

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	مايا محمد سيد محمد عيد	التمساح	٣٣,٢٦	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠م حرة	شهد محمد احمد خالد الباز	الأهلي	١,١٢,٠٣	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٢٠٠م حرة						
٤٠٠م حرة						
٨٠٠م حرة						
١٥٠٠م حرة						
٥٠م صدر	مايا محمد سيد محمد عيد	التمساح	٤٢,٥٨	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠م صدر	لي لي محمد عبد العزيز حسين	مدينة نصر	١,٣٧,٨١	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٢٠٠م صدر						
٥٠م ظهر	زينة أحمد مدحت منير عثمان	الزهور	٣٨,٨٤	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
١٠٠م ظهر	زينة أحمد مدحت منير عثمان	الزهور	١,٢٤,٣٠	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
٢٠٠م ظهر						
٥٠م فراشة	نور ياسر حلمي الدمرداش	وادي دجلة	٣٤,٨٣	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠م فراشة	شهد محمد احمد خالد الباز	الأهلي	١,١٩,٣٠	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٢٠٠م فراشة						
٢٠٠م متنوع	مايا محمد سيد محمد عيد	التمساح	٢,٥٤,٦٧	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٤٠٠م متنوع						
٤×٥٠م حرة	شهد محمد الباز – هدي أحمد ممدوح رودينا سامي محمد – مريم أحمد محمد	الأهلي	٢,١٧,٠٠	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٤×١٠٠م حرة						
٤×٢٠٠م حرة						
١٠×٥٠م حرة	أروي فيصل الشريف – منة الله تامر فوزي ميس الحسيني محمد – ليلي هاني محمد ليلي أشرف صلاح – سلمى خالد محمد هايا محمد محمود – لجين حسام محمد بسملة طه عبد الرؤوف – ملك إسلام جمال	وادي دجلة	٥,٥٠,٨٥	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
٤×٥٠م متنوع	مريم أحمد محمد – نورين أحمد حسن شهد محمد الباز – هدي أحمد ممدوح	الأهلي	٢,٣٦,٠١	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٤×١٠٠م متنوع						

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة حتى ٢٨ ابريل ٢٠٢٥
المرحلة ١١ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٨,٣٦	٢٠٠٦	الجزيرة	التنشيطية
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	١,٠٣,٠٠	٢٠٠٦	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م حرة	إنجي باسم بهاء الدين صادق أحمد صادق	الأهلي	٢,١٨,٤٠	٢٠١٩	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م حرة	ديمه تامر محمد محمود محمد حسن	س المنصورة	٤,٥٠,٠٢	٢٠٢٢	ستاد القاهرة	الجمهورية
٨٠٠م حرة	سهى عبد الله إبراهيم محمود	الشمس	١٠,١١,٤٤	١٩٩٧	الأهلي	الجمهورية
١٥٠٠م حرة						
٥٠م صدر	هنا مصطفى أحمد حمدي الأعصر	الأهلي	٣٦,٦٩	٢٠١٢	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م صدر	لمي طارق حسن محمد الشحري	الأهلي	١,١٩,٧٢	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م صدر	لمي طارق حسن محمد الشحري	الأهلي	٢,٥٢,٦٩	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	الجمهورية
٥٠م ظهر	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٣٣,٧٤	٢٠٠٦	الجزيرة	التنشيطية
١٠٠م ظهر	فاطمة عمرو طارق السيد زايد	الزهور	١,١٤,٢٣	٢٠٢٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م ظهر	ريتال عادل القطب إبراهيم عيد	الشمس	٢,٣٧,٥٢	٢٠٢٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٣٠,١٩	٢٠٠٦	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م فراشة	يارا محمد يوسف محمد نجيم يوسف	سموحه	١,٠٩,٠٥	٢٠٢٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م فراشة	ضحى أيمن علي جمعه	س المنصورة	٢,٣٥,٧٤	٢٠١٦	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م متنوع	عهد طارق لبيب رستم	الأهلي	٢,٣٦,٧٠	٢٠٠٦	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	سهى عبد الله إبراهيم محمود	الشمس	٥,٤٣,٥٢	١٩٩٧	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠م حرة	بسنت جميل بركات – جنة صفوت صلاح حبيبة محمود مصطفى – هنا طارق زكريا	الأهلي	٢,٠٣,٢٠	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
٤٠٠م حرة	مريم خالد صبحي – زينة أحمد محمد لما أحمد وحيد يسري – سيلينا هاني خليل	سموحه	٤,٢٩,٤٦	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م حرة	أسماء قطاريه – راهاتاب حسن نفين السيد – سارة إسماعيل	الأهلي	١٠,٠١,١٣	١٩٩٨	ستاد القاهرة	كأس مصر
١٠٠م حرة	ليلي محمد عبد المحسن – زينة أحمد محمد عاليا محمود السيد – ياسمين محمد يوسف لي طارق أحمد محمد – آيسل إسلام محمود لما أحمد وحيد يسري – سيلينا هاني خليل سما أسامة محمد علي – مريم خالد صبحي	سموحه	٥,١٣,٣٣	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	لي طارق أحمد – عاليا محمود السيد مريم خالد صبحي – زينة أحمد محمد	سموحه	٢,١٧,٥٢	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	يسرا محمد سلطان – أسما محمد إبراهيم كارما محمد حسن – بيري إسلام عاطف	سموحه	٥,٠١,٦٩	٢٠٢٢	ستاد القاهرة	الجمهورية

