	CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE VERÃO DE NATA�O - RJ	08/12/2017
	80 +	43.50	III RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTER 2023	04/06/2023
50 COSTAS FEM	55 +	45.10	27º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	02/11/1998
	60 +	45.23	39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	23/04/2006
	65 +	45.79	42º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	18/11/2007
	70 +	46.42	VII TORNEIO MASTERS - RJ	14/10/2012
	75 +	48.30	CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE VERÃO DE NATA�O - RJ	08/12/2017
80 +	52.95	III RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTER 2023	04/06/2023	
50 BORBOLETA FEM	60 +	48.37	34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	15/11/2003
100 LIVRE FEM	60 +	1:30.59	35º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	23/04/2004
	65 +	1:29.40	43º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	29/03/2008
	75 +	1:35.09	CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE VERÃO DE NATA�O - RJ	08/12/2017
	80 +	1:40.63	I RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022	26/03/2022
	100 COSTAS FEM	55 +	1:38.42	29º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O
60 +	1:39.80	39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	22/04/2006	
65 +	1:41.17	42º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	17/11/2007	
70 +	1:44.35	50º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	21/04/2012	
75 +	1:47.36	59º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	07/04/2017	
80 +	1:54.93	VI RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022	24/09/2022	
100 BORBOLETA FEM	60 +	1:53.90	39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	23/04/2006
	70 +	1:59.10	XI CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATA�O MASTER PISCINA LONGA	30/11/2013
200 LIVRE FEM	55 +	3:13.45	29º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	01/05/2000
	60 +	3:12.70	34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	16/11/2003
	65 +	3:18.16	48º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	07/11/2010
	70 +	3:18.76	VI TORNEIO MASTERS - RJ	09/09/2012
	75 +	3:29.83	III ETAPA DO CIRCUITO MASTER	18/05/2019
80 +	3:45.86	V RODADA DO CIRCUITO MASTER 2024	03/08/2024	
200 COSTAS FEM	55 +	3:32.21	27º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	31/10/1998
	60 +	3:32.11	38º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	12/11/2005
	65 +	3:35.93	42º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	16/11/2007
	70 +	3:37.20	14º FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS	03/06/2012
	75 +	3:49.47	XIII CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATA�O MASTER	24/11/2017
80 +	4:11.72	67º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATA�O	08/04/2022	
200 BORBOLETA FEM	65 +	4:22.31	47º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	24/04/2010
	70 +	4:07.97	14º FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS	03/06/2012
	75 +	4:27.36	17TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATA�O	19/08/2017
200 MEDLEY FEM	55 +	3:41.85	27º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	01/11/1998
	60 +	3:49.38	33º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	03/05/2003
	70 +	3:52.01	14º FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS	03/06/2012
	75 +	3:59.65	17TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATA�O	17/08/2017
400 LIVRE FEM	55 +	6:59.49	IV CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATA�O MASTER PISCINA LONGA	13/11/1999
	60 +	6:35.41	39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	21/04/2006
	65 +	6:50.45	48º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	06/11/2010
	70 +	7:03.99	XX COPA BRASIL MASTERS DE NATA�O	07/07/2013
	75 +	7:21.83	CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE INVERNO	20/07/2019
80 +	7:55.59	VI RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022	24/09/2022	
400 MEDLEY FEM	65 +	7:59.34	47º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	22/04/2010
	70 +	8:02.26	50º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	19/04/2012
	75 +	8:29.70	17TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATA�O	16/08/2017
800 LIVRE FEM	55 +	14:22.32	IV CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATA�O MASTER PISCINA LONGA	12/11/1999
	60 +	13:54.64	40º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATA�O	16/11/2006
	65 +	13:38.88	42º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	15/11/2007
	70 +	13:59.99	V TORNEIO MASTERS - RJ	25/08/2012
	75 +	14:29.21	17TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATA�O	14/08/2017
80 +	16:37.90	69º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATA�O	27/04/2023	
1500 LIVRE FEM	65 +	27:13.57	47º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	22/04/2010
	70 +	26:58.84	V TORNEIO MASTERS - RJ	25/08/2012
	75 +	28:50.55	61º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA�O	05/04/2018
3000M ÁGUAS ABERTAS FEM	80 +	1:45:28.00	IX PAN AMERICAN MASTER CHAMPIONSHIPS	26/07/2024



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

Melhores tempos all-time - 25 METROS

PROVA	FAIXA	TEMPO	EVENTO	DATA
50 LIVRE FEM	70 +	40.18	CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - IV RODADA	24/08/2013
50 COSTAS FEM	60 +	42.93	VIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO	28/09/2003
50 BORBOLETA FEM	60 +	46.57	XI COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO	03/07/2004
100 LIVRE FEM	55 +	1:27.74	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	03/11/2000
100 COSTAS FEM	60 +	1:37.33	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	07/11/2002
100 BORBOLETA FEM	70 +	1:57.79	CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE INVERNO - RJ	21/07/2012
100 MEDLEY FEM	55 +	1:43.08	I CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	05/09/1998
200 LIVRE FEM	60 +	3:11.00	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	09/11/2002
200 COSTAS FEM	55 +	3:25.76	II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	04/11/2000
200 BORBOLETA FEM	65 +	4:06.36	XIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO	28/09/2008
200 MEDLEY FEM	60 +	3:37.97	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	10/11/2002
400 LIVRE FEM	60 +	6:38.40	III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA	07/11/2002
400 MEDLEY FEM	70 +	7:54.59	IX CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER EM PISCINA CURTA	30/10/2012
800 LIVRE FEM	70 +	14:11.96	52º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO	14/11/2013
1500 LIVRE FEM	70 +	26:42.89	CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - IV RODADA	24/08/2013
1000 LIVRE FEM	60 +	17:17.47	3º CAMPEONATO BRASILEIRO POR CORREIO 1000M E 2000M	30/06/2006

Melhores tempos all-time - 50 METROS

PROVA	FAIXA	TEMPO	EVENTO	DATA
50 LIVRE FEM	60 +	38.78	34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	14/11/2003
50 COSTAS FEM	55 +	45.10	27º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	02/11/1998
50 BORBOLETA FEM	60 +	48.37	34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	15/11/2003
100 LIVRE FEM	65 +	1:29.40	43º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	29/03/2008
100 COSTAS FEM	55 +	1:38.42	29º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	30/04/2000
100 BORBOLETA FEM	60 +	1:53.90	39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	23/04/2006
200 LIVRE FEM	60 +	3:12.70	34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	16/11/2003
200 COSTAS FEM	60 +	3:32.11	38º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	12/11/2005
200 BORBOLETA FEM	70 +	4:07.97	14º FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS	03/06/2012
200 MEDLEY FEM	55 +	3:41.85	27º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	01/11/1998
400 LIVRE FEM	60 +	6:35.41	39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	21/04/2006
400 MEDLEY FEM	65 +	7:59.34	47º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	22/04/2010
800 LIVRE FEM	65 +	13:38.88	42º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO	15/11/2007
1500 LIVRE FEM	70 +	26:58.84	V TORNEIO MASTERS - RJ	25/08/2012
3000M ÁGUAS ABERTAS FEM	80 +	1:45:28.00	IX PAN AMERICAN MASTER CHAMPIONSHIPS	26/07/2024



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

Histórico por competição

V RODADA DO CIRCUITO MASTER 2024 - 50 METROS FLUMINENSE FOOTBALL CLUB - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 50 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:54.39		18,00	120,00	03/08/2024
1º	11ª 100 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:41.86		18,00	130,00	03/08/2024
1º	17ª 100 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	02:00.90		18,00	106,00	03/08/2024
1º	23ª 200 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	03:45.86		18,00	124,00	03/08/2024
1º	29ª 200 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	04:21.00		18,00	105,00	04/08/2024
1º	35ª 50 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:45.78		18,00	138,00	04/08/2024

IX PAN AMERICAN MASTER CHAMPIONSHIPS - 50 METROS - COUVA/XX - TTO

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	33ª 50 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	00:54.87		0,00	117,00	24/07/2024
1º	39ª 3000M ÁGUAS ABERTAS FEM	80 +	BR MASTERS	1:45:28.00		0,00	0,00	26/07/2024

II TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO MASTER - 25 METROS CLUBE DE TÊNIS DE CATANDUVA - CATANDUVA/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 1500 LIVRE FEM	80 +	ORSELLI	31:08.16		18,00	120,89	14/06/2024
1º	7ª 4X200 LIVRE MISTO	320 +	ORSELLI A	14:06.32	RM RS RB	36,00	97,67	14/06/2024
1º	10ª 100 LIVRE FEM	80 +	ORSELLI	01:40.99		18,00	124,23	15/06/2024
1º	18ª 4X50 MEDLEY FEM	320 +	ORSELLI A	03:41.43	RS RB	36,00	112,46	15/06/2024
1º	23ª 200 LIVRE FEM	80 +	ORSELLI	03:47.86		18,00	126,29	16/06/2024
1º	27ª 100 COSTAS FEM	80 +	ORSELLI	02:01.50		18,00	126,87	16/06/2024
1º	29ª 4X100 MEDLEY MISTO	320 +	ORSELLI A	07:11.44	RS RB	36,00	102,83	16/06/2024
1º	30ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	ORSELLI A	03:10.01	RS RB	36,00	108,21	16/06/2024

TENTATIVA DE RECORDE - II TROFÉU BRASIL DE NATAÇÃO MASTER - CATANDUVA - 25 METROS CLUBE DE TÊNIS DE CATANDUVA - CATANDUVA/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	2ª 4X100 LIVRE FEM	320 +	ORSELLI A	08:13.33	RS RB	0,00	0,00	15/06/2024
º	4ª 25 LIVRE FEM	80 +	ORSELLI			0,00	0,00	14/06/2024

IV RODADA DO CIRCUITO MASTER 2024 - 50 METROS FLUMINENSE FOOTBALL CLUB - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

III RODADA DO CIRCUITO MASTER 2024 - 50 METROS CR VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	07:55.91		28,00	120,00	11/05/2024
1º	5ª 100 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:41.78		28,00	131,00	11/05/2024
1º	13ª 100 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	02:04.18		28,00	98,00	11/05/2024
1º	25ª 50 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:45.94		28,00	136,00	11/05/2024

71º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS UNIVERSIDADE DO ESTADO DO PARÁ - BELÉM/PA - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 800 LIVRE FEM	80 +	V S	16:41.74		18,00	120,52	18/04/2024
1º	5ª 200 COSTAS FEM	80 +	V S	04:19.22		18,00	118,22	18/04/2024
1º	7ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	V S A	03:37.32		36,00	125,82	18/04/2024
1º	18ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	V S A	02:44.45		36,00	116,47	19/04/2024
1º	19ª 4X100 LIVRE MISTO	320 +	V S A	07:26.19		36,00	121,47	19/04/2024



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	22ª 100 LIVRE FEM	80 +	V S	01:44.19		18,00	125,29	20/04/2024
1º	30ª 400 LIVRE FEM	80 +	V S	08:10.97		18,00	122,77	20/04/2024
1º	31ª 200 LIVRE FEM	80 +	V S	03:52.18		18,00	124,86	21/04/2024
1º	37ª 100 COSTAS FEM	80 +	V S	02:07.20		18,00	125,72	21/04/2024
1º	39ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	V S A	14:26.73	RS RB	36,00	116,33	21/04/2024

