



Como nadador federado iniciou a sua modalidade em 1978, tendo atingido o culminar da carreira no escalão de sénior na década de 80, nomeadamente no ano de 1986, onde obteve:

- 1.º lugar absoluto de Portugal aos 200 metros costas (Campeão Nacional);
- 2.º lugar absoluto de Portugal aos 200 metros estilos;
- 3.º lugar absoluto de Portugal aos 1500 metros livres.

Interrompeu parcialmente a sua atividade desportiva entre 1987 e 2013. Nesta época (2013/2014) reiniciou interruptamente a sua atividade como ATLETA e como MASTER. Alguns registos:

2004: **Campeonato Nacional de Masters de Inverno** – Anadia:

- ⊖ 2.º 50m costas ⊖ 2.º 50m Livres ⊖ Recorde Masters - 4x50m Estilos

2016: **Campeonato Nacional de Masters de Verão** – Loulé:

- ⊖ 3.º 50m Livres ⊖ 1.º 50m Costas ⊖ 2.º 100m Costas ⊖ 2.º 50m Braços
- ⊖ 2.º 50m Mariposa ⊖ 3.º 4x50m Estilos Masculinos
- ⊖ 2.º 4x50m Estilos Misto ⊖ 3.º 4x50m Livres Masculinos

2017: **XVII FINA World Masters Championships** – Budapeste (Hungria):

- ⊖ 50 Livres – 1.º Português e 67.º Mundial ⊖ 50 Costas – 1.º Português e 28.º Mundial
- ⊖ 100 Costas – 1.º Português e 28.º Mundial ⊖ 50 Braços – 1.º Português e 24.º Mundial
- ⊖ 50 Mariposa – 1.º Português e 57.º Mundial
-