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة حتى ٢٨ ابريل ٢٠٢٥
المرحلة ١٢ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٧,٣٩	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	١,٠٠,٧٩	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م حرة	ملك محمد عباس محمد الطاف	المعادي	٢,١٣,١٨	٢٠١٧	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤٠٠م حرة	هانيا محمد هاني عبدالحميد مورو	الأهلي	٤,٤٠,٩٣	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٨٠٠م حرة	دينا مصطفى خالد حجازي	الجزيرة	٩,٤٨,٣٨	٢٠٠١	الجيش	م / القاهرة
١٥٠٠م حرة						
٥٠م صدر	كرمه شادي محمد صبري خليل	هليوبوليس	٣٥,٥٧	٢٠١٩	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م صدر	لمي طارق حسن محمد الشحري	الأهلي	١,١٧,٧٦	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٢٠٠م صدر	لمي طارق حسن محمد الشحري	الأهلي	٢,٤٥,٢١	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٥٠م ظهر	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٣١,٨٥	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م ظهر	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	١,٠٩,٩٩	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م ظهر	مريم فاروق محمد محمد مرسى	الأهلي	٢,٢٩,٧١	٢٠١١	ستاد القاهرة	الجمهورية
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٨,٨٦	٢٠٠٧	كلية الحربية	د / العربية
١٠٠م فراشة	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	١,٠٦,٠١	٢٠١٩	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٢٠٠م فراشة	شيماء محسن عبد العال طعيمه	مدينة نصر	٢,٢٧,٩٨	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٢٠٠م متنوع	عهد طارق لبيب رستم	الأهلي	٢,٣٢,١٤	٢٠٠٧	الأهلي	م / القاهرة
٤٠٠م متنوع	رانا محمد محمود أحمد	الأهلي	٥,٢٣,٠٣	٢٠٠٧	الأهلي	م / القاهرة
٤٠٠م حرة	نور محمد يونس - سلمى كريم الزواوي سارة محمد خميس - يارا محمد يوسف	سموحه	١,٥٨,٢٢	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م حرة	نور محمد يونس - سلمى كريم الزواوي سارة محمد خميس - يارا محمد يوسف	سموحه	٤,١٦,٥٢	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م حرة	مييار صلاح - شهد طارق عثمان ندي إبراهيم - إنجي سامح الشاذلي	الإسكندرية سيبورتيج	٩,٤٠,٤٨	٢٠٠٥	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م حرة	هاجر أحمد نصار - ملك رامي جابر كنده أحمد محمد - ماريلا هاني خليل لارا محمد فاروق - روسيل أحمد شعبان ريماس إسلام فهمي - بيبي إسلام محمد رحمه هشام حلوج - كرمه محمد حسن	سموحه	٥,٠٠,٥٥	٢٠٢٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	نانة وائل العجرودي - جنة سامح رفيق ملك محمد عبد العزيز - أمينة علاء زكي	الإسكندرية سيبورتيج	٢,١٣,٤٦	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
٤٠٠م متنوع	هانيا هاني مورو - لمي طارق حسن يارا عماد فخري - ربا ماجد محمود	الأهلي	٤,٤٨,٦٨	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة حتى ٢٨ ابريل ٢٠٢٥
المرحلة ١٣ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٧,٠٣	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٩,١٢	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٢٠٠م حرة	روان حسام منير علي البدري	س سبورتنتج	٢,١٠,٤٤	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٤,٣٢,٢١	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٨٠٠م حرة	هبة الله هاني محمد سليم	المعادي	٩,٢٨,٢٩	٢٠٠١	الجيش	م / القاهرة
١٥٠٠م حرة	داليا مجدي أمين الصيرفي	المعادي	١٨,٠٤,١٢	٢٠٠٥	الأهلي	كأس مصر
٥٠م صدر	زينة محمد درويش مصطفى	سموحه	٣٤,٨٦	٢٠٢٢	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م صدر	لمي طارق حسن محمد الشحري	الأهلي	١,١٦,٣٧	٢٠٠٩	الأهلي	كأس مصر
٢٠٠م صدر	روان تامر محمد سعيد محمد	وادي دجلة	٢,٣٩,٨٤	٢٠١٧	ك الحربية	العربية ش
٥٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٣١,٠٠	٢٠٢٠	ستاد القاهرة	ق التنشيطية
١٠٠م ظهر	دينا مصطفى خالد حجازي	الجزيرة	١,٠٨,٣٢	٢٠٠٢	الجيش	م / القاهرة
٢٠٠م ظهر	لمار محمد نبيل طه الجعيدي	وادي دجلة	٢,٢٥,١٠	٢٠٢٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٧,٨١	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
١٠٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	١,٠٣,٩٣	٢٠٠٨	الأهلي	الجمهورية
٢٠٠م فراشة	مريم عبد الرحمن السيد صقر	مدينة نصر	٢,٢١,٩٣	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٢٠٠م متنوع	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,٢٧,٣٨	٢٠١٧	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤٠٠م متنوع	روان تامر محمد سعيد محمد	وادي دجلة	٥,١٣,٨٥	٢٠١٧	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤٠٠م حرة	نور محمد يونس - سلمي كريم الزواوي سارة محمد خميس - يارا محمد يوسف	سموحه	١,٥٨,٢٢	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م حرة	فريدة أيمن سمره - بسملة محمد أحمد هبة أيمن محمود - ملك محمود عباس	المنتخب القومي	٤,٠٩,٩٢	٢٠١٧	الكلية الحربية	العربية للناشئين
٤٠٠م حرة		الأهلي	٩,٠٦,٢٤	١٩٩٥	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م حرة	سلمي عبد الوهاب - هلا وائل محمد يارا محمد الخواجة - حبيب محمد طه ديما أمير عبد الله - نور ياسر حلمي لجين أحمد حسين - بسنت هشام حسين لؤلؤه مدثر حسن - يارا محمد صبحي	وادي دجلة	٥,٠٢,٧٣	٢٠٢١	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤٠٠م متنوع	ليلي محمد إبراهيم - نادين أيمن حسين فرح محمد عبد ربه - روديما محمد سعد	وادي دجلة	٢,٠٩,٨٠	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
٤٠٠م متنوع		الأهلي	٤,٤٠,٤١	١٩٩٥	ستاد القاهرة	الجمهورية