VI RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTER - 25 METROS

OLARIA AC - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

XXVIII COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

SÃO LOURENÇO COUNTRY CLUB - SÃO LOURENÇO/MG - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 200 COSTAS FEM	80 +	V S	04:13.89	RS RB	18,00	119,49	01/09/2023
1º	9ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	V S A	15:28.75	RS RB	36,00	130,06	01/09/2023
1º	13ª 400 LIVRE FEM	80 +	V S	07:57.77		18,00	124,69	02/09/2023
1º	19ª 4X50 LIVRE MISTO	320 +	V S A	02:48.19	RS RB	36,00	114,71	02/09/2023
5º	20ª 4X100 MEDLEY FEM	240 +	V S A	07:44.74		24,00	151,03	02/09/2023
1º	24ª 50 COSTAS FEM	80 +	V S	00:51.74		18,00	118,24	03/09/2023
1º	28ª 200 LIVRE FEM	80 +	V S	03:41.92		18,00	123,00	03/09/2023
1º	30ª 4X50 MEDLEY MISTO	320 +	V S A	03:00.71	RS RB	36,00	101,54	03/09/2023
1º	31ª 4X100 LIVRE FEM	280 +	V S A	07:04.40		36,00	140,04	03/09/2023

19TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATAÇÃO - 50 METROS

MARINE MESSE FUKUOKA HALL/FUKUOKA NISHI CIVIC POOL - FUKUOKA/XX - JPN

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
3º	1ª 800 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	16:40.25		0,00	113,00	05/08/2023
3º	3ª 200 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	04:14.51		0,00	113,00	06/08/2023
2º	11ª 200 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	03:48.58		0,00	120,00	07/08/2023
2º	21ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	BR MASTERS A	02:38.75	RB	0,00	0,00	09/08/2023
2º	23ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	BR MASTERS A	02:56.90	RS RB	0,00	0,00	09/08/2023
10º	26ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	BR MASTERS A	02:41.79		0,00	0,00	09/08/2023
4º	29ª 100 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	02:00.78		0,00	107,00	10/08/2023
4º	35ª 400 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	08:25.87		0,00	102,00	11/08/2023

19TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATAÇÃO - ABERTURA DE REVEZAMENTO - 50 METROS

MARINE MESSE FUKUOKA HALL - FUKUOKA/XX - JPN

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 50 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	00:53.79		0,00	126,00	09/08/2023

19TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATAÇÃO - ABERTURA DE REVEZAMENTO MISTO - 50 METROS

MARINE MESSE FUKUOKA HALL - FUKUOKA/XX - JPN

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
10º	3ª 50 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	00:53.40		0,00	128,00	09/08/2023

19TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - ÁGUAS ABERTAS -

SEASIDE MOMOCHI BEACH PARK - FUKUOKA/XX - JPN

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 3000M ÁGUAS ABERTAS FEM	80 +	BR MASTERS	1:33:53.80		0,00	0,00	02/08/2023

TROFÉU BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

CLUBE MILITAR DO RIO DE JANEIRO - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 1500 LIVRE FEM	80 +	VSCM	30:29.94	RS RB	18,00	118,41	23/06/2023



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 4X200 LIVRE MISTO	320 +	VSCM A	16:03.00	RS	36,00	111,14	23/06/2023
1º	10ª 100 LIVRE FEM	80 +	VSCM	01:40.22		18,00	123,29	24/06/2023
1º	18ª 4X50 MEDLEY FEM	320 +	VSCM A	05:45.16		36,00	175,31	24/06/2023
1º	20ª 4X100 LIVRE MISTO	320 +	VSCM A	07:34.55	RS RB	36,00	126,00	24/06/2023
1º	23ª 200 LIVRE FEM	80 +	VSCM	03:40.44		18,00	122,17	25/06/2023
1º	27ª 100 COSTAS FEM	80 +	VSCM	01:53.28	RS RB	18,00	112,36	25/06/2023
1º	29ª 4X100 MEDLEY MISTO	280 +	VSCM A	06:05.34	RS RB	36,00	113,68	25/06/2023
1º	30ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	VSCM A	03:35.80		36,00	122,89	25/06/2023

III RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTER 2023 - 50 METROS

FLUMINENSE FOOTBALL CLUB - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	27ª 50 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:43.50	RS RB RRJ	28,00	161,00	04/06/2023
1º	33ª 50 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:52.95	RS RB	28,00	132,00	04/06/2023

69º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

FLUMINENSE FOOTBALL CLUB - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	VSP A	03:36.51	RS RB	36,00	125,35	27/04/2023
1º	9ª 800 LIVRE FEM	80 +	VSP	16:37.90		18,00	120,05	27/04/2023
1º	19ª 4X100 LIVRE MISTO	320 +	VSP A	06:34.49	RS RB	36,00	107,39	28/04/2023
1º	20ª 4X50 MEDLEY FEM	320 +	VSP A	03:58.16	RS RB	36,00	116,78	28/04/2023
2º	23ª 50 COSTAS FEM	80 +	VSP	00:53.23		16,00	117,04	29/04/2023
1º	29ª 400 LIVRE FEM	80 +	VSP	08:02.95		18,00	120,77	29/04/2023
1º	32ª 4X100 MEDLEY FEM	320 +	VSP A	14:19.05		36,00	181,74	29/04/2023
1º	33ª 200 LIVRE FEM	80 +	VSP	03:49.83		18,00	123,60	30/04/2023
1º	37ª 100 COSTAS FEM	80 +	VSP	02:00.95		18,00	119,54	30/04/2023
1º	41ª 4X50 MEDLEY MISTO	320 +	VSP A	03:20.73	RS RB	36,00	114,06	30/04/2023
1º	42ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	VSP A	15:02.15		36,00	121,08	30/04/2023

II RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADE MASTER 2023 - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS DO FLAMENGO - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 100 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:42.81		28,00	127,00	22/04/2023
1º	11ª 100 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:57.69		28,00	116,00	22/04/2023
2º	17ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	AABB/NITEROI A	03:09.18		48,00	0,00	22/04/2023
1º	24ª 200 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	04:13.35		28,00	115,00	23/04/2023
1º	32ª 50 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:53.72	RS RB	28,00	126,00	23/04/2023
1º	33ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	AABB/NITEROI A	03:27.27		56,00	0,00	23/04/2023

68º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

ARENA AQUÁTICA - SALVADOR/BA - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	V S A	15:06.83		36,00	121,71	02/11/2022
1º	5ª 800 LIVRE FEM	80 +	V S	16:49.81		18,00	121,49	02/11/2022
1º	10ª 4X100 MEDLEY MISTO	320 +	V S A	08:05.53	RS RB	36,00	110,98	03/11/2022
1º	12ª 200 COSTAS FEM	80 +	V S	04:23.93		18,00	120,37	03/11/2022
1º	18ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	V S A	03:52.49		36,00	132,26	03/11/2022
1º	23ª 4X100 LIVRE MISTO	320 +	V S A	06:57.28	RS RB	36,00	113,60	04/11/2022
1º	24ª 100 COSTAS FEM	80 +	V S	02:02.99		18,00	121,56	04/11/2022
1º	30ª 4X50 MEDLEY MISTO	320 +	V S A	04:00.36		36,00	136,58	04/11/2022
1º	32ª 200 LIVRE FEM	80 +	V S	03:47.31		18,00	122,24	05/11/2022
1º	36ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	V S A	03:38.08		36,00	135,09	05/11/2022
1º	42ª 4X50 LIVRE MISTO	320 +	V S A	02:48.93	RS RB	36,00	108,31	05/11/2022

VI RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022 - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	07:55.59		28,00	122,00	24/09/2022
1º	7ª 100 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:41.55		28,00	132,00	24/09/2022
1º	11ª 100 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:54.93	RS RB	28,00	124,00	24/09/2022

XXVII COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

CLUBE DE CAMPO DE PIRACICABA - PIRACICABA/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 50 COSTAS FEM	80 +	V S	00:51.22	RS RB	18,00	114,28	10/09/2022
1º	5ª 4X200 LIVRE MISTO	280 +	V S A	12:54.70	RS RB	36,00	118,44	10/09/2022
1º	12ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	V S A	03:01.60		36,00	124,97	10/09/2022
1º	16ª 400 LIVRE FEM	80 +	V S	08:24.87		18,00	131,76	11/09/2022
2º	18ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	V S A	02:27.94		32,00	118,52	11/09/2022
2º	23ª 4X100 LIVRE FEM	240 +	V S A	05:56.31		32,00	131,61	11/09/2022
1º	25ª 200 COSTAS FEM	80 +	V S	04:15.99	RS RB	18,00	118,91	11/09/2022
1º	29ª 4X100 MEDLEY FEM	240 +	V S A	07:18.56		36,00	140,52	11/09/2022

CAMPEONATO PAN-AMERICANO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

COMPLEJO ACUÁTICO CÉSAR ZAPATA - MEDELLIN/XX - COL

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 800 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	17:03.71		0,00	106,00	21/07/2022
1º	5ª 200 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	03:53.84		0,00	112,00	22/07/2022
1º	9ª 200 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	04:24.65		0,00	101,00	23/07/2022
1º	21ª 4X50 MEDLEY FEM	320 +	BR MASTERS A	04:27.12		0,00	0,00	25/07/2022
3º	23ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	BR MASTERS A	03:31.61		0,00	0,00	25/07/2022
1º	24ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	BR MASTERS A	03:57.82		0,00	0,00	25/07/2022
2º	26ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	BR MASTERS A	02:52.35		0,00	0,00	25/07/2022
1º	29ª 100 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	02:05.54		0,00	95,00	26/07/2022
1º	35ª 400 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	08:24.89		0,00	102,00	27/07/2022

CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER - 50 METROS

COMPLEJO ACUÁTICO CÉSAR ZAPATA - MEDELLIN/XX - COL

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 800 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	17:03.71		0,00	110,00	21/07/2022
1º	5ª 200 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	03:53.84		0,00	112,00	21/07/2022
1º	9ª 200 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	04:24.65		0,00	103,00	22/07/2022
1º	21ª 4X50 MEDLEY FEM	320 +	BR MASTERS A	04:27.12		0,00	0,00	24/07/2022
3º	23ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	BR MASTERS A	03:31.61		0,00	0,00	24/07/2022
1º	24ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	BR MASTERS A	03:57.82		0,00	0,00	24/07/2022
2º	26ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	BR MASTERS A	02:52.35		0,00	0,00	24/07/2022
1º	29ª 100 COSTAS FEM	80 +	BR MASTERS	02:05.54		0,00	99,00	25/07/2022
1º	35ª 400 LIVRE FEM	80 +	BR MASTERS	08:24.89		0,00	105,00	27/07/2022

XXV TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

RÁDIO CLUBE - CAMPO GRANDE/MS - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	13ª 1500 LIVRE FEM	80 +	V S	31:23.12	RS RB	18,00	121,86	09/07/2022
1º	15ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	V S A	15:57.37	RS RB	36,00	131,78	09/07/2022
1º	19ª 200 LIVRE FEM	80 +	V S	03:48.68		18,00	126,74	10/07/2022
1º	23ª 4X100 LIVRE MISTO	280 +	V S A	06:52.76	RS RB	36,00	145,31	10/07/2022
1º	26ª 50 LIVRE FEM	80 +	V S	00:45.29		18,00	125,53	10/07/2022
1º	31ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	V S A	02:59.23		36,00	139,83	10/07/2022

III RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022 - 25 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

II RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022 - 25 METROS

OLARIA ATLETICO CLUBE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 100 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:42.69		28,00	117,00	30/04/2022

67º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

VILA OLÍMPICA DA PARAHYBA - JOÃO PESSOA/PB - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 4X100 LIVRE FEM	320 +	PB MASTERS A	09:47.39		36,00	136,39	07/04/2022
1º	9ª 100 LIVRE FEM	80 +	PB MASTERS	01:42.43		18,00	123,17	08/04/2022
1º	11ª 200 COSTAS FEM	80 +	PB MASTERS	04:11.72	RS RB	18,00	114,80	08/04/2022
1º	12ª 4X200 LIVRE MISTO	320 +	PB MASTERS A	18:40.51	RS RB	36,00	124,22	08/04/2022
1º	23ª 100 COSTAS FEM	80 +	PB MASTERS	01:57.95	RS RB	18,00	116,57	09/04/2022
1º	25ª 4X50 MEDLEY MISTO	320 +	PB MASTERS A	04:19.68		36,00	147,56	09/04/2022
1º	28ª 50 LIVRE FEM	80 +	PB MASTERS	00:45.40	RS RB	18,00	124,01	09/04/2022
1º	30ª 4X100 MEDLEY FEM	320 +	PB MASTERS A	10:07.30	RS RB	36,00	121,18	09/04/2022
1º	33ª 200 LIVRE FEM	80 +	PB MASTERS	03:49.54		18,00	123,44	10/04/2022
1º	38ª 50 COSTAS FEM	80 +	PB MASTERS	00:54.70		18,00	120,27	10/04/2022
1º	42ª 4X50 MEDLEY FEM	320 +	PB MASTERS A	04:22.16	RB	36,00	126,60	10/04/2022

