

## Individual Top Times

**Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20**  
**Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points**

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
<b>Women 50 Free</b>							
1	28.11 L	597	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019 COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	29.82 L	500	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
3	29.98 L	492	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
4	30.23 L	480	F	Valeria Casafont	20	PIRAT	28/11/2019 XXXVII Invitacional Internacional Naco-
5	31.08 L	441	F	Daniela Esquivel	20	HERED	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
6	31.48 L	425	F	Diana Arias	18	BELEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
7	31.71 L	415	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
8	31.76 L	413	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
9	32.00 L	404	F	Katarina Madrigal	20	ALAJU	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
10	32.02 L	403	F	Nataly Cambroneró	18	ANANA	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
11	32.21 L	396	F	Mariangelly Vargas	18	COQUES	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
12	32.28 L	394	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
13	32.70 L	379	F	Dara Alexandra Monteagudo	19	ALAJU	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
14	32.89 L	372	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
15	33.19 L	362	F	Génesis Centeno	18	HATIL	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
16	35.23 L	303	F	Nicole Ulloa	24	SMAG	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
17	36.01 L	284	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
18	36.38 L	275	F	Arianna Sauter	22	MILEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 100 Free</b>							
1	59.45 L	658	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019 COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	1:03.98 L	527	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
3	1:05.51 L	491	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
4	1:06.97 L	460	F	Diana Arias	18	BELEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
5	1:07.16 L	456	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
6	1:07.25 L	454	F	Valeria Casafont	20	PIRAT	28/11/2019 XXXVII Invitacional Internacional Naco-
7	1:07.51 L	449	F	Daniela Esquivel	20	HERED	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
8	1:09.43 L	413	F	Laura Umaña	36	INDOR	28/11/2019 XXXVII Invitacional Internacional Naco-
9	1:10.20 L	399	F	Nataly Cambroneró	18	ANANA	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
10	1:10.23 L	399	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
11	1:10.54 L	393	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
12	1:11.90 L	371	F	Génesis Centeno	18	HATIL	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
13	1:13.25 L	351	F	Katarina Madrigal	20	ALAJU	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
14	1:16.10 L	313	F	Dara Alexandra Monteagudo	19	ALAJU	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
15	1:17.78 L	293	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
16	1:20.07 L	269	F	Nicole Ulloa	24	SMAG	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
17	1:23.17 L	240	F	Arianna Sauter	22	MILEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 200 Free</b>							
1	2:07.42 L	697	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019 COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	2:19.44 L	531	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
3	2:25.27 L	470	F	Laura Umaña	36	INDOR	28/11/2019 XXXVII Invitacional Internacional Naco-
4	2:30.07 L	426	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
5	2:30.52 L	422	F	Valeria Quesada	18	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
6	2:31.12 L	417	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
7	2:31.73 L	412	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
8	2:35.90 L	380	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
9	2:37.00 L	372	F	Génesis Centeno	18	HATIL	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
10	2:38.91 L	359	F	Mariangelly Vargas	18	COQUES	13/12/2019 Copa Int. Navideña Juan Santa María :
11	2:43.43 L	330	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
12	2:52.04 L	283	F	Laura Camila Suárez	25	MILEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
13	2:58.62 L	253	F	Allison Cascante	22	MILEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación
14	3:05.03 L	227	F	Nicole Ulloa	24	SMAG	30/01/2020 VII Torneo Natación San José 2020
15	3:07.20 L	219	F	Arianna Sauter	22	MILEN	22/11/2019 XXV Torneo Internacional de Natación