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالإتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة حتي ٢٨ ابريل ٢٠٢٥
المرحلة ١٤ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٦,٣٦	٢٠٠٩	موريشيوس	الأفريقية
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٨,٣٧	٢٠٠٩	الأهلي	كأس مصر
٢٠٠م حرة	رانيا عمرو مصطفى علواني	الأهلي	٢,٠٧,٦٤	١٩٩١	ستاد القاهرة	الأفريقية
٤٠٠م حرة	هبة الله هاني محمد سليم	المعادي	٤,٢٩,٤٩	٢٠٠٢	ستاد القاهرة	الأفريقية
٨٠٠م حرة	هبة الله هاني محمد سليم	المعادي	٩,١٣,٩٦	٢٠٠٢	ستاد القاهرة	الأفريقية
١٥٠٠م حرة	هبة الله هاني محمد سليم	المعادي	١٧,٤١,٨٨	٢٠٠٢	ستاد القاهرة	الأفريقية
٥٠م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	٣٣,٩٩	٢٠١٨	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	١,١٣,٩٦	٢٠١٨	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م صدر	يارا عماد إبراهيم فخري	الأهلي	٢,٣٧,٧٩	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٥٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٩,٨٤	٢٠٢١	غانا	الأفريقية ش
١٠٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	١,٠٤,٦٢	٢٠٢١	غانا	الأفريقية ش
٢٠٠م ظهر	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	٢,٢١,٦٨	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٧,٤٣	٢٠٠٩	عمان	العربية
١٠٠م فراشة	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	١,٠٢,٧٢	٢٠١٨	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م فراشة	مريم عبد الرحمن السيد صقر	مدينة نصر	٢,٢٠,٢٦	٢٠١١	الأهلي	م / القاهرة
٢٠٠م متنوع	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,٢٢,٨٦	٢٠١٨	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	يارا عماد إبراهيم فخري	الأهلي	٥,٠٠,٨٢	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٤×٥٠م حرة	شاهنדה علي ريهام خالد	المعادي واليخت	١,٥٦,٨٥	٢٠٠٠	الجيش	الجمهورية
٤×١٠٠م حرة	دانا تامر باخوم روان أبو الفضل	المنتخب القومي	٤,٠٤,٩٤	٢٠١٧	الكلية الحربية	الأفريقية للناشئين
٤×٢٠٠م حرة	مرام شريف نصوحي لامار محمد صالح	الأهلي	٩,٠٣,٣٧	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠×٥٠م حرة	سلمي عبد الوهاب يارا محمد الخواجة ديما أمير عبد الله لجين أحمد حسين لؤلؤه مدثر حسن	وادي دجلة	٥,٠٢,٧٣	٢٠٢١	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤×٥٠م متنوع	ليلي محمد إبراهيم فرح محمد عبد ربه	وادي دجلة	٢,٠٩,٨٠	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
٤×١٠٠م متنوع	لمار محمد نبيل كرمه محمد حسن	المنتخب القومي	٤,٣٢,٢١	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	ب العربية للناشئين