I RODADA DO CIRCUITO CELEBRIDADES MASTERS 2022 - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 100 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:40.63		28,00	135,00	26/03/2022
1º	11ª 100 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:58.12		28,00	115,00	26/03/2022
1º	21ª 200 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	04:15.53		28,00	112,00	27/03/2022
1º	31ª 50 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:54.08	RS RB	28,00	124,00	27/03/2022

XXV MASTERS MAIS MAIS - 25 METROS

CLUBE MILITAR DO RIO DE JANEIRO - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 50 LIVRE FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:45.67	RMM	0,00	126,58	12/03/2022
1º	11ª 100 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	01:55.30	RS RB RMM	0,00	114,36	12/03/2022
1º	20ª 50 COSTAS FEM	80 +	AABB/NITEROI	00:52.31	RS RB RMM	0,00	116,71	13/03/2022

XII CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATAÇÃO MASTER - 25 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	13ª 100 COSTAS FEM	75 +	BR MASTERS	01:57.10		1,00	133,98	02/12/2021
1º	17ª 4X50 MEDLEY MISTO	320 +	BR MASTERS A	03:32.15		0,00	119,21	03/12/2021
1º	18ª 4X50 LIVRE MISTO	320 +	BR MASTERS A	03:00.81		0,00	123,32	03/12/2021
1º	20ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	BR MASTERS A	03:10.71	RS RB	0,00	115,78	03/12/2021
1º	22ª 4X50 LIVRE FEM	320 +	BR MASTERS A	03:29.51	RS RB	0,00	119,31	03/12/2021
1º	24ª 100 LIVRE FEM	75 +	BR MASTERS	01:42.96		1,00	131,01	04/12/2021
1º	38ª 50 COSTAS FEM	75 +	BR MASTERS	00:52.82		1,00	135,40	05/12/2021

66º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

SESI CLUBE - NATAL/RN - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1ºOBS	21ª 50 LIVRE FEM	75 +	ABMN	00:49.65		0,00	142,47	09/10/2021

CAMPEONATO ESTADUAL MASTERS DE INVERNO - 25 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 100 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	01:35.92		28,00	143,00	24/07/2021
1º	13ª 100 COSTAS FEM	75 +	AABB/NITEROI	01:50.39		28,00	122,00	24/07/2021
1º	17ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	AABB/NITEROI A	03:38.48		42,00	0,00	24/07/2021



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	25ª 50 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	00:44.01		28,00	141,00	25/07/2021
1º	31ª 50 COSTAS FEM	75 +	AABB/NITEROI	00:52.14		28,00	119,00	25/07/2021
1º	35ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	AABB/NITEROI A	03:58.41		42,00	0,00	25/07/2021

65º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 1500 LIVRE FEM	75 +	CRVG	29:54.68		18,00	121,12	24/06/2021
1º	5ª 4X200 LIVRE FEM	240 +	CRVG A	12:03.87	RS RB	36,00	117,97	24/06/2021
1º	9ª 100 COSTAS FEM	75 +	CRVG	01:55.06		18,00	129,34	25/06/2021
2º	17ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	CRVG A	03:49.23		32,00	142,00	25/06/2021
1º	22ª 50 COSTAS FEM	75 +	CRVG	00:51.72		18,00	128,43	26/06/2021
1º	28ª 400 LIVRE FEM	75 +	CRVG	07:29.99		18,00	120,88	26/06/2021
1º	30ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	CRVG A	03:07.40		36,00	130,52	26/06/2021
1º	31ª 200 LIVRE FEM	75 +	CRVG	03:34.12		18,00	122,87	27/06/2021
1º	38ª 200 COSTAS FEM	75 +	CRVG	04:09.49		18,00	126,77	27/06/2021
1º	40ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	CRVG A	02:47.74		36,00	133,57	27/06/2021

I TOMADA DE TEMPO DO CIRCUITO MASTERS CRVG - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 400 LIVRE FEM	75 +	AABB/RIO	07:39.61		0,00	136,00	21/03/2021
0º	0ª 200 COSTAS FEM	75 +	AABB/RIO	04:02.95		0,00	130,00	21/03/2021
0º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	AABB/RIO	01:56.52		0,00	120,00	21/03/2021
0º	0ª 200 LIVRE FEM	75 +	AABB/RIO	03:37.23		0,00	140,00	21/03/2021

CAMPEONATO ESTADUAL MASTERS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO TENTATIVA DE RECORDES - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	BR MASTERS A	14:55.20	RS RB	0,00	0,00	04/12/2020
1º	3ª 4X100 MEDLEY MISTO	280 +	BR MASTERS A	06:51.35	RS RB	0,00	0,00	05/12/2020
1º	4ª 4X100 MEDLEY FEM	240 +	BR MASTERS A	06:01.42	RS RB	0,00	0,00	06/12/2020
º	6ª 50 LIVRE FEM	75 +	BR MASTERS			0,00	0,00	04/12/2020

CAMPEONATO ESTADUAL MASTERS DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	07:38.64		18,00	137,00	04/12/2020
1º	5ª 200 COSTAS FEM	75 +	AABB/NITEROI	04:04.37		18,00	128,00	05/12/2020
1º	13ª 50 COSTAS FEM	75 +	AABB/NITEROI	00:52.35		18,00	136,00	05/12/2020
1º	17ª 200 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	03:38.71		18,00	137,00	06/12/2020

TOMADA DE TEMPO OFICIAL MASTER 2020 CRVG - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 200 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	03:32.57		0,00	150,00	17/10/2020
0º	0ª 100 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	01:37.17		0,00	150,00	17/10/2020

XXIV MAIS MAIS MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

JARAGUÁ COUNTRY CLUB - BELO HORIZONTE/MG - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 200 LIVRE FEM	75 +	AABB/NITEROI	03:47.86	RMM	18,00	132,75	14/03/2020
1º	11ª 100 COSTAS FEM	75 +	AABB/NITEROI	01:52.85		18,00	129,12	14/03/2020
1º	14ª 4X50 LIVRE MISTO	320 +	MINAS T. C. A	04:36.71		36,00	188,73	14/03/2020
1º	19ª 50 COSTAS FEM	75 +	AABB/NITEROI	00:52.49		18,00	134,56	15/03/2020
1º	22ª 4X50 MEDLEY MISTO	320 +	MINAS T. C. A	04:53.73		36,00	165,04	15/03/2020



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

XIV CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATACIÓN MASTER - 50 METROS

CENTRO ACUÁTICO NACIONAL - ASUNCIÓN/XX - PRY

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 800 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	15:26.98		0,00	143,00	12/11/2019
1º	7ª 200 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	03:32.30		0,00	150,00	13/11/2019
1º	25ª 100 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	01:36.08		0,00	155,00	15/11/2019
1º	31ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:25.09		0,00	149,00	15/11/2019
1º	33ª 50 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	00:42.52		0,00	172,00	16/11/2019
1º	37ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:50.54		0,00	152,00	16/11/2019

64º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

PRAIA CLUBE DE UBERLÂNDIA - UBERLÂNDIA/MG - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 800 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	15:26.32		18,00	118,92	31/10/2019
3º	5ª 4X100 MEDLEY MISTO	240 +	MIG REIS A	07:26.03		28,00	149,87	31/10/2019
1º	9ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	04:06.12		18,00	120,81	01/11/2019
2º	15ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	04:05.99		32,00	147,13	01/11/2019
1º	17ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:47.94		18,00	125,71	01/11/2019
1º	28ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:33.15		36,00	147,59	02/11/2019
1º	30ª 200 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	03:35.07		18,00	123,42	03/11/2019
6º	34ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	MIG REIS A	03:11.95		22,00	149,83	03/11/2019
5º	39ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	MIG REIS A	02:40.90		24,00	140,47	03/11/2019

XXVI COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

CLUBE PORTUGUÊS DO RECIFE - RECIFE/PE - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:52.55		18,00	129,56	14/09/2019
1º	11ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:57.82		36,00	142,25	14/09/2019
1º	13ª 200 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	03:37.81		18,00	124,99	15/09/2019

CAMPEONATO MUNDIAL MASTER DE DESPORTOS AQUÁTICOS - 50 METROS

NAMBU UNIVERSITY MUNICIPAL AQUATICS CENTER - GWANGJU/XX - KOR

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 800 LIVRE FEM	75 +	BR MASTERS	14:45.15		0,00	164,00	12/08/2019
3º	5ª 200 COSTAS FEM	75 +	BR MASTERS	03:53.66		0,00	149,00	13/08/2019
3º	11ª 400 MEDLEY FEM	75 +	BR MASTERS	08:55.13		0,00	123,00	14/08/2019
4º	19ª 200 MEDLEY FEM	75 +	BR MASTERS	04:12.53		0,00	124,00	15/08/2019
2º	23ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	BR MASTERS A	03:02.68		0,00	0,00	16/08/2019
4º	25ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	BR MASTERS B	02:43.88	RB	0,00	0,00	16/08/2019
18º	27ª 4X50 LIVRE MISTO	160 +	BR MASTERS B	02:12.24		0,00	0,00	16/08/2019

CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE INVERNO - 50 METROS

TIJUCA TENIS CLUBE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 50 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	00:42.57		0,00	171,00	20/07/2019
0º	0ª 100 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	01:36.58		0,00	153,00	20/07/2019
0º	0ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:21.83		0,00	153,00	20/07/2019
0º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:50.74		0,00	150,00	20/07/2019
0º	0ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	08:42.97		0,00	132,00	20/07/2019

IV ETAPA DO CIRCUITO MASTER - 50 METROS

CR VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 800 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	15:13.53		0,00	0,00	29/06/2019
0º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:50.77		0,00	0,00	29/06/2019
0º	0ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:52.06		0,00	0,00	29/06/2019
0º	0ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:00.32		0,00	0,00	29/06/2019



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

III ETAPA DO CIRCUITO MASTER - 50 METROS CR VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 50 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	00:43.15		0,00	165,00	18/05/2019
0º	0ª 200 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	03:29.83		0,00	156,00	18/05/2019
0º	0ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:55.95		0,00	145,00	18/05/2019

63º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS CLUBE CURITIBANO - CURITIBA/PR - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 1500 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	29:01.66		18,00	117,54	11/04/2019
1º	5ª 4X100 LIVRE MISTO	320 +	MIG REIS A	08:09.38		36,00	133,23	11/04/2019
1º	9ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:51.25		18,00	121,20	12/04/2019
1º	15ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:32.12		36,00	126,87	12/04/2019
1º	17ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:34.26		18,00	122,03	12/04/2019
1º	18ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:13.40		18,00	119,00	13/04/2019
1º	26ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:55.58		18,00	115,64	13/04/2019
1º	28ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:12.74		36,00	133,46	13/04/2019
1º	32ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:48.74		18,00	120,17	14/04/2019
3º	39ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	02:44.55		28,00	131,03	14/04/2019

II ETAPA DO CIRCUITO MASTER - 25 METROS OLARIA ATLETICO CLUBE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 200 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	03:25.95		0,00	154,00	06/04/2019
1º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:47.84		0,00	154,00	06/04/2019
1º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:50.05		0,00	125,00	06/04/2019
1º	0ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:43.57		0,00	151,00	06/04/2019
1º	0ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:00.59		0,00	129,00	06/04/2019

I ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER - 25 METROS OLARIA ATLETICO CLUBE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:49.74		0,00	137,00	16/03/2019
1º	0ª 100 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	01:52.49		0,00	126,00	16/03/2019