## Individual Top Times

Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20  
 Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
<b>Women 400 Free</b>							
1	4:34.25 L 640	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	4:54.35 L 518	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
3	5:05.92 L 461	F	Laura Umaña	36	INDOR	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
4	5:05.94 L 461	F	Daniela Esquivel	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	5:08.87 L 448	F	Diana Arias	18	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	5:13.65 L 428	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	5:13.89 L 427	F	Valeria Quesada	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	5:34.01 L 354	F	Génesis Centeno	18	HATIL	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
9	5:39.06 L 339	F	Mariangelly Vargas	18	COQUES	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
10	7:04.08 L 173	F	Arianna Sauter	22	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 800 Free</b>							
1	9:21.37 L 644	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	10:12.06 L 496	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	10:13.95 L 492	F	Daniela Esquivel	20	HERED	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	10:31.64 L 452	F	Valeria Quesada	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	10:42.25 L 430	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	10:50.24 L 414	F	María Laura Sandí	18	ANAME	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
7	11:16.33 L 368	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	11:28.36 L 349	F	Génesis Centeno	18	HATIL	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
9	11:50.70 L 317	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
10	14:09.20 L 186	F	Nicole Ulloa	24	ASMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
<b>Women 1500 Free</b>							
1	19:58.94 L 452	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
2	20:05.48 L 445	F	Daniela Esquivel	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	20:17.31 L 432	F	Valeria Quesada	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	20:36.33 L 412	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 50 Back</b>							
1	32.68 L 562	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	34.81 L 465	F	Valeria Casafont	20	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
3	35.24 L 448	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
4	36.85 L 392	F	Katarina Madrigal	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
5	37.00 L 387	F	Nataly Cambroneró	18	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
6	40.30 L 300	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	40.48 L 296	F	Dara Alexandra Monteagudo	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	42.21 L 261	F	Génesis Centeno	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
9	47.05 L 188	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
<b>Women 100 Back</b>							
1	1:12.40 L 514	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	1:12.92 L 503	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	1:13.21 L 497	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	1:17.22 L 423	F	Valeria Casafont	20	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
5	1:21.18 L 364	F	Daniela Esquivel	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	1:21.30 L 363	F	Mariangelly Vargas	18	COQUES	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
7	1:21.45 L 361	F	Nataly Cambroneró	18	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	1:24.71 L 320	F	Valery Jimenez	21	COQUES	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María 20
9	1:25.03 L 317	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	1:29.73 L 270	F	Génesis Centeno	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
11	1:36.39 L 217	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
<b>Women 200 Back</b>							
1	2:35.38 L 508	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
2	2:35.64 L 506	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	2:38.91 L 475	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020

## Individual Top Times

**Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20**  
**Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points**

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
4	2:53.84 L 363	F	Daniela Esquivel	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	2:54.28 L 360	F	Nataly Cambronero	18	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
6	2:56.69 L 346	F	Mariangelly Vargas	18	COQUES	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
7	2:59.10 L 332	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	2:59.20 L 331	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	3:11.49 L 271	F	Génesis Centeno	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
<b>Women 50 Breast</b>							
1	37.40 L 485	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	37.52 L 481	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	39.74 L 404	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	41.13 L 365	F	Valery Jimenez	21	COQUES	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
5	42.79 L 324	F	Katarina Madrigal	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
6	43.43 L 310	F	Dara Alexandra Monteagudo	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	57.63 L 132	F	Nicole Ulloa	24	ASMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
<b>Women 100 Breast</b>							
1	1:21.04 L 495	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	1:24.06 L 444	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	1:25.60 L 420	F	Adriana Morera	24	PIRAT	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	1:28.47 L 380	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	1:28.95 L 374	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
6	1:29.77 L 364	F	Laura Umaña	36	INDOR	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
7	1:37.93 L 280	F	Laura Camila Suárez	25	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	1:39.51 L 267	F	Dara Alexandra Monteagudo	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 200 Breast</b>							
1	2:54.98 L 502	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	3:00.30 L 459	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	3:05.61 L 420	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	3:10.25 L 390	F	Esther Montero	19	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	3:17.11 L 351	F	Laura Umaña	36	INDOR	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
6	3:35.22 L 270	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 50 Fly</b>							
1	29.89 L 546	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	31.22 L 479	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
3	31.71 L 457	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	32.11 L 440	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
5	32.96 L 407	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
6	33.05 L 403	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	34.09 L 368	F	Valeria Casafont	20	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
8	34.10 L 367	F	Diana Arias	18	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	35.08 L 337	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	35.11 L 336	F	Katarina Madrigal	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
11	37.63 L 273	F	Génesis Centeno	18	HATIL	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
12	43.76 L 173	F	Ángel Rodríguez	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
13	48.24 L 129	F	Arianna Sauter	22	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 100 Fly</b>							
1	1:05.72 L 601	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	1:09.93 L 499	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
3	1:10.91 L 478	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	1:12.22 L 453	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	1:13.81 L 424	F	Daniela Esquivel	20	HERED	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
6	1:17.33 L 369	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
7	1:23.67 L 291	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	1:26.77 L 261	F	Génesis Centeno	18	HATIL	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020