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة حتى ٢٨ أبريل ٢٠٢٥
المرحلة ١٥ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠ م حرة	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٦,٢٨	٢٠٢٢	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠ م حرة	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٥٧,٦٥	٢٠٢٢	تونس	الأفريقية
٢٠٠ م حرة	روان حسام منير علي البدري	س سبورتس	٢,٠٤,٥٤	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠ م حرة	روان حسام منير علي البدري	س سبورتس	٤,٢٥,٥٣	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٨٠٠ م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٩,٠٧,٢٢	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
١٥٠٠ م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	١٧,٣١,٤٠	٢٠١٠	الأهلي	م / القاهرة
٥٠ م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	٣٢,٧٧	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠ م صدر	جنات كريم محمد حافظ سليمان	الشروق	١,١٢,٤٩	٢٠٢٣	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٢٠٠ م صدر	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,٣٥,٨٤	٢٠١٩	ستاد القاهرة	كأس مصر
٥٠ م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٩,٦١	٢٠٢٢	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠ م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	١,٠٤,٦٢	٢٠٢١	غانا	الأفريقية ش
٢٠٠ م ظهر	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	٢,١٩,٣٣	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٥٠ م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٧,٢٨	٢٠١٠	كازبلانكا	الأفريقية
١٠٠ م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	١,٠٢,٠٥	٢٠١٠	كازبلانكا	الأفريقية
٢٠٠ م فراشة	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,١٧,٤٥	٢٠١٩	تونس	الأفريقية ش
٢٠٠ م متنوع	لجين ضياء الدين عبد العليم عبد اللطيف	وادي دجلة	٢,٢٢,٢٦	٢٠١٩	ستاد القاهرة	كأس مصر
٤٠٠ م متنوع	يارا عماد إبراهيم فخري	الأهلي	٥,٠٠,٨٢	٢٠١٠	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠ م حرة	شاهدة علي ريهام خالد	المعادي واليخت	١,٥٦,٨٥	٢٠٠٠	الجيش	الجمهورية
٤٠٠ م حرة	روان محمد جلال دانا تامر باخوم	المنتخب القومي	٤,٠٤,٤٠	٢٠١٧	الكلية الحربية	العربية للناشئين
٤٠٠ م حرة	ريتا أشرف عبد النبي لجين ضياء عبد العليم	المنتخب القومي	٨,٥٤,٥٤	٢٠١٧	الكلية الحربية	العربية للناشئين
١٠٠ م حرة	سلمي عبد الوهاب يارا محمد الخواجة ديما أمير عبد الله لجين أحمد حسين لؤلؤه مدثر حسن	وادي دجلة	٥,٠٢,٧٣	٢٠٢١	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤٠٠ م متنوع	روان أبو الفضل لجين ضياء عبد العليم	وادي دجلة	٢,٠٩,٥٢	٢٠١٨	ستاد القاهرة	كأس الاتحاد
٤٠٠ م متنوع	لمار الجعيد كرم محمد حسن	المنتخب القومي	٤,٣٢,٢١	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	ب العربية للناشئين

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة

المرحلة ١٦ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٥,٩٦	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٦,٥٠	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٢٠٠م حرة	روان حسام منير علي البدري	س سبورتنج	٢,٠٣,٧٠	٢٠١١	إيرلندا	إيرلندا
٤٠٠م حرة	شهد طارق عثمان حسن مصطفى	س سبورتنج	٤,٢٣,٧٥	٢٠٠٩	موريشيوس	الأفريقية
٨٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٩,٠١,٩٨	٢٠١١	رشدان	الإمارات
١٥٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	١٧,١١,٩٤	٢٠١١	رشدان	الإمارات
٥٠م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	٣٢,٧٧	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠م صدر	نرمين ماهر سعد بلبع	س سبورتنج	١,١٢,٣٣	٢٠١٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	٢,٣٣,١٣	٢٠٠٢	الأهلي	الجمهورية
٥٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٩,٦١	٢٠٢٢	ستاد القاهرة	الجمهورية
١٠٠م ظهر	مريم عبد الرحمن السيد صقر	الأهلي	١,٠٣,٩٥	٢٠١٣	أندونيسيا	التضامن
٢٠٠م ظهر	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	٢,١٩,٣٣	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٦,٥٨	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
١٠٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	١,٠٠,٥٠	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٢٠٠م فراشة	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,١٧,٤٥	٢٠١٩	تونس	الأفريقية ش
٢٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٢,٢٠,٣٣	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٤٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٤,٥٩,٤٧	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٤٠٠م حرة	شاهدة علي ريهام خالد	المعادي واليخت	١,٥٦,٨٥	٢٠٠٠	الجيش	الجمهورية
٤٠٠م حرة	روان أبو الفضل لجين عبد العليم	المنتخب القومي	٣,٥٧,٢٠	٢٠١٩	تونس	الأفريقية للناشئين
٤٠٠م حرة	زينه محمد هيثم سارة سليمان سعيد	المنتخب القومي	٨,٤٨,٥٨	٢٠١٩	تونس	الأفريقية للناشئين
١٠٠م حرة	سلمي عبد الوهاب يارا محمد الخواجة ديما أمير عبد الله لجين أحمد حسين لؤلؤه مدثر حسن	وادي دجلة	٥,٠٢,٧٣	٢٠٢١	ستاد القاهرة	م / القاهرة
٤٠٠م متنوع	سميحة طارق سلمي محمد جمال	المعادي واليخت	٢,٠٧,٦٠	٢٠١٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	سارة سليمان سعيد لجين عبد العليم	المنتخب القومي	٤,٢١,١٤	٢٠١٩	تونس	الأفريقية للناشئين