XI CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATAÇÃO MASTER - 25 METROS PARQUE OLIMPICO DE LA JUVENTUDE - BUENOS AIRES/XX - ARG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
DQL	1ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS					13/11/2018
1º	5ª 800 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	14:37.26		0,00	163,00	13/11/2018
1º	11ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:00.09	RS RB	0,00	130,00	14/11/2018
1º	15ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:46.61		0,00	137,00	14/11/2018
3º	17ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	03:14.23		0,00	0,00	15/11/2018
2º	18ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	02:53.45		0,00	0,00	15/11/2018
1º	21ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:47.46		0,00	0,00	15/11/2018
2º	23ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:05.87		0,00	0,00	15/11/2018
1º	29ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:48.97		0,00	141,00	16/11/2018
1º	39ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:48.81		0,00	145,00	17/11/2018

62º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS JARAGUÁ COUNTRY CLUB - BELO HORIZONTE/MG - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	08:59.98		18,00	117,40	01/11/2018
1º	5ª 4X100 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	09:16.69		36,00	174,48	01/11/2018
1º	7ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:16.96		18,00	120,67	02/11/2018
1º	11ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:52.08		18,00	128,40	02/11/2018
3º	17ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	03:43.86		28,00	160,01	02/11/2018



Associa o Brasileira Masters de Nata o

Curr culo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matr cula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Nata o | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	24� 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:51.12		18,00	121,06	03/11/2018
3�	28� 4X50 LIVRE FEM	240 +	MIG REIS A	03:06.28		28,00	154,27	03/11/2018
1�	38� 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	04:06.72		18,00	121,11	04/11/2018

XXV COPA BRASIL MASTERS DE NATA O - 50 METROS

COMP AQU TICO SEDE GUARANY RECREIO DA JUVENTUDE - CAXIAS DO SUL/RS - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	3� 200 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	03:37.99		18,00	125,09	22/09/2018
2�	9� 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	04:06.23		32,00	147,28	22/09/2018
1�	15� 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:20.84		18,00	122,49	23/09/2018
1�	19� 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	04:03.92		18,00	119,73	23/09/2018

CAMPEONATO PAN-AMERICANO MASTERS DE NATA O - 50 METROS

YMCA AQUATIC CENTER - ORLANDO/ - USA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

XXIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATA O - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIR O PRETO - RIBEIR O PRETO/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

61  CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA O - 50 METROS

SESI CLUBE NATAL - NATAL/RN - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	1� 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	08:50.76		18,00	115,39	05/04/2018
1�	3� 1500 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	28:50.55		18,00	116,79	05/04/2018
1�	5� 4X100 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	07:35.14		36,00	131,62	05/04/2018
1�	7� 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:21.02		18,00	122,58	06/04/2018
1�	13� 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:52.11		18,00	122,14	06/04/2018
1�	17� 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:22.24		36,00	134,85	06/04/2018
1�	26� 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	04:04.54		18,00	117,80	07/04/2018
1�	28� 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:42.39		36,00	133,02	07/04/2018
1�	30� 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:31.37		18,00	121,25	07/04/2018
1�	35� 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	02:47.48		36,00	133,37	08/04/2018
3�	40� 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	03:12.05		28,00	136,01	08/04/2018

XXII MAIS MAIS MASTERS DE NATA O - 25 METROS

COMPLEXO POLI ESPORTIVO BARRA VELHA - ILHABELA/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	1� 100 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	01:49.83	RMM	18,00	137,00	09/03/2018
1�	5� 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:14.00	RMM	18,00	157,00	10/03/2018
1�	12� 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:45.55	RMM	18,00	141,00	10/03/2018
1�	14� 4X50 LIVRE MISTO	280 +	FLUMINENSE A	02:32.32		36,00	0,00	10/03/2018

1  ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATA O - RJ - 25 METROS

OLARIA A. C. - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0�	0� 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	02:54.76		0,00	0,00	03/03/2018
0�	0� 50 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	00:41.28		0,00	0,00	03/03/2018

CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE VER O DE NATA O - RJ - 50 METROS

UFRJ (FUND O) - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	0� 50 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	00:48.30		0,00	0,00	08/12/2017
1�	0� 50 LIVRE FEM	75 +	G.REIS	00:40.68		0,00	0,00	08/12/2017



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 100 LIVRE FEM	75 +	G.REIS	01:35.09		0,00	0,00	08/12/2017
1º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	01:50.52		0,00	0,00	08/12/2017

XIII CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATACIÓN MASTER - 50 METROS

PISCINA MUNICIPAL DE ARICA - ARICA/XX - CHL

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	08:34.16		0,00	139,00	21/11/2017
1º	3ª 800 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	14:52.23		0,00	160,00	21/11/2017
1º	11ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:06.70		0,00	133,00	22/11/2017
1º	15ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:49.10		0,00	151,00	22/11/2017
1º	19ª 4X100 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	08:58.03	RS RB	0,00	0,00	23/11/2017
1º	21ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:47.68		0,00	0,00	23/11/2017
1º	23ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	02:47.99		0,00	0,00	23/11/2017
1º	29ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:49.47	RS RB	0,00	158,00	24/11/2017
1º	37ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:48.88		0,00	169,00	25/11/2017

5ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATAÇÃO - RJ - 25 METROS

OLARIA A. C. - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	01:42.11		0,00	0,00	30/09/2017
1º	0ª 100 MEDLEY FEM	75 +	G.REIS	01:46.18		0,00	0,00	30/09/2017
1º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	00:47.61		0,00	0,00	30/09/2017
1º	0ª 200 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	03:41.15		0,00	0,00	30/09/2017

XXII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

VILA OLYMPICA DA PARAHYBA - JOÃO PESSOA/PB - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:00.74		18,00	143,00	16/09/2017
1º	6ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:49.31		18,00	165,00	16/09/2017
1º	10ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	03:22.31		36,00	0,00	16/09/2017
1º	19ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:51.58	RS RB	18,00	153,00	17/09/2017

17TH FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - NATAÇÃO - 50 METROS

PISCINAS ALFRED HAJOS / DUNAS - BUDAPESTE/XX - HUN

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 800 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	14:29.21		0,00	173,00	14/08/2017
2º	4ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:53.50		0,00	149,00	15/08/2017
1º	9ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	08:29.70	RS RB	0,00	142,00	16/08/2017
1º	18ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	03:59.65	RS RB	0,00	145,00	17/08/2017
5º	21ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	02:45.89	RS RB	0,00	0,00	18/08/2017
4º	23ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS D	03:12.72	RS	0,00	0,00	18/08/2017
9º	25ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS B	02:37.89		0,00	0,00	18/08/2017
13º	26ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS C	03:03.88		0,00	0,00	18/08/2017
1º	31ª 200 BORBOLETA FEM	75 +	MIG REIS	04:27.36	RS RB	0,00	94,00	19/08/2017

CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE INVERNO DE NATAÇÃO - RJ - 50 METROS

UFRJ (FUNDÃO) - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	01:48.50		0,00	0,00	15/07/2017
1º	0ª 100 LIVRE FEM	75 +	G.REIS	01:35.28		0,00	0,00	15/07/2017
1º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	00:48.47		0,00	0,00	15/07/2017

XXIV COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

IATE CLUBE DE BRASÍLIA - BRASÍLIA/DF - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	2ª 200 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	04:18.97	RS RB	18,00	104,00	24/06/2017



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	8ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:51.33		18,00	120,00	24/06/2017
2º	20ª 100 BORBOLETA FEM	75 +	MIG REIS	02:08.86		16,00	76,00	25/06/2017
1º	24ª 100 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	01:53.44		18,00	124,00	25/06/2017

3ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATAÇÃO - RJ - 50 METROS

UFRJ (FUNDÃO) - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	00:49.14		0,00	0,00	10/06/2017
1º	0ª 200 MEDLEY FEM	75 +	G.REIS	04:07.51		0,00	0,00	10/06/2017
1º	0ª 100 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	01:50.22		0,00	0,00	10/06/2017

2ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL RIO MASTER DE NATAÇÃO 2017 - 50 METROS

FLUMINENSE FOOTBALL CLUB - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

2ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATAÇÃO - RJ - 25 METROS

OLARIA A. C. - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 200 BORBOLETA FEM	75 +	G.REIS	04:30.57		0,00	0,00	13/05/2017
1º	0ª 1500 LIVRE FEM	75 +	G.REIS	27:40.69		0,00	0,00	13/05/2017
1º	0ª 100 LIVRE FEM	75 +	G.REIS	01:34.50		0,00	0,00	13/05/2017

59º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

COMPLEXO AQUÁTICO DA UNISUL - PALHOÇA/SC - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	08:45.79	RS RB	18,00	130,00	06/04/2017
1º	12ª 200 BORBOLETA FEM	75 +	MIG REIS	04:37.89	RS RB	18,00	84,00	07/04/2017
1º	14ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:47.36		18,00	158,00	07/04/2017
1º	19ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:49.70		18,00	161,00	08/04/2017
2º	29ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:23.74		16,00	151,00	08/04/2017
1º	35ª 200 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	03:57.41		18,00	142,00	09/04/2017

1ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL MASTER DE NATAÇÃO - RJ - 25 METROS

OLARIA A. C. - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 50 COSTAS FEM	75 +	G.REIS	00:48.48		0,00	0,00	01/04/2017
1º	0ª 100 MEDLEY FEM	75 +	G.REIS	01:49.09		0,00	0,00	01/04/2017
1º	0ª 50 LIVRE FEM	75 +	G.REIS	00:40.89		0,00	0,00	01/04/2017
1º	0ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:17.34		0,00	0,00	01/04/2017

1ª ETAPA DO CIRCUITO ESTADUAL RIO MASTER DE NATAÇÃO 2017 - 25 METROS

GOSWIM - UNIDADE PRAÇA SECA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:48.50		18,00	130,00	18/03/2017
1º	11ª 100 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	01:49.53	RS RB	18,00	138,00	18/03/2017
1º	13ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:27.72		36,00	0,00	18/03/2017
1º	15ª 400 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	09:06.72	RS RB	18,00	106,00	19/03/2017
1º	23ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:50.16		18,00	134,00	19/03/2017
1º	25ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	03:46.19		36,00	0,00	19/03/2017

XXI MAIS MAIS MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

CLUBE MILITAR DE FORTALEZA - FORTALEZA/CE - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 100 MEDLEY FEM	75 +	MIG REIS	01:52.14	RMM	18,00	129,00	10/03/2017



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 400 LIVRE FEM	75 +	MIG REIS	07:26.68	RMM	18,00	144,00	11/03/2017
1º	12ª 100 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	01:49.59	RMM	18,00	126,00	11/03/2017
2º	14ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	03:04.31		32,00	0,00	11/03/2017
1º	19ª 50 COSTAS FEM	75 +	MIG REIS	00:48.16	RMM	18,00	151,00	12/03/2017

CAMPEONATO ESTADUAL DE NATAÇÃO MASTER - - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	0ª 200 COSTAS FEM	70 +	G.REIS	03:57.31		0,00	0,00	03/12/2016
1º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	G.REIS	00:49.60		0,00	0,00	03/12/2016

58º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS PRAIA CLUBE - UBERLÂNDIA/MG - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 800 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	15:43.46		16,00	141,00	24/11/2016
1º	10ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:50.68		18,00	145,00	25/11/2016
6º	16ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	04:15.95		22,00	0,00	25/11/2016
1º	21ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:49.86		18,00	160,00	26/11/2016
9º	27ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	MIG REIS A	03:59.11		16,00	0,00	26/11/2016
2º	29ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:49.07		16,00	132,00	26/11/2016
4º	34ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	03:38.25		26,00	0,00	27/11/2016
2º	37ª 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	04:03.49		16,00	133,00	27/11/2016
3º	39ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	03:06.18		28,00	0,00	27/11/2016