## Individual Top Times

Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20  
 Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
<b>Women 200 Fly</b>							
1	2:24.30 L 601	F	Amanda Alfaro	18	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	2:40.64 L 436	F	Daniela Esquivel	20	HERED	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	2:45.06 L 401	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	2:53.29 L 347	F	Carolina Ramírez	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
5	3:05.62 L 282	F	Génesis Centeno	18	HATIL	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	3:07.21 L 275	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 200 IM</b>							
1	2:34.75 L 541	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	2:44.36 L 451	F	Valery Ramirez	20	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	2:47.12 L 429	F	Milena Murillo	21	PIRAT	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
4	2:47.76 L 424	F	Daniela Esquivel	20	HERED	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
5	2:53.27 L 385	F	Laura Umaña	36	INDOR	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco-
6	2:54.46 L 377	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	2:57.69 L 357	F	Valery Jimenez	21	COQUES	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
8	3:00.36 L 341	F	Tannya Robles	20	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	3:01.52 L 335	F	Daniela Bustos	18	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	3:19.17 L 253	F	Génesis Centeno	18	HATIL	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
11	3:19.93 L 251	F	Allison Cascante	22	MILEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Women 400 IM</b>							
1	5:31.41 L 519	F	Valery Nicole Ramírez	20	MILEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	5:53.36 L 428	F	Daniela Esquivel	20	HERED	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	6:11.61 L 368	F	Melissa Díaz	19	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	8:26.32 L 145	F	Guillermina Chaves	54	AQ2	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
<b>Men 50 Free</b>							
1	25.36 L 560	F	Johan Cambronero	22	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	25.59 L 545	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	25.83 L 530	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	25.90 L 526	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
5	25.91 L 525	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
6	26.46 L 493	F	Marcelo Valverde	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	26.49 L 491	F	Antonio Rodríguez	18	ASMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	26.60 L 485	F	Marco Alvarado	21	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	26.70 L 480	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	27.08 L 460	F	Douglas Alfaro	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
11	27.19 L 454	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
12	27.20 L 454	F	Alberto Cambronero	18	ASMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
13	27.45 L 442	F	Andres Araya	18	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
14	27.51 L 439	F	Javier Guindos	18	TENIS	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
15	27.92 L 420	F	Russel Brown	21	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
16	27.96 L 418	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
17*	28.26 L 405	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
17*	28.26 L 405	F	Alejandro Arce	18	ANASC	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
19	28.37 L 400	F	Joel Madrigal	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
20	29.10 L 371	F	Reiner Elías Solano	24	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
21	29.64 L 351	F	Uriel Castillo	21	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
22	29.98 L 339	F	Cristopher Rojas	18	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
23	30.62 L 318	F	Joseph Alvarado	19	PALMA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
24	31.23 L 300	F	Frederick Naranjo	18	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
25	31.61 L 289	F	Luis Ernesto Valladares	23	AQ2	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
26	31.71 L 286	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 100 Free</b>							
1	55.07 L 618	F	Marcelo Valverde	18	STANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020

### Individual Top Times

Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20  
 Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
2	55.56 L 601	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	55.88 L 591	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
4	56.12 L 584	F	Johan Cambronero	22	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
5	56.42 L 574	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
6	56.63 L 568	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	56.82 L 562	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
8	57.85 L 533	F	Antonio Rodríguez	18	SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
9	58.91 L 504	F	Russel Brown	21	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	59.80 L 482	F	Javier Guindos	18	TENIS	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
11	1:00.03 L 477	F	Douglas Alfaro	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
12	1:00.11 L 475	F	Andres Araya	18	ANANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
13	1:00.63 L 463	F	Joel Madrigal	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
14	1:02.00 L 433	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
15	1:02.14 L 430	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
16	1:03.79 L 397	F	Reiner Elías Solano	24	STANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
17	1:06.19 L 355	F	Dario Gonzalez	18	ACTRI	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
18	1:09.20 L 311	F	Frederick Naranjo	18	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
19	1:10.17 L 298	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
20	1:12.86 L 266	F	Luis Ernesto Valladares	23	AQ2	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación

**Men 200 Free**

1	2:00.18 L 611	F	Marcelo Valverde	18	STANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
2	2:06.15 L 528	F	Russel Brown	21	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	2:07.06 L 517	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
4	2:09.35 L 490	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
5	2:09.89 L 484	F	Johan Cambronero	22	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
6	2:09.96 L 483	F	Antonio Rodríguez	18	SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
7	2:10.02 L 482	F	Javier Guindos	18	TENIS	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	2:12.84 L 452	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
9	2:14.25 L 438	F	Andres Araya	18	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
10	2:14.33 L 437	F	Joel Madrigal	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
11	2:14.47 L 436	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
12	2:19.19 L 393	F	Alberto Cambronero	18	SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
13	2:20.54 L 382	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
14	2:26.43 L 337	F	Reiner Elías Solano	24	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
15	2:31.18 L 307	F	Dario Gonzalez	18	ACTRI	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
16	2:32.38 L 299	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
17	2:37.56 L 271	F	Joseph Alvarado	19	PALMA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
18	2:40.89 L 254	F	Frederick Naranjo	18	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación

**Men 400 Free**

1	4:12.76 L 660	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	4:21.07 L 598	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	4:27.94 L 554	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	4:35.46 L 509	F	Antonio Rodríguez	18	SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
5	4:41.51 L 477	F	Javier Guindos	18	TENIS	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
6	4:52.20 L 427	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	4:57.73 L 403	F	Joel Madrigal	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	5:03.20 L 382	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	5:10.25 L 356	F	Alberto Cambronero	18	SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
10	5:29.63 L 297	F	Dario Gonzalez	18	ACTRI	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
11	5:35.32 L 282	F	Joseph Alvarado	19	PALMA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
12	8:28.43 L 81	F	Adrian Pacheco	62	AQ2	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación

**Men 800 Free**

1	8:46.69 L 632	F	Russel Brown	21	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
---	---------------	---	--------------	----	-------	------------	--------------------------------------

## Individual Top Times

Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20  
 Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
2	9:12.20 L 548	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
3	9:45.39 L 460	F	Javier Guindos	18	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	11:31.33 L 279	F	Dario Gonzalez	18	ACTRI	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	11:35.95 L 274	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	12:48.13 L 203	F	Cristopher Rojas	18	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	18:02.77 L 72	F	Adrian Pacheco	62	AQ2	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 1500 Free</b>							
1	16:38.88 L 663	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	17:14.47 L 596	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
3	18:18.18 L 498	F	Antonio Rodríguez	18	ASMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	18:57.39 L 449	F	Javier Guindos	18	TENIS	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
5	19:51.15 L 391	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 50 Back</b>							
1*	28.10 L 623	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
1*	28.10 L 623	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	29.92 L 516	F	Douglas Alfaro	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
4	30.25 L 499	F	Marcelo Valverde	18	STANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
5	32.25 L 412	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
6	32.59 L 399	F	Andres Araya	18	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
7	32.79 L 392	F	Marco Alvarado	21	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	33.92 L 354	F	Antonio Rodríguez	18	ASMAG	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	35.34 L 313	F	Uriel Castillo	21	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	36.01 L 296	F	Cristopher Rojas	18	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
11	37.38 L 264	F	Frederick Naranjo	18	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 100 Back</b>							
1	1:00.68 L 623	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	1:04.97 L 508	F	Douglas Alfaro	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
3	1:06.11 L 482	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	1:08.12 L 440	F	Russel Brown	21	BELEN	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	1:09.90 L 408	F	Marcelo Valverde	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	1:10.07 L 405	F	Andres Araya	18	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
7	1:10.14 L 403	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	1:10.84 L L 392	F	Johan Cambroner	22	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
9	1:12.39 L 367	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
10	1:12.84 L 360	F	Antonio Rodríguez	18	ASMAG	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
11	1:13.33 L 353	F	Marco Alvarado	21	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
12	1:16.06 L 316	F	Alejandro Arce	18	ANASC	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
13	1:16.50 L 311	F	Uriel Castillo	21	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
14	1:20.83 L 263	F	Cristopher Rojas	18	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
15	1:20.93 L 262	F	Frederick Naranjo	18	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 200 Back</b>							
1	2:18.61 L 526	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	2:27.10 L 440	F	Russel Brown	21	BELEN	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
3	2:31.06 L 406	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	2:31.54 L 402	F	Marcelo Valverde	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	2:38.35 L 353	F	Andres Araya	18	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María :
6	2:41.43 L 333	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 50 Breast</b>							
1	30.26 L 630	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	30.50 L 615	F	José David Solís	18	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco-
3	31.88 L 539	F	Reiner Elías Solano	24	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	35.49 L 390	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
5	35.96 L 375	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020

## Individual Top Times

Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20  
 Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points