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٥,٧٤	٢٠١٢	أنكا	تركيا
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٦,٥٠	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٢٠٠م حرة	روان حسام منير علي البدري	س سبورتنج	٢,٠٣,٧٠	٢٠١١	إيرلندا	إيرلندا
٤٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٤,٢٢,٠٦	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٨٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٨,٥٤,٧٤	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
١٥٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	١٦,٥٥,٧٣	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٥٠م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	٣٢,٧٧	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠م صدر	نرمين ماهر سعد بلبع	س سبورتنج	١,١١,٧٩	٢٠١٤	ال حمدان	دبي
٢٠٠م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	٢,٣٣,١٣	٢٠٠٢	الأهلي	الجمهورية
٥٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٩,٤١	٢٠٢٤	غانا	د / الأفريقية
١٠٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	١,٠٣,٣١	٢٠٢٤	غانا	د / الأفريقية
٢٠٠م ظهر	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	٢,١٩,٣٣	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٦,٤٤	٢٠١٢	أنكا	تركيا
١٠٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٩,٧٢	٢٠١٢	أنكا	تركيا
٢٠٠م فراشة	مريم عبد الرحمن السيد صقر	الأهلي	٢,١٥,٨١	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٢,٢٠,٣٣	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٤٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٤,٥٩,٤٧	٢٠١١	الدوحة	د / العربية
٤٠٠م حرة	شاهنده علي ريهام خالد	المعادي واليخت	١,٥٦,٨٥	٢٠٠٠	الجيش	الجمهورية
٤٠٠م حرة	سارة وليد السماني - كارين إيليا عبد الملاك	المنتخب القومي	٣,٥٧,١٨	٢٠٢٣	موريشيوس	الأفريقية للناشئين
٤٠٠م حرة	هبة الله يحيى سهى عبد الله	المنتخب القومي	٨,٤٥,١٨	٢٠٠٣	نيجيريا	الدورة الأفريقية
١٠٠م حرة	سلمي محمد جمال سميحة طارق محسن حبيبة عصام أحمد ميرا محمد محمود ندي خالد لطفى	المعادي واليخت	٤,٥٦,٣١	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٤٠٠م متنوع	سميحة طارق سلمي محمد جمال	المعادي واليخت	٢,٠٧,٦٠	٢٠١٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	سارة سليمان سعيد لجين عبد العليم	المنتخب القومي	٤,٢١,١٤	٢٠١٩	تونس	الأفريقية للناشئين