X CAMPEONATO SUDAMERICANO DE NATACIÓN MASTER - 25 METROS PISCINA MUNICIPAL DEL CAMPUS DE MALDONADO - MALDONADO/XX - URY

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:55.53		0,00	130,00	08/11/2016
2º	5ª 800 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	15:25.31		0,00	140,00	08/11/2016
1º	15ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:48.32		0,00	132,00	09/11/2016
3º	17ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	03:04.38		0,00	0,00	10/11/2016
1º	18ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	02:37.30		0,00	0,00	10/11/2016
1º	19ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:00.50		0,00	0,00	10/11/2016
1º	21ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:16.60	RS RB	0,00	0,00	10/11/2016
1º	23ª 100 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	01:37.42		0,00	144,00	11/11/2016
1º	27ª 100 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	02:16.58		0,00	66,00	11/11/2016
1º	37ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:50.89		0,00	129,00	12/11/2016

XXIII COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS TÊNIS CLUBE DE CAMPINAS - CAMPINAS/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 100 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	01:36.58		18,00	148,00	04/06/2016
2º	7ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:47.98		16,00	133,00	04/06/2016
2º	13ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:24.05		16,00	148,00	05/06/2016
1º	17ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:47.60		18,00	157,00	05/06/2016

2ª ETAPA DO CIRCUITO RIO-MASTER DE NATAÇÃO 2016 - 50 METROS FLUMINENSE FUTEBOL CLUBE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:47.37		18,00	187,00	14/05/2016
1º	9ª 200 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	03:29.50		18,00	157,00	14/05/2016
1º	15ª 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:54.46		18,00	149,00	15/05/2016
1º	21ª 50 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	00:41.93		18,00	182,00	15/05/2016
2º	23ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	MIG REIS A	02:51.62		32,00	0,00	15/05/2016

57º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COMPLEXO AQUÁTICO DA UNISUL - PALHOÇA/SC - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 1500 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	28:01.92		18,00	169,00	21/04/2016
4º	5ª 4X100 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	08:04.01	RS RB	26,00	0,00	21/04/2016
2º	6ª 200 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS	04:12.11		16,00	126,00	22/04/2016
1º	12ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:50.26		18,00	157,00	22/04/2016
1º	23ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:48.17		18,00	156,00	23/04/2016
1º	27ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:31.91		36,00	0,00	23/04/2016
2º	29ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:19.83		16,00	160,00	23/04/2016
4º	34ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	MIG REIS A	03:20.91		26,00	0,00	24/04/2016
2º	37ª 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:50.70		16,00	156,00	24/04/2016
4º	39ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	MIG REIS A	02:48.94		26,00	0,00	24/04/2016

XX MASTERS MAIS MAIS 2016 - 25 METROS

ESCOLA DE NATAÇÃO AMARAL - CURITIBA/PR - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 50 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	00:43.21	RMM	9,00	156,00	18/03/2016
2º	5ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:41.63	RMM	7,00	132,00	19/03/2016
1º	12ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:50.12	RMM	9,00	125,00	19/03/2016

CIRCUITO ESTADUAL RIO MASTER DE NATAÇÃO 2016 - 1ª ETAPA - 50 METROS

FLUMINENSE FOOTBALL CLUB - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:08.66		18,00	172,00	12/03/2016
1º	3ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:48.50		18,00	154,00	12/03/2016
2º	11ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:42.66		32,00	0,00	12/03/2016

FESTIVAL ESTADUAL MASTERS DE NATAÇÃO 2015 - 2ª ETAPA - 25 METROS

COMPLEXO ESPORTIVO G REIS - NITEROI/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:11.43		18,00	161,00	12/09/2015
1º	5ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:47.41		18,00	160,00	12/09/2015
1º	16ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	MIG REIS A	03:38.69		36,00	0,00	12/09/2015

56º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

BOTAFOGO FUTEBOL E REGATAS - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 800 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	14:43.74		18,00	172,00	29/10/2015
1º	5ª 4X100 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	07:29.56	RS RB	36,00	0,00	29/10/2015

FESTIVAL ESTADUAL MASTERS DE NATAÇÃO 2015 - 1ª ETAPA - 25 METROS

CLUBE MILITAR DA LAGOA - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:47.44		18,00	159,00	23/05/2015
1º	11ª 50 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	00:42.50		18,00	164,00	23/05/2015
1º	15ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:25.22		36,00	0,00	23/05/2015

19º MASTERS MAIS MAIS - 25 METROS

COMPLEXO ESPORTIVO G REIS - NITERÓI/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 100 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS	01:47.44		0,00	153,00	20/03/2015
2º	5ª 50 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	00:52.52		0,00	101,00	20/03/2015
1º	7ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:02.90		0,00	171,00	21/03/2015
1º	14ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	SEM NOME A	03:25.07		0,00	0,00	21/03/2015
1º	16ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:46.70		0,00	139,00	21/03/2015
1º	22ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	VAI VAI A	02:57.20		0,00	0,00	21/03/2015



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

54º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS RÁDIO CLUBE DE CAMPO GRANDE - CAMPO GRANDE/MS - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

IV RODADA CIRCUITO MÁSTER - RIO DE JANEIRO - 50 METROS BOTAFOGO F. R. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 1500 LIVRE FEM	70 +	G.REIS	28:22.19		0,00	167,00	11/10/2014
0º	0ª 100 COSTAS FEM	70 +	G.REIS	01:47.69		0,00	158,00	11/10/2014

1º FESTIVAL ESTADUAL MASTER DE NATAÇÃO - 25 METROS COMPLEXO ESPORTIVO G REIS - NITERÓI/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 200 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	03:22.08		18,00	167,00	27/09/2014
1º	3ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:46.84		18,00	166,00	27/09/2014
1º	15ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	03:03.02		36,00	0,00	27/09/2014

XXI COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS COMPLEXO ESPORTIVO COSTA CAVALCANTI - FOZ DO IGUAÇU/PR - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:44.25		18,00	154,00	20/09/2014
1º	9ª 200 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	04:39.95		18,00	81,00	20/09/2014
1º	11ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	MIG REIS A	02:53.14	RS RB	36,00	0,00	20/09/2014
1º	15ª 200 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	03:27.78		18,00	154,00	21/09/2014
1º	21ª 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:47.72		18,00	157,00	21/09/2014

III RODADA CIRCUITO MÁSTER - RIO DE JANEIRO - 50 METROS FLUMINENSE F. C. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 400 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	07:04.38		0,00	179,00	16/08/2014
0º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:47.95		0,00	180,00	16/08/2014
0º	0ª 800 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	14:28.00		0,00	185,00	16/08/2014
0º	0ª 50 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	00:41.92		0,00	182,00	16/08/2014

CAMPEONATO ESTADUAL MÁSTER DE INVERNO - 25 METROS MARIANA B. C. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 100 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	01:43.45		0,00	153,00	26/07/2014
0º	0ª 200 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	03:43.25		0,00	156,00	26/07/2014

XIX TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS SOC. RECREATIVA E ESPORTIVA DE RIBEIRÃO PRETO - RIBEIRÃO PRETO/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 200 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS	03:58.90		18,00	142,00	19/07/2014
1º	6ª 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:40.76	RS RB	18,00	165,00	19/07/2014
2º	12ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	03:12.20		32,00	0,00	19/07/2014
1º	15ª 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:15.87		18,00	157,00	20/07/2014
2º	16ª 100 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	01:59.92		16,00	97,00	20/07/2014

53º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS PARQUE AQUÁTICO DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO PARÁ - UEPA - BELÉM/PA - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
DQL	1ª 400 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS					01/05/2014
1º	3ª 1500 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	27:50.45		18,00	177,00	01/05/2014
1º	13ª 200 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	04:36.67		18,00	86,00	02/05/2014



Associa o Brasileira Masters de Nata o

Curr culo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matr cula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Nata o | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
2 ^o	15 ^a 4X50 LIVRE FEM	240 +	MIG REIS A	02:48.02		32,00	0,00	02/05/2014
1 ^o	23 ^a 100 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	02:01.96		18,00	97,00	03/05/2014
1 ^o	25 ^a 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:48.31		18,00	176,00	03/05/2014
3 ^o	27 ^a 4X50 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	03:33.96		28,00	0,00	03/05/2014
1 ^o	37 ^a 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:50.46		18,00	156,00	04/05/2014

XI CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATA O MASTER PISCINA LONGA - 50 METROS

ESTADIO NACIONAL - SANTIAGO/XX - CHL

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1 ^o	1 ^a 800 LIVRE FEM	70 +	GRES SALGUEIRO	14:27.96		9,00	185,00	27/11/2013
1 ^o	7 ^a 100 COSTAS FEM	70 +	GRES SALGUEIRO	01:48.37		9,00	155,00	28/11/2013
1 ^o	19 ^a 400 MEDLEY FEM	70 +	GRES SALGUEIRO	08:16.12		9,00	159,00	29/11/2013
2 ^o	21 ^a 4X50 LIVRE FEM	240 +	GRES SALGUEIRO A	03:29.42		14,00	0,00	29/11/2013
1 ^o	23 ^a 100 BORBOLETA FEM	70 +	GRES SALGUEIRO	01:59.10		9,00	104,00	30/11/2013
1 ^o	27 ^a 200 COSTAS FEM	70 +	GRES SALGUEIRO	03:44.29		9,00	170,00	30/11/2013
3 ^o	31 ^a 4X50 MEDLEY FEM	240 +	GRES SALGUEIRO A	03:55.21		12,00	0,00	30/11/2013
1 ^o	37 ^a 200 BORBOLETA FEM	70 +	GRES SALGUEIRO	04:29.34		9,00	93,00	01/12/2013

52^o CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATA O - 25 METROS

IATE CLUBE DE BRAS LIA - BRAS LIA/DF - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	�ND.T�C.	DATA
2 ^o	3 ^a 800 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	14:11.96		16,00	184,00	14/11/2013
2 ^o	7 ^a 200 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS	04:02.15		16,00	137,00	15/11/2013
1 ^o	12 ^a 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:43.63		18,00	152,00	15/11/2013
6 ^o	16 ^a 4X50 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	03:35.73		22,00	0,00	15/11/2013
1 ^o	26 ^a 100 BORBOLETA FEM	70 +	MIG REIS	01:59.69		18,00	98,00	16/11/2013
3 ^o	28 ^a 4X50 LIVRE FEM	240 +	MIG REIS A	02:55.56		28,00	0,00	16/11/2013
1 ^o	31 ^a 200 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	03:18.56		18,00	176,00	17/11/2013
1 ^o	38 ^a 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:50.40		18,00	142,00	17/11/2013

CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - VI RODADA - 50 METROS

BOTAFOGO F. R. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0 ^o	0 ^a 1500 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	27:42.39		0,00	183,00	19/10/2013
0 ^o	0 ^a 800 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	14:08.02		0,00	198,00	19/10/2013

XVIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATA O - 25 METROS

RECRA - RIBEIR O PRETO/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1 ^o	1 ^a 200 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS	03:56.43		18,00	147,00	21/09/2013
1 ^o	5 ^a 200 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	03:36.35	RS RB	18,00	171,00	21/09/2013
1 ^o	15 ^a 200 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	03:16.99		18,00	180,00	22/09/2013
1 ^o	21 ^a 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:45.27		18,00	183,00	22/09/2013
4 ^o	23 ^a 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	MIG REIS A	02:46.29		26,00	0,00	22/09/2013

I CAMPEONATO BRASILEIRO DE REVEZAMENTOS - 2^a ETAPA - 25 METROS

SOCIEDADE RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIR O PRETO - RIBEIR O PRETO/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1 ^o	1 ^a 4X200 LIVRE MISTO	240 +	MIG REIS A	12:51.25	RB	18,00	0,00	21/09/2013
1 ^o	3 ^a 4X100 MEDLEY FEM	240 +	MIG REIS A	07:17.61	RB	18,00	0,00	22/09/2013

CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - V RODADA - 50 METROS

BOTAFOPGO F. R. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0 ^o	0 ^a 200 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	03:42.31		0,00	174,00	14/09/2013
0 ^o	0 ^a 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:47.32		0,00	188,00	14/09/2013



Associa o Brasileira Masters de Nata o

Curr culo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matr cula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Nata o | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0�	0� 200 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	03:20.02		0,00	181,00	14/09/2013

CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - IV RODADA - 25 METROS

BOTAFOGO F. R. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0�	0� 1500 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	26:42.89		0,00	204,00	24/08/2013
0�	0� 50 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	00:40.18		0,00	206,00	24/08/2013
0�	0� 200 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	04:36.45		0,00	86,00	24/08/2013

WORLD MASTERS GAMES - TORINO 2013 - 50 METROS

- TORINO/XX - ITALIA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0�	0� 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	01:29.68		0,00	28,00	02/08/2013

CAMPEONATO CARIOCA MASTER DE INVERNO - 25 METROS

MARINA B. C. OU BOTAFOGO F. R. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0�	0� 100 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	01:58.98		0,00	100,00	03/08/2013
0�	0� 400 MEDLEY FEM	70 +	AVULSO	08:18.07		0,00	144,00	03/08/2013
0�	0� 400 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	07:02.19		0,00	173,00	03/08/2013
0�	0� 200 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	04:24.81		0,00	95,00	03/08/2013

CIRCUITO CARIOCA DE MASTER 2013 - III RODADA - 25 METROS

BOTAFOGO F. R. - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
0�	0� 200 MEDLEY FEM	70 +	AVULSO	04:05.92		0,00	135,00	06/07/2013
0�	0� 100 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	01:47.66		0,00	158,00	06/07/2013
0�	0� 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:49.32		0,00	166,00	06/07/2013

XX COPA BRASIL MASTERS DE NATA O - 50 METROS

BOTAFOGO FUTEBOL E REGATAS - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	1� 200 MEDLEY FEM	70 +	MIG REIS	04:05.92		18,00	135,00	06/07/2013
1�	6� 100 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	01:47.66		18,00	158,00	06/07/2013
1�	13� 400 LIVRE FEM	70 +	MIG REIS	07:03.99		18,00	180,00	07/07/2013
2�	16� 50 COSTAS FEM	70 +	MIG REIS	00:49.32		16,00	166,00	07/07/2013

I CAMPEONATO BRASILEIRO DE REVEZAMENTOS - 1  ETAPA - 50 METROS

BOTAFOGO FUTEBOL E REGATAS - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	3� 4X100 LIVRE FEM	240 +	MIG REIS A	06:45.79	RS RB	18,00	0,00	07/07/2013

IX CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATA O MASTER EM PISCINA CURTA - 25 METROS

VILA OL MPICA DE MANAUS - MANAUS/AM - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	3� 400 MEDLEY FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	07:54.59	RS RB	0,00	167,00	30/10/2012
1�	9� 100 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	01:41.88	RS RB	0,00	160,00	31/10/2012
3�	13� 4X50 LIVRE MISTO	280 +	C. R. ICARAÍ A	03:10.96		0,00	0,00	31/10/2012
2�	16� 50 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	00:45.30	RS RB	0,00	183,00	01/11/2012
2�	18� 200 LIVRE FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	03:16.12		0,00	183,00	01/11/2012
3�	22� 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	03:18.65		0,00	0,00	01/11/2012
1�	28� 200 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	03:41.75		0,00	160,00	02/11/2012
3�	32� 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:49.89		0,00	0,00	02/11/2012
1�	38� 200 BORBOLETA FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	04:06.93		0,00	118,00	03/11/2012



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	40ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	C. R. ICARÁ A	03:21.36		0,00	0,00	03/11/2012

VII TORNEIO MASTERS - RJ - 50 METROS

- RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:46.42		0,00	199,00	14/10/2012
0º	0ª 200 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	03:46.89		0,00	167,00	14/10/2012

VI TORNEIO MASTERS - RJ - 50 METROS

- RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 100 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	01:44.97		0,00	170,00	09/09/2012
0º	0ª 200 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	03:18.76		0,00	184,00	09/09/2012

V TORNEIO MASTERS - RJ - 50 METROS

- RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 800 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	13:59.99		0,00	204,00	25/08/2012
0º	0ª 1500 LIVRE FEM	70 +	AVULSO	26:58.84		0,00	198,00	25/08/2012
0º	0ª 400 MEDLEY FEM	70 +	AVULSO	08:10.23		0,00	167,00	25/08/2012

CAMPEONATO ESTADUAL MASTER DE INVERNO - RJ - 25 METROS

- RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 200 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	03:42.77		0,00	158,00	21/07/2012
1º	0ª 100 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	01:57.79		0,00	103,00	21/07/2012
0º	0ª 200 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	04:18.20		0,00	103,00	21/07/2012
0º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:46.41		0,00	170,00	21/07/2012

14º FINA WORLD MASTERS CHAMPIONSHIPS - 50 METROS

- RICCIONE/XX - ITÁLIA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 400 MEDLEY FEM	70 +	AVULSO	08:09.15		0,00	168,00	03/06/2012
0º	0ª 200 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	04:07.97		0,00	119,00	03/06/2012
0º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:46.46		0,00	198,00	03/06/2012
0º	0ª 200 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	03:37.20		0,00	190,00	03/06/2012
0º	0ª 200 MEDLEY FEM	70 +	AVULSO	03:52.01		0,00	161,00	03/06/2012

III TORNEIO MASTERS - RJ - 25 METROS

- RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 50 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	00:50.08		0,00	116,00	27/05/2012
0º	0ª 200 BORBOLETA FEM	70 +	AVULSO	04:08.89		0,00	115,00	27/05/2012

II TORNEIO MASTERS - RJ - 25 METROS

- RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 200 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	03:39.22		0,00	165,00	01/05/2012
0º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:45.75		0,00	178,00	01/05/2012

50º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

CLUBE DUVEL ESPORTES - SÃO LUIS/MA - BRA



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 MEDLEY FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	08:02.26	RS RB	18,00	175,00	19/04/2012
1º	5ª 4X200 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	13:50.90	RS RB	36,00	172,00	19/04/2012
1º	7ª 200 MEDLEY FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	03:56.02		18,00	153,00	20/04/2012
3º	16ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARAÍ A	03:50.63		28,00	74,00	20/04/2012
1º	24ª 200 BORBOLETA FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	04:14.32		18,00	110,00	21/04/2012
1º	26ª 100 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	01:44.35	RS RB	18,00	173,00	21/04/2012
2º	28ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	C. R. ICARAÍ A	04:07.83		32,00	79,00	21/04/2012
2º	35ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:51.37		32,00	0,00	22/04/2012
1º	36ª 200 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	03:43.85		18,00	174,00	22/04/2012
3º	40ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:32.09		28,00	0,00	22/04/2012

XVI MASTERS MAIS MAIS - 25 METROS CLUBE DE REGATAS ICARAÍ - NITERÓI/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 100 MEDLEY FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	01:46.03		0,00	0,00	30/03/2012
1º	9ª 50 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	00:46.21		0,00	0,00	31/03/2012
1º	15ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	RICARDO ROSA A	03:23.23	RMM	0,00	0,00	31/03/2012
1º	16ª 100 COSTAS FEM	70 +	C. R. ICARAÍ	01:44.48		0,00	0,00	31/03/2012

I TORNEIO MASTERS - RJ - 25 METROS OLARIA AC - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 50 COSTAS FEM	70 +	AVULSO	00:45.38		0,00	182,00	18/03/2012
0º	0ª 200 MEDLEY FEM	70 +	AVULSO	03:51.03		0,00	157,00	18/03/2012

CAMPEONATO CARIOCA TEMPORADA 2011 25M - 25 METROS - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 200 LIVRE FEM	65 +	AVULSO	03:15.88		0,00	183,00	01/12/2011
0º	0ª 400 MEDLEY FEM	65 +	AVULSO	08:07.05		0,00	154,00	01/12/2011
0º	0ª 200 BORBOLETA FEM	65 +	AVULSO	04:16.53		0,00	105,00	01/12/2011
0º	0ª 50 COSTAS FEM	65 +	AVULSO	00:46.41		0,00	170,00	01/12/2011
0º	0ª 100 COSTAS FEM	65 +	AVULSO	01:41.84		0,00	160,00	01/12/2011
0º	0ª 200 COSTAS FEM	65 +	AVULSO	03:35.36		0,00	174,00	01/12/2011

CAMPEONATO CARIOCA TEMPORADA 2011 50M - 50 METROS - RIO DE JANEIRO/RJ

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
0º	0ª 50 COSTAS FEM	65 +	AVULSO	00:48.38		0,00	175,00	01/12/2011
0º	0ª 400 LIVRE FEM	65 +	AVULSO	06:57.62		0,00	188,00	01/12/2011
0º	0ª 800 LIVRE FEM	65 +	AVULSO	14:30.73		0,00	183,00	01/12/2011
0º	0ª 100 COSTAS FEM	65 +	AVULSO	01:46.38		0,00	164,00	01/12/2011
0º	0ª 200 COSTAS FEM	65 +	AVULSO	03:41.95		0,00	178,00	01/12/2011
0º	0ª 400 MEDLEY FEM	65 +	AVULSO	08:07.39		0,00	169,00	01/12/2011
0º	0ª 200 LIVRE FEM	65 +	AVULSO	03:23.81		0,00	171,00	01/12/2011

CAMPEONATO PAN-AMERICANO DE ÁGUAS ABERTAS - POSTO 6 COPACABANA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

2011 PANAMERICAN MASTER CHAMPIONSHIPS - 50 METROS PARQUE AQUÁTICO JULIO DE LAMARE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 400 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	08:07.39	RP	0,00	169,00	09/11/2011
2º	9ª 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:42.73	RP	0,00	176,00	10/11/2011
4º	21ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	C. R. ICARAÍ A	03:16.36	RP	0,00	0,00	12/11/2011



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
4º	22ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	C. R. ICARÁI A	02:48.23	RP	0,00	0,00	12/11/2011
1º	23ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	03:02.32	RP	0,00	0,00	12/11/2011
2º	25ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	03:39.07	RP	0,00	0,00	12/11/2011
1º	29ª 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	01:46.38	RP	0,00	164,00	13/11/2011
1º	33ª 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	00:48.57	RP	0,00	173,00	14/11/2011

X CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA LONGA - 50 METROS

PARQUE AQUÁTICO JULIO DE LAMARE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 400 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARÁI	08:07.39		0,00	169,00	09/11/2011
2º	9ª 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	03:42.73		0,00	176,00	10/11/2011
4º	21ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	C. R. ICARÁI A	03:16.36		0,00	0,00	12/11/2011
4º	22ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	C. R. ICARÁI A	02:48.23		0,00	0,00	12/11/2011
1º	23ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	03:02.32		0,00	0,00	12/11/2011
2º	25ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	03:39.07		0,00	0,00	12/11/2011
1º	29ª 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	01:46.38		0,00	164,00	13/11/2011
1º	33ª 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	00:48.57		0,00	173,00	14/11/2011

49º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

RÁDIO CLUBE - CAMPO GRANDE/MS - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	3ª 1500 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARÁI	27:19.12		16,00	182,00	21/04/2011
1º	5ª 4X200 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	16:37.36		36,00	0,00	21/04/2011
1º	7ª 100 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARÁI	01:47.06		18,00	157,00	22/04/2011
1º	15ª 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	01:45.34		18,00	145,00	22/04/2011
1º	17ª 4X50 MEDLEY FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	03:26.02		36,00	0,00	22/04/2011
1º	24ª 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	00:46.62		18,00	168,00	23/04/2011
1º	30ª 4X50 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARÁI A	03:08.91		36,00	0,00	23/04/2011
5º	37ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARÁI A	02:55.48		24,00	0,00	24/04/2011
2º	40ª 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	03:45.78		16,00	151,00	24/04/2011
6º	42ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARÁI A	02:48.21		22,00	0,00	24/04/2011