	Time	P/F/S	Name	Age/Yr			
6	36.69 L 353	F	Johan Cambroner	22	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
7	38.38 L 309	F	Antonio Rodríguez	18	\SMAG	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	41.22 L 249	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	42.18 L 232	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
10	43.97 L 205	F	Andres Araya	18	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
11	45.78 L 182	F	Joseph Alvarado	19	PALMA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
<b>Men 100 Breast</b>							
1	1:06.12 L 644	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	1:06.22 L 641	F	José David Solís	18	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
3	1:12.92 L 480	F	Reiner Elías Solano	24	STANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	1:17.16 L 405	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
5	1:26.95 L 283	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	1:38.72 L 193	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
<b>Men 200 Breast</b>							
1	2:22.13 L 707	F	José David Solís	18	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
2	2:24.05 L 679	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	2:42.75 L 471	F	Reiner Elías Solano	24	STANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	3:01.76 L 338	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	3:22.06 L 246	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 50 Fly</b>							
1	25.72 L 649	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	26.30 L 607	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	26.70 L 580	F	Arnoldo Herrera	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
4	27.26 L 545	F	Marcelo Valverde	18	STANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
5	27.41 L 536	F	Johan Cambroner	22	ANANA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
6	27.44 L 534	F	Antonio Rodríguez	18	\SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
7	27.78 L 515	F	Alberto Cambroner	18	\SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	27.87 L 510	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
9	28.14 L 495	F	Douglas Alfaro	20	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
10	28.29 L 487	F	Fernando Solís	19	SJOSE	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
11	29.11 L 447	F	Alejandro Arce	18	ANASC	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
12	29.52 L 429	F	Joel Madrigal	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
13	30.49 L 389	F	Andres Araya	18	ANANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
14	30.85 L 376	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
15	31.36 L 358	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
16	32.11 L 333	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
17	33.44 L 295	F	Luis Ernesto Valladares	23	AQ2	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
18	34.81 L 261	F	Frederick Naranjo	18	SJOSE	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
19	34.82 L 261	F	Joseph Alvarado	19	PALMA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
20	37.06 L 216	F	Dario Gonzalez	18	ACTRI	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 100 Fly</b>							
1	56.78 L 675	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	58.05 L 632	F	David Yuni Rowe	23	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	59.69 L 581	F	Marcelo Valverde	18	STANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
4	1:00.04 L 571	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
5	1:00.54 L 557	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
6	1:01.61 L 528	F	Antonio Rodríguez	18	\SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
7	1:02.94 L 495	F	Johan Cambroner	22	ANANA	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
8	1:05.67 L 436	F	Joel Madrigal	18	STANA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	1:06.82 L 414	F	Marco Alvarado	21	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
10	1:07.13 L 408	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
11	1:08.02 L 392	F	Alejandro Arce	18	ANASC	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María ;
12	1:08.37 L 386	F	Javier Guindos	18	TENIS	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación

## Individual Top Times

Times since: 01-nov-19 Times until: 04-feb-20

Number of Top Times: All Show Long Course Only - FINA Points

	Time		P/F/S	Name	Age/Yr				
13	1:09.90	L	362	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
14	1:12.36	L	326	F	Jesús Flores	20	NICOA	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
15	1:18.21	L	258	F	Cristopher Rojas	18	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 200 Fly</b>									
1	2:04.97	L	710	F	Bryan Álvarez	20	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	2:08.52	L	653	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	2:10.45	L	624	F	José David Solís	18	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
4	2:15.52	L	557	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
5	2:21.91	L	485	F	Antonio Rodríguez	18	SMAG	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
6	2:38.49	L	348	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
7	3:41.13	L	128	F	Luis Ernesto Valladares	23	AQ2	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
<b>Men 200 IM</b>									
1	2:12.78	L	632	F	José David Solís	18	PIRAT	28/11/2019	XXXVII Invitacional Internacional Naco
2	2:15.20	L	599	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
3	2:20.45	L	534	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
4	2:32.80	L	415	F	Javier Guindos	18	TENIS	30/01/2020	VII Torneo Natación San José 2020
5	2:35.07	L	397	F	James Blanco	20	HERED	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
6	2:37.26	L	380	F	Fernando Solís	19	SJOSE	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
7	2:40.70	L	356	F	Andrés Pérez	19	ESCAZ	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
8	2:45.38	L	327	F	Julián Álvarez	21	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación
9	3:03.22	L	240	F	Joseph Alvarado	19	PALMA	13/12/2019	Copa Int. Navideña Juan Santa María
<b>Men 400 IM</b>									
1	4:45.70	L	621	F	Russel Brown	21	BELEN	12/12/2019	COPA INT. 500 AÑOS DE PANAMA 20
2	4:58.06	L	547	F	Cristofer Lanuza	23	ALAJU	22/11/2019	XXV Torneo Internacional de Natación