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠ م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٥,٤٣	٢٠١٣	ميرثن	د / المتوسط
١٠٠ م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٦,٢٧	٢٠١٣	ميرثن	د / المتوسط
٢٠٠ م حرة	روان حسام منير علي البديري	س سبورتنج	٢,٠٣,٧٠	٢٠١١	إيرلندا	إيرلندا
٤٠٠ م حرة	هانبا محمد هاني عبدالحميد مورو	الأهلي	٤,٢٠,٢٤	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٨٠٠ م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٨,٥٤,٧٤	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
١٥٠٠ م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	١٦,٥٥,٧٣	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٥٠ م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	٣٢,٧٧	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠ م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	١,١١,٥٦	٢٠٠٤	أمريكا	سبيدو
٢٠٠ م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	٢,٣٣,١٣	٢٠٠٢	الأهلي	الجمهورية
٥٠ م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٩,٣٥	٢٠٢٥	دبي	دبي
١٠٠ م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	١,٠٣,٣١	٢٠٢٤	غانا	د / الأفريقية
٢٠٠ م ظهر	دينا مصطفى خالد حجازي	الشمس	٢,١٨,٥٢	٢٠٠٧	وليت	سبيدو
٥٠ م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٦,١٢	٢٠١٣	برشلونة	بطولة العالم
١٠٠ م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٩,٧٢	٢٠١٢	أنكا	تركيا
٢٠٠ م فراشة	مريم عبد الرحمن السيد صقر	الأهلي	٢,١٥,٨١	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠ م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٢,٢٠,١٤	٢٠١٣	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠ م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٤,٥٨,٢١	٢٠١٣	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠ م حرة	شاهنده علي - نهال إبراهيم ريهام خالد - هدي الدميري	المعادي واليخت	١,٥٦,٨٥	٢٠٠٠	الجيش	الجمهورية
٤٠٠ م حرة	ساره وليد السماني - فريدة أيمن سمرة لجين عبد الله - كارين اليا عبد الملاك	المنتخب القومي	٣,٥٤,٧٣	٢٠٢٢	تونس	الأفريقية
٤٠٠ م حرة	ياسمين ممدوح - أسماء عبد الرؤوف ساندي أيمن عاطف - ميار أحمد فاروق	المنتخب القومي	٨,٣٨,٢٦	٢٠١٧	الكلية الحربية	العربية للناشئين
١٠٠ م حرة	سلمي محمد جمال - نادين صلاح سميحة طارق محسن - نوران فليفل حبيبة عصام أحمد - شريفة خشبة ميرا محمد محمود - ملك دحروج ندي خالد لطفي - صبا أيمن أبو المكارم	المعادي واليخت	٤,٥٦,٣١	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٤٠٠ م متنوع	سميحة طارق أحمد - ميرا محمد محمود سلمي محمد جمال - نادين صلاح محمد	المعادي واليخت	٢,٠٧,٦٠	٢٠١٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠ م متنوع	سارة سليمان سعيد - فريدة أيمن سمرة لجين عبد العليم - نور ضياء الدين	المنتخب القومي	٤,٢١,١٤	٢٠١٩	تونس	الأفريقية للناشئين

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة حتى ٢٨ ابريل ٢٠٢٥
المرحلة ١٩ سنة ناشئات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٥,٤٣	٢٠١٣	ميرثن	د / المتوسط
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٦,٢٧	٢٠١٣	ميرثن	د / المتوسط
٢٠٠م حرة	روان حسام منير علي البديري	س سبورتنج	٢,٠٣,٧٠	٢٠١١	إيرلندا	إيرلندا
٤٠٠م حرة	هانيا محمد هاني عبدالحميد مورو	الأهلي	٤,٢٠,٢٤	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٨٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	٨,٥٤,٧٤	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
١٥٠٠م حرة	ريم محمد حسين السيد قاسم	الأهلي	١٦,٥٥,٧٣	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٥٠م صدر	سارة سليمان سعيد سليمان	الأهلي	٣٢,٧٧	٢٠١٩	الأهلي	كأس الاتحاد
١٠٠م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	١,١١,٥٦	٢٠٠٤	أمريكا	سبيدو
٢٠٠م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	٢,٣٣,١٣	٢٠٠٢	الأهلي	الجمهورية
٥٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	٢٩,٣٥	٢٠٢٥	دبي	دبي
١٠٠م ظهر	ساره وليد محمود السماني حميده	هليوبوليس	١,٠٣,٣١	٢٠٢٤	غانا	د / الأفريقية
٢٠٠م ظهر	دينا مصطفى خالد حجازي	الشمس	٢,١٨,٥٢	٢٠٠٧	وليت	سبيدو
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٦,١٢	٢٠١٣	برشلونة	بطولة العالم
١٠٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٩,٧٢	٢٠١٢	أنكا	تركيا
٢٠٠م فراشة	مريم عبد الرحمن السيد صقر	الأهلي	٢,١٥,٨١	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٢٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلحة إبراهيم	الأهلي	٢,٢٠,١٤	٢٠١٣	الأهلي	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلحة إبراهيم	الأهلي	٤,٥٧,٩٥	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤×٥٠م حرة	شاهنده علي ريهام خالد	المعادي واليخت	١,٥٦,٨٥	٢٠٠٠	الجيش	الجمهورية
٤×١٠٠م حرة	فريدة هشام عثمان – مي عاطف حسن شهد طارق عثمان – روان حسام البديري	المنتخب القومي	٣,٥٣,٠٢	٢٠١١	الدوحة	الدورة العربية
٤×٢٠٠م حرة	روان حسام البديري – هانيا هاني مورو ريم محمد قاسم – شهد طارق عثمان	المنتخب القومي	٨,٣٢,٤٠	٢٠١١	الدوحة	الدورة العربية
١٠×٥٠م حرة	سلمي محمد جمال – نادين صلاح سميحة طارق محسن – نوران فليفل حبيبة عصام أحمد – شريفة خشبة ميرا محمد محمود – ملك دحروج ندي خالد لطفي – صبا أيمن أبو المكارم	المعادي واليخت	٤,٥٦,٣١	٢٠١٢	الأهلي	م / القاهرة
٤×٥٠م متنوع	سميحة طارق أحمد – ميرا محمد محمود سلمي محمد جمال – نادين صلاح محمد	المعادي واليخت	٢,٠٧,٦٠	٢٠١٣	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤×١٠٠م متنوع	هانيا هاني مورو – روان حسام البديري فريدة هشام عثمان – مي عاطف حسن	المنتخب القومي	٤,١٩,٤٧	٢٠١١	الدوحة	الدورة العربية