48º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

CLUBE NÁUTICO CEARENSE - FORTALEZA/CE - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 800 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARÁI	14:02.41		18,00	118,12	04/11/2010
1º	8ª 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	03:42.17		18,00	119,18	05/11/2010
1º	14ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARÁI A	03:06.01		36,00	123,44	05/11/2010
1º	24ª 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	01:45.00		18,00	124,01	06/11/2010
1º	26ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARÁI A	02:45.41		36,00	120,63	06/11/2010
1º	28ª 400 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARÁI	06:50.45		18,00	119,63	06/11/2010
1º	29ª 200 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARÁI	03:18.16		18,00	122,13	07/11/2010
7º	33ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARÁI A	03:03.48		20,00	136,90	07/11/2010
4º	38ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARÁI A	02:39.28		26,00	134,13	07/11/2010

XVII COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

AREL - LONDRINA/PR - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARÁI	03:38.60		18,00	120,19	18/09/2010
2º	9ª 200 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARÁI	03:50.37		16,00	123,61	18/09/2010
3º	11ª 4X50 LIVRE FEM	200 +	C. R. ICARÁI A	02:35.59		28,00	131,15	18/09/2010
1º	21ª 200 BORBOLETA FEM	65 +	C. R. ICARÁI	04:16.35		18,00	129,89	19/09/2010
2º	23ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	C. R. ICARÁI A	03:13.19		32,00	132,78	19/09/2010

47º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

PARQUE AQUATICO JULIO DE LAMARE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARÁI	07:59.34		18,00	117,93	22/04/2010



Associa o Brasileira Masters de Nata o

Curr culo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matr cula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Nata o | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	3� 1500 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	27:13.57		18,00	120,06	22/04/2010
1�	10� 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:37.71		18,00	116,79	23/04/2010
2�	14� 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	03:08.27		32,00	124,94	23/04/2010
1�	24� 200 BORBOLETA FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	04:22.31		18,00	125,10	24/04/2010
2�	26� 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:38.93		32,00	115,91	24/04/2010
1�	29� 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	01:42.88		18,00	121,51	25/04/2010
2�	33� 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:50.11		32,00	126,92	25/04/2010
DQL	38� 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A					25/04/2010

XIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATA O - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIR O PRETO - RIBEIR O PRETO/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	9� 200 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:39.65		18,00	117,86	27/09/2008
1�	15� 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:45.50		18,00	121,43	28/09/2008
1�	21� 200 BORBOLETA FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	04:06.36		18,00	124,83	28/09/2008
1�	23� 4X50 LIVRE MISTO	280 +	C. R. ICARAÍ A	02:44.80		36,00	121,51	28/09/2008

XV COPA BRASIL MASTERS DE NATA O - 25 METROS

TENIS CLUBE DE CAMPINAS - CAMPINAS/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	4� 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	01:43.21		18,00	121,42	14/06/2008
1�	8� 100 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	01:28.84		18,00	120,90	14/06/2008
1�	10� 4X50 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARAÍ A	03:01.73		36,00	118,60	14/06/2008
1�	15� 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:46.71		18,00	122,12	15/06/2008
4�	23� 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:40.79		26,00	119,62	15/06/2008

43  CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA O - 50 METROS

UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA - FLORIAN POLIS/SC - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	6� 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	01:43.78		18,00	122,57	28/03/2008
1�	12� 50 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:40.28		18,00	123,86	28/03/2008
DQL	14� 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A					28/03/2008
1�	18� 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:48.29		18,00	124,33	29/03/2008
1�	24� 100 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	01:29.40		18,00	122,38	29/03/2008
2�	26� 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:54.59		32,00	127,33	29/03/2008
1�	33� 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:39.26		36,00	118,82	30/03/2008
1�	36� 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:40.80		18,00	117,32	30/03/2008
1�	38� 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:23.89		36,00	121,17	30/03/2008

42  CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATA O - 50 METROS

GREMIO NAUTICO UNIAO - PORTO ALEGRE/RS - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
3�	3� 800 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	13:38.88		14,00	112,75	15/11/2007
1�	10� 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:35.93		18,00	111,85	16/11/2007
2�	12� 50 LIVRE FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:41.09		16,00	126,35	16/11/2007
1�	14� 4X50 MEDLEY FEM	280 +	C. R. ICARAÍ A	03:27.31	RS RB	36,00	115,28	16/11/2007
1�	24� 100 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	01:41.17		18,00	115,61	17/11/2007
1�	26� 4X50 LIVRE FEM	280 +	C. R. ICARAÍ A	03:07.47	RS RB	36,00	122,38	17/11/2007
1�	33� 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	C. R. ICARAÍ A	02:54.15		36,00	109,76	18/11/2007
1�	34� 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:45.79		18,00	117,89	18/11/2007
1�	38� 4X50 LIVRE MISTO	280 +	C. R. ICARAÍ A	02:43.34		36,00	120,21	18/11/2007

XII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATA O - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIR O PRETO - RIBEIR O PRETO/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.T�C.	DATA
1�	5� 200 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:34.82		18,00	118,11	15/09/2007
2�	9� 200 MEDLEY FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	03:43.43		16,00	119,89	15/09/2007
1�	15� 50 COSTAS FEM	65 +	C. R. ICARAÍ	00:45.59		18,00	119,19	16/09/2007



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	23ª 4X50 MEDLEY MISTO	280 +	C. R. ICARÁ A	02:50.23	RS RB	36,00	109,19	16/09/2007

40º CAMPEONATO BRASILEIRO MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS CLUBE NAUTICO ATLETICO CEARENSE - FORTALEZA/CE - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 800 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	13:54.64		18,00	120,33	16/11/2006
1º	8ª 200 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	03:36.16		18,00	121,43	17/11/2006
1º	14ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARÁÍ A	02:54.86		36,00	126,07	17/11/2006
1º	18ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	01:41.85		18,00	126,63	18/11/2006
1º	26ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARÁÍ A	03:12.46		36,00	125,23	18/11/2006
1º	29ª 200 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	03:15.57		18,00	123,01	19/11/2006
1º	31ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	00:45.26		18,00	123,49	19/11/2006
1º	33ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARÁÍ A	02:39.13		36,00	118,73	19/11/2006
1º	38ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARÁÍ A	02:22.34		36,00	118,03	19/11/2006

3º CAMPEONATO BRASILEIRO POR CORREIO 1000M E 2000M - 25 METROS DIVERSAS CIDADES - RIO DE JANEIRO/RJ - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 1000 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	17:17.47		18,00	0,00	30/06/2006

39º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS ESCOLA NAVAL-MB - RIO DE JANEIRO/RJ - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 200 COSTAS FEM	60 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA	03:33.17		18,00	119,75	21/04/2006
1º	9ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA A	02:38.24		36,00	114,09	21/04/2006
2º	11ª 400 LIVRE FEM	60 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA	06:35.41		16,00	116,39	21/04/2006
1º	14ª 100 COSTAS FEM	60 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA	01:39.80		18,00	124,08	22/04/2006
2º	20ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA A	03:00.16		32,00	117,22	22/04/2006
1º	25ª 50 COSTAS FEM	60 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA	00:45.23		18,00	123,41	23/04/2006
3º	27ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA A	02:37.02		28,00	117,15	23/04/2006
2º	32ª 100 BORBOLETA FEM	60 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA	01:53.90		16,00	147,27	23/04/2006
3º	34ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	ICARÁÍ/C. ÁGUA A	02:16.64		28,00	113,30	23/04/2006

38º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS PARQUE AQUÁTICO ZÉ PEIXE - ARACAJU/SE - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	4ª 200 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	03:32.11		18,00	119,15	12/11/2005
1º	10ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARÁÍ A	02:54.17		36,00	125,57	12/11/2005
1º	14ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	01:40.27		18,00	124,67	13/11/2005
1º	22ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARÁÍ A	03:21.26		36,00	129,70	13/11/2005
1º	24ª 800 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	13:55.97		18,00	120,52	13/11/2005
1º	25ª 200 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	03:12.72		18,00	121,22	14/11/2005
1º	27ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	00:46.20		18,00	126,06	14/11/2005
6º	29ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARÁÍ B	03:05.72		22,00	134,80	14/11/2005
1º	34ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARÁÍ A	02:20.10		36,00	114,08	14/11/2005

12ª COPA BRASIL DE MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS UNIVILLE - UNIV. PARA A REGIÃO DE JOINVILLE - JOINVILLE/SC - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 200 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	03:13.08		18,00	121,99	09/07/2005
1º	5ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	01:39.16		18,00	122,33	09/07/2005
DQL	11ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARÁÍ A					09/07/2005
1º	15ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARÁÍ	00:45.13		18,00	124,05	10/07/2005
4º	23ª 4X50 LIVRE MISTO	280 +	C. R. ICARÁÍ B	03:03.59		26,00	133,98	10/07/2005

37º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

TENIS CLUBE DE CAMPINAS - CAMPINAS/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	06:46.38		18,00	123,99	21/04/2005
2º	13ª 200 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:38.70		16,00	124,22	22/04/2005
3º	15ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:19.10		28,00	111,16	22/04/2005
2º	16ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	03:15.12		32,00	123,82	22/04/2005
1º	22ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:39.46		18,00	122,70	23/04/2005
1º	24ª 200 MEDLEY FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:46.11		18,00	128,68	23/04/2005
DQL	26ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A					23/04/2005
1º	29ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:44.20		18,00	121,50	24/04/2005
2º	35ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:45.32		32,00	118,12	24/04/2005

IX TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIRÃO PRETO - RIBEIRÃO PRETO/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

XI COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

CLUBE BOM PASTOR - JUIZ DE FORA/MG - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:37.84		18,00	120,70	03/07/2004
1º	7ª 50 BORBOLETA FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:46.57		18,00	129,22	03/07/2004
2º	11ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:43.68		32,00	118,88	03/07/2004
1º	14ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:45.27		18,00	124,44	04/07/2004
3º	22ª 4X50 LIVRE MISTO	200 +	C. R. ICARAÍ A	02:17.38		28,00	125,62	04/07/2004

35º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

VILA OLIMPICA RONALDO MARINHO - JOÃO PESSOA/PB - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	3ª 200 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:38.37		18,00	122,67	22/04/2004
1º	9ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:40.43		36,00	115,67	22/04/2004
1º	11ª 400 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	06:48.88		18,00	117,90	22/04/2004
1º	14ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:40.97		18,00	125,54	23/04/2004
1º	18ª 100 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:30.59		18,00	125,54	23/04/2004
1º	20ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	03:07.88		36,00	121,08	23/04/2004
1º	23ª 200 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:16.34		18,00	123,49	24/04/2004
2º	25ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:47.20		16,00	128,79	24/04/2004
1º	27ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:38.06		36,00	112,68	24/04/2004
1º	34ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ B	02:20.24		36,00	112,34	24/04/2004

8º MASTER MAIS MAIS - 25 METROS

CLUBE DE REGATAS ICARAI - RIO DE JANEIRO/RJ - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

34º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

ASSOCIAÇÃO ATLETICA DA BAHIA - SALVADOR/BA - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	7ª 50 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:38.78		7,00	119,77	14/11/2003
1º	9ª 200 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:33.60		9,00	119,99	14/11/2003
1º	11ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	03:08.12		18,00	121,24	14/11/2003
1º	15ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:40.59		9,00	125,07	15/11/2003
1º	17ª 50 BORBOLETA FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:48.37		9,00	135,79	15/11/2003
1º	23ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:38.04		18,00	113,94	15/11/2003
1º	25ª 200 LIVRE FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:12.70		9,00	121,20	16/11/2003
4º	27ª 4X50 LIVRE MISTO	200 +	C. R. ICARAÍ A	02:20.58		10,00	125,45	16/11/2003
2º	28ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:45.46		7,00	124,04	16/11/2003
2º	34ª 4X50 MEDLEY MISTO	200 +	C. R. ICARAÍ A	02:44.72		14,00	128,13	16/11/2003

VIII TORNEIO ABERTO BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIRÃO PRETO - RIBEIRÃO PRETO/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 200 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:27.65		9,00	117,94	27/09/2003
2º	9ª 200 MEDLEY FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	03:41.51		7,00	126,06	27/09/2003
2º	11ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:25.57		14,00	115,50	27/09/2003
1º	16ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:42.93		9,00	118,00	28/09/2003
3º	22ª 4X50 MEDLEY MISTO	200 +	C. R. ICARAÍ A	02:36.35		12,00	126,58	28/09/2003