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



الأرقام القياسية المصرية للسباحة

حتى ٢٨ ابريل ٢٠٢٥

المرحلة العمومي أنسات

السباق	الاسم	النادي	الزمن	العام	الحمام	البطولة
٥٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٤,٦٢	٢٠١٧	بودابست	بطولة العالم
١٠٠م حرة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٤,٩٣	٢٠١٩	كوريا	بطولة العالم
٢٠٠م حرة	رانيا عمرو مصطفى علواني	الأهلي	٢,٠١,٩٣	٢٠٠٠	سيدني	د/الأولمبية
٤٠٠م حرة	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	٤,١٨,٩٥	٢٠١٧	سموحه	كأس مصر
٨٠٠م حرة	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	٨,٤٧,٦٧	٢٠١٩	أمريكا	المفتوحة
١٥٠٠م حرة	هانيا محمد هاني عبد الحميد مورو	الأهلي	١٦,٤٨,٨٠	٢٠١٩	أمريكا	المفتوحة
٥٠م صدر	مي عاطف عبد الفتاح حسن	الأهلي	٣٢,١٤	٢٠١٥	كازان	بطولة العالم
١٠٠م صدر	مي عاطف عبد الفتاح حسن	الأهلي	١,١٠,٥٩	٢٠١٤	المغرب	ب / العربية
٢٠٠م صدر	سلمي عبد الرؤوف إسماعيل زينهم	الزهور	٢,٣٣,١٣	٢٠٠٢	الأهلي	الجمهورية
٥٠م ظهر	سميحه طارق أحمد محسن	المعادي	٢٩,١٧	٢٠٢١	غانا	الأفريقية
١٠٠م ظهر	دينا مصطفى خالد حجازي	الشمس	١,٠٣,٠٣	٢٠٠٩	روما	العالم
٢٠٠م ظهر	دينا مصطفى خالد حجازي	الشمس	٢,١٤,٢٨	٢٠٠٩	أمريكا	TYR
٥٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٢٥,٣٨	٢٠٢٢	بودابست	بطولة العالم
١٠٠م فراشة	فريدة هشام أحمد عثمان	الجزيرة	٥٧,٦٦	٢٠٢٢	بودابست	بطولة العالم
٢٠٠م فراشة	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,١٣,٦٠	٢٠٢٤	المجر	Gyor
٢٠٠م متنوع	نور ضياء الدين أبو بكر محمود الجندي	هليوبوليس	٢,١٩,٧٤	٢٠٢٤	غانا	د / الأفريقية
٤٠٠م متنوع	رويدا هشام محمد طلبة إبراهيم	الأهلي	٤,٥٦,٨٨	٢٠١٦	دبي	العربية
٤٠٠م حرة	هبة الله يحيى أسماء قطارية	الأهلي	١,٥١,٦٩	٢٠٠٧	ستاد القاهرة	كأس مصر
٤٠٠م حرة	لجين عبد الله حامد نادين محمد عبد الله	المنتخب القومي	٣,٤٨,٤٧	٢٠٢٤	غانا	الدورة الأفريقية
٤٠٠م حرة	روان حسام البدري سلمي صابر زيتون	المنتخب القومي	٨,٣٠,٨٤	٢٠١٥	الكونغو	الدورة الأفريقية
١٠٠م حرة	جني علاء الدين محمد نور محمد حسين جودي إبراهيم خليل حبيبة حسام عبد ربه جنه محمد عبد المولي	الشمس	٤,٤٨,٠٠	٢٠٢٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	سميحة طارق أحمد سلمي محمد جمال	المعادي واليخت	٢,٠٥,٧٢	٢٠١٤	ستاد القاهرة	الجمهورية
٤٠٠م متنوع	فريدة هشام عثمان مريم السيد صقر	المنتخب القومي	٤,١٥,١٨	٢٠١٥	الكونغو	الدورة الأفريقية