X COPA BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

SÃO LOURENÇO COUNTRY CLUB - SÃO LOURENÇO/MG - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	5ª 100 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:39.41		9,00	121,62	05/07/2003
2º	9ª 100 MEDLEY FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	01:44.28		7,00	128,68	05/07/2003
4º	11ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ B	02:37.49		10,00	124,96	05/07/2003
1º	16ª 50 COSTAS FEM	60 +	C. R. ICARAÍ	00:45.35		9,00	124,66	06/07/2003
1º	22ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	C. R. ICARAÍ A	02:32.02		18,00	110,42	06/07/2003

33º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

CENTRO POLIESPORTIVO AYRTON SENNA - BRASÍLIA/DF - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	9ª 200 COSTAS FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	03:34.53		9,00	120,51	02/05/2003
1º	11ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:43.88		18,00	118,15	02/05/2003
1º	15ª 100 COSTAS FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	01:42.26		9,00	127,14	03/05/2003
1º	19ª 200 MEDLEY FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	03:49.38		9,00	127,07	03/05/2003
3º	25ª 200 LIVRE FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	03:17.23		6,00	124,05	04/05/2003
1º	27ª 50 COSTAS FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	00:47.33		9,00	128,41	04/05/2003
1º	33ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:10.70		18,00	122,90	04/05/2003

III CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA - 25 METROS

PARQUE AQUATICO JULIO DE LAMARE - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
3º	1ª 400 LIVRE FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	06:38.40		6,00	120,64	07/11/2002
1º	5ª 100 COSTAS FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	01:37.33		9,00	118,87	07/11/2002
2º	14ª 50 COSTAS FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	00:45.16		7,00	122,32	08/11/2002
1º	18ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:56.31		18,00	111,89	08/11/2002
3º	20ª 200 LIVRE FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	03:11.00		6,00	120,64	09/11/2002
1º	26ª 200 COSTAS FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	03:29.59		9,00	117,80	09/11/2002
1º	28ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:36.35		18,00	111,71	09/11/2002
2º	30ª 200 MEDLEY FEM	60 +	ICARAI/INTTEGRA	03:37.97		7,00	123,36	10/11/2002
3º	36ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:37.01		12,00	114,04	10/11/2002

32º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

PRAIA CLUBE SOCIEDADE CIVIL - UBERLÂNDIA/MG - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

VI TORNEIO OPEN BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIRÃO PRETO - RIBEIRÃO PRETO/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	1ª 200 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:16.52		7,00	132,52	29/09/2001
2º	5ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:26.48		7,00	116,75	29/09/2001
2º	12ª 100 MEDLEY FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:43.16		7,00	127,66	30/09/2001
2º	16ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:45.56		7,00	127,19	30/09/2001
1º	22ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:39.73		18,00	116,02	30/09/2001

II CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA - 25 METROS

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BELÉM/PA - BRA



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	06:41.15		9,00	126,98	02/11/2000
1º	5ª 100 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:37.67		9,00	122,69	02/11/2000
1º	9ª 4X50 LIVRE MISTO	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:14.79		18,00	117,92	02/11/2000
2º	12ª 100 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:27.74		7,00	125,76	03/11/2000
1º	14ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:45.26		9,00	126,35	03/11/2000
1º	18ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:05.55		18,00	116,08	03/11/2000
1º	20ª 200 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:12.80		9,00	130,01	04/11/2000
1º	26ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:25.76		9,00	115,29	04/11/2000
1º	28ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:36.95		18,00	109,05	04/11/2000
2º	36ª 4X50 MEDLEY MISTO	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:29.74		14,00	116,14	05/11/2000

V TORNEIO OPEN BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIRÃO PRETO - RIBEIRÃO PRETO/SP - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

29º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

ASSOCIAÇÃO ATLETICA DA BAHIA - SALVADOR/BA - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:32.34		9,00	120,56	29/04/2000
1º	9ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:12.05		18,00	121,80	29/04/2000
1º	21ª 100 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:38.42		9,00	123,57	30/04/2000
1º	23ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:25.33		18,00	114,20	30/04/2000
1º	28ª 200 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:13.45		9,00	124,90	01/05/2000
1º	30ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:45.62		9,00	126,44	01/05/2000
1º	36ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:45.06		18,00	119,01	01/05/2000
2º	38ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:46.83		14,00	113,38	01/05/2000

IV CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA LONGA - 50 METROS

CLUBE DE REGATAS VASCO DA GAMA - RIO DE JANEIRO/RJ - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
2º	1ª 800 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	14:22.32		7,00	127,74	12/11/1999
2º	5ª 400 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	06:59.49		7,00	128,84	13/11/1999
2º	11ª 100 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:43.41		7,00	129,83	13/11/1999
3º	15ª 4X50 MEDLEY MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:49.27		12,00	115,04	13/11/1999
2º	17ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:34.89		7,00	122,01	14/11/1999
1º	21ª 200 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:15.62		9,00	126,30	14/11/1999
6º	25ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA B	02:31.49		6,00	119,04	14/11/1999
3º	26ª 4X50 MEDLEY FEM	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:03.12		12,00	127,99	14/11/1999
3º	35ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:46.79		6,00	129,68	15/11/1999
2º	37ª 4X50 LIVRE FEM	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:33.22		14,00	118,81	15/11/1999

IV TORNEIO OPEN BRASIL MASTERS DE NATAÇÃO - 25 METROS

SOC. RECREATIVA E DE ESPORTES DE RIBEIRÃO PRETO - RIBEIRÃO PRETO/SP - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
------	-------	-------	--------	-------	------	--------	----------	------

28º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

CLUBE NAUTICO ATLETICO CEARENSE - FORTALEZA/CE - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:34.09		9,00	121,55	30/04/1999
1º	9ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:10.82		18,00	121,02	30/04/1999
1º	15ª 200 MEDLEY FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:43.35		9,00	124,67	01/05/1999
1º	21ª 100 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:41.55		9,00	127,50	01/05/1999
3º	23ª 4X50 LIVRE MISTO	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:21.97		12,00	122,92	01/05/1999
1º	30ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:46.16		9,00	127,94	02/05/1999
1º	36ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:40.29		18,00	115,57	02/05/1999
5º	38ª 4X50 MEDLEY MISTO	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:43.68		8,00	127,32	02/05/1999



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

27º CAMPEONATO BRASILEIRO DE MASTERS DE NATAÇÃO - 50 METROS

GREMIO NAUTICO UNIAO - PORTO ALEGRE/RS - AFG

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	7ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:32.21		9,00	120,49	31/10/1998
1º	9ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:09.51		18,00	111,79	31/10/1998
1º	15ª 200 MEDLEY FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:41.85		9,00	123,84	01/11/1998
1º	21ª 100 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:39.67		9,00	125,14	01/11/1998
2º	23ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:28.31		14,00	116,54	01/11/1998
1º	30ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:45.10		9,00	122,65	02/11/1998
1º	36ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:42.50		18,00	111,43	02/11/1998
2º	38ª 4X50 MEDLEY MISTO	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:39.72		14,00	120,35	02/11/1998

I CAMPEONATO SUL-AMERICANO DE NATAÇÃO MASTER PISCINA CURTA - 25 METROS

CLUBE NÁUTICO DE REGATAS ÁLVARES CABRAL - VITÓRIA/ES - BRA

COL.	PROVA	FAIXA	EQUIPE	TEMPO	REC.	PONTOS	ÍND.TÉC.	DATA
1º	1ª 400 LIVRE FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	06:48.15		9,00	129,20	04/09/1998
2º	5ª 100 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:38.90		7,00	124,23	04/09/1998
2º	9ª 4X50 LIVRE MISTO	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:27.44	RS	14,00	114,22	04/09/1998
4º	10ª 100 MEDLEY FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	01:43.08		5,00	126,87	05/09/1998
2º	14ª 50 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	00:45.39		7,00	126,51	05/09/1998
2º	18ª 4X50 MEDLEY FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	03:14.32		14,00	117,43	05/09/1998
1º	26ª 200 COSTAS FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:30.11		9,00	117,73	06/09/1998
2º	28ª 4X50 LIVRE FEM	240 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:39.23		14,00	109,42	06/09/1998
2º	30ª 200 MEDLEY FEM	55 +	ICARAI/INTTEGRA	03:42.62		7,00	129,11	07/09/1998
5º	36ª 4X50 MEDLEY MISTO	200 +	ICARAI/INTTEGRA A	02:43.31		8,00	123,53	07/09/1998



Associação Brasileira Masters de Natação

Currículo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matrícula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Natação | ABMN Online 3.5

Estatísticas: número de colocações

TIPO DA PROVA	1º LUGAR	2º LUGAR	3º LUGAR	4º LUGAR	5º LUGAR	6º LUGAR	7º LUGAR	8º LUGAR
PROVAS INDIVIDUAIS	367	56	9	4				
PROVAS DE REVEZAMENTO	141	43	28	16	6	6	1	

Estatísticas: total de provas

ITEM	TOTAL
NÚMERO DE PROVAS INDIVIDUAIS REALIZADAS	517
NÚMERO DE PROVAS DE REVEZAMENTO REALIZADAS	246
NÚMERO DE PROVAS INDIVIDUAIS QUE NÃO COMPARECEU	65
NÚMERO DE PROVAS DE REVEZAMENTO QUE NÃO COMPARECEU	9
NÚMERO DE PROVAS INDIVIDUAIS QUE FOI DESCLASSIFICADO	2
NÚMERO DE PROVAS DE REVEZAMENTO QUE FOI DESCLASSIFICADO	4

Estatísticas: número de resultados por prova

PROVA	25 METROS	50 METROS	TOTAL
1. 50 COSTAS FEM	40	47	88
2. 100 COSTAS FEM	34	48	82
3. 200 COSTAS FEM	23	50	74
4. 4X50 LIVRE FEM	20	35	55
5. 4X50 MEDLEY FEM	16	38	54
6. 4X50 MEDLEY MISTO	23	29	52
7. 4X50 LIVRE MISTO	19	29	48
8. 200 LIVRE FEM	16	29	45
9. 400 LIVRE FEM	15	26	41
10. 200 MEDLEY FEM	15	17	32
11. 800 LIVRE FEM	3	24	27
12. 100 LIVRE FEM	10	14	24
13. 50 LIVRE FEM	8	15	23
14. 400 MEDLEY FEM	5	16	21
15. 200 BORBOLETA FEM	10	7	17
16. 1500 LIVRE FEM	6	9	15
17. 100 MEDLEY FEM	13		13
18. 4X200 LIVRE FEM	3	6	9
19. 100 BORBOLETA FEM	6	3	9
20. 4X100 MEDLEY FEM	3	5	8
21. 4X100 LIVRE FEM	3	4	7
22. 4X100 MEDLEY MISTO	2	4	6
23. 4X100 LIVRE MISTO	2	4	6
24. 4X200 LIVRE MISTO	4	1	5
25. 50 BORBOLETA FEM	3	1	4
26. 3000M ÁGUAS ABERTAS FEM		1	2
27. 25 LIVRE FEM	1		1
28. 1000 LIVRE FEM	1		1

Estatísticas: número de recordes superados

RECORDE	25 METROS	50 METROS	TOTAL
RECORDE BRASILEIRO	38	43	81
RECORDE SUL-AMERICANO	38	41	79
RECORDE MAIS MAIS	15		15



Associa o Brasileira Masters de Nata o

Curr culo On-Line

HERILENE HENRIQUES DE FREITAS (AABB/NITEROI) (1942)

Matr cula ABMN: 4045 - Faixa em 2024: 80 +

Swim It Up! Sistemas de Nata o | ABMN Online 3.5

RECORDE	25 METROS	50 METROS	TOTAL
RECORDE PAN-AMERICANO		8	8
RECORDE MUNDIAL	2		2
RECORDE CARIOCA MASTER		1	1