E.A.T

اعداد وتجهيز / عضو لجنة المسابقات بالاتحاد المصري للسباحة

ك/ عصام علي توفيق محمد توفيق



السباق	الاسم	النادي	الزمن	الموسم	المكان	البطولة
١١ سنة	يوسف عادل شعبان – جومانا محمد إبراهيم إنجي باسم بهاء الدين – عمر محمد حسن	الأهلي	٤,٢٦,٥٧	٢٠١٩	ستاد القاهرة	م / القاهرة
١٢ سنة	سيف ولاد عنتر – مروان محمد عبد الله رودينا محمد سعد – جودي أحمد فؤاد	وادي دجلة	٤,١٠,٥٠	٢٠١٧	ستاد القاهرة	م / القاهرة
١٣ سنة	كريم تامر رزق – نور محمد عبد الحليم جاسمن وليد إبراهيم – علي أحمد سليمان	المنتخب القومي	٣,٥٧,٤٨	٢٠٢٢	نيو جيزة	ب العربية الأولي
١٤ سنة	سارة محمد حسني – زياد محمد عبيد مييار أحمد فاروق محمد – أحمد خالد راتب	المنتخب القومي	٣,٥٢,٣٦	٢٠١٥	الكلية الحربية	البطولة الافريقية
١٥ سنة	روية أحمد فرج – روان محمد أبو الفضل فارس يوسف عمارة – مروان عبد الله محمد	المنتخب القومي	٣,٤٧,٨٢	٢٠١٧	الكلية الحربية	البطولة العربية
١٦ سنة	ياسمين ممدوح محمود – مريم راشد عبد المنعم محمد أحمد عبد الباقي – محمد عصام حجازي	المنتخب القومي	٣,٤٦,٠٣	٢٠١٥	الكلية الحربية	البطولة الافريقية
١٧ سنة	ياسمين ممدوح محمود – مريم راشد عبد المنعم محمد أحمد عبد الباقي – محمد عصام حجازي	المنتخب القومي	٣,٤٦,٠٣	٢٠١٥	الكلية الحربية	البطولة الافريقية
١٨ سنة	محمد هاني السيد – نور ضياء الدين أبو بكر صهيب خالد خضري – جيهان عبد الله ذكي	المنتخب القومي	٣,٤١,٦٠	٢٠٢١	غانا	البطولة الافريقية
١٩ سنة	محمد هاني السيد – نور ضياء الدين أبو بكر صهيب خالد خضري – جيهان عبد الله ذكي	المنتخب القومي	٣,٤١,٦٠	٢٠٢١	غانا	البطولة الافريقية
العمومي	محمد سامي محمد – علي أحمد خلف الله ياسمين ممدوح محمود – بسملة أشرف سيد	المنتخب القومي	٣,٣٢,٥٢	٢٠١٥	الكونغو	الدورة الافريقية

E.A.T



السباق	الاسم	النادي	الزمن	الموسم	المكان	البطولة
١١ سنة	مروان علي محمود – حازم حسام نادي مريم ياسر محمد – آروي فيصل الشريف	وادي دجلة	٥,٠١,٥١	٢٠١٩	ستاد القاهرة	م / القاهرة
١٢ سنة	وليد سامر محمود – محمد مشهور يحيى ملك خالد عبد العزيز – جومانا طارق يحيى	الأهلي	٤,٤١,٧٣	٢٠١٧	ستاد القاهرة	م / القاهرة
١٣ سنة	أنس محمد سعد – نور محمد عبد الحليم زينة محمد درويش – كريم تامر رزق	المنتخب القومي	٣,٥٧,٤٨	٢٠٢٢	نيو جيزة	ب العربية الأولي
١٤ سنة	فرح عمرو محمد – لجين ضياء عبد العليم عمر إيهاب أحمد – كريم حسن الحوشي	المنتخب القومي	٤,١٧,٨٨	٢٠١٧	الكلية الحربية	البطولة العربية
١٥ سنة	إنجي محمد أبو زيد – فارس محمد مشالي يوسف حاتم رجب – مريم راشد عبد المنعم	المنتخب القومي	٤,٠٨,٢٢	٢٠١٥	الكلية الحربية	البطولة الافريقية
١٦ سنة	إنجي محمد أبو زيد – فارس محمد مشالي يوسف حاتم رجب – مريم راشد عبد المنعم	المنتخب القومي	٤,٠٨,٢٢	٢٠١٥	الكلية الحربية	البطولة الافريقية
١٧ سنة	عبد الرحمن عمرو فرج – جنات كريم محمد عبد الله أحمد نصر – لجين عمرو خليل	المنتخب القومي	٤,٠٣,٩١	٢٠٢٣	مورشيوس	الافريقية للناشئين
١٨ سنة	عبد الرحمن عمرو فرج – جنات كريم محمد عبد الله أحمد نصر – لجين عمرو خليل	المنتخب القومي	٤,٠٣,٩١	٢٠٢٣	مورشيوس	الافريقية للناشئين
١٩ سنة	عبد الرحمن عمرو فرج – جنات كريم محمد عبد الله أحمد نصر – لجين عمرو خليل	المنتخب القومي	٤,٠٣,٩١	٢٠٢٣	مورشيوس	الافريقية للناشئين
العمومي	محمد سامي محمد السيد – يوسف القماش فريدة هشام عثمان – أمينة مجدي السبيلجي	المنتخب القومي	٣,٥٤,٣٨	٢٠١٩	المغرب	الدورة الأفريقية

E.A.T

