

Jornada de: sábado, 09 de dezembro de 2023 | Santo Tirso

**600 Metros**
**Sub10 M**

Série 1

Hora inicial: 17:58:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1032	Francisco Silva		Sub10	2014	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	1:53
2	1033	José Pedro Sousa		Sub10	2014	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	1:54
3	1042	João Reis		Sub10	2014	F C ESTRELAS SUSANENSES	1:55
4	1010	Gonçalo Ferreira		Sub10	2014	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	1:59
5	1029	André Gomes		Sub10	2014	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	2:04
6	1024	Matias Oliveira		Sub10	2014	G. JUVENIL VILA PUNHE	2:06
7	1020	Uriil Fedorchuk		Sub10	2016	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	2:07
8	1025	Guilherme Reis		Sub10	2016	INDIVIDUAL	2:07
9	1019	Leonardo Oliveira		Sub10	2015	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	2:09
10	1030	Diego Barbosa		Sub10	2014	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	2:11
11	1001	Lucas Nunes		Sub10	2014	A.D. LUSTOSA	2:11
12	1026	João Teixeira		Sub10	2016	INDIVIDUAL	2:12
13	1050	Ruben Alves		Sub10	2016	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	2:17
14	1005	Martim Campos Louçano		Sub10	2014	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	2:19
15	1041	Afonso Martins		Sub10	2014	CASA BENFICA PAREDES	2:21
16	1009	Bryan Cardoso		Sub10	2017	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	2:21
17	1031	Eurico Couto		Sub10	2016	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	2:22
18	1021	Martim Ribeiro		Sub10	2014	F C ESTRELAS SUSANENSES	2:25
19	1003	Tiago Couto		Sub10	2016	A.D. LUSTOSA	2:29
20	1049	Vasco Guimarães		Sub10	2016	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:29
21	1437	Bernardo Oliveira		Sub10	2014	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:32
22	1023	Duarte Lima		Sub10	2015	G. JUVENIL VILA PUNHE	2:35
23	1048	Henrique Silva		Sub10	2018	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:44

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
24	1022	David Lima		Sub10	2017	G. JUVENIL VILA PUNHE	2:46
25	1046	Alexandre Machado		Sub10	2017	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	3:24
26	1036	Afonso Abreu		Sub10	2018	NBA BARROSAS	3:28
27	1040	Gonçalo Matos		Sub10	2019	TMG	3:41

**600 Metros**
**Sub10 F**

Série 1

Hora inicial: 18:06:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1071	Sophie Fonseca		Sub10	2014	MAIA AC	2:00
2	1059	Inês Mendes		Sub10	2014	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	2:05
3	1074	Leonor Sampaio		Sub10	2014	NBA BARROSAS	2:07
4	1073	Iris Queirós		Sub10	2015	NBA BARROSAS	2:11
5	1054	Mafalda Bastos		Sub10	2016	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	2:12
6	1051	Ámbar Melo		Sub10	2014	A.D. LUSTOSA	2:14
7	1075	Chiara Silva		Sub10	2017	LEIXÕES SC	2:16
8	1060	Leonor Carvalho		Sub10	2014	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	2:29
9	1061	Lia Costa		Sub10	2015	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	2:36
10	1052	Matilde Louçano		Sub10	2014	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	2:39
11	1063	Alice Moreira		Sub10	2015	G. JUVENIL VILA PUNHE	2:41
12	1079	Joana Oliveira		Sub10	2015	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:42
13	1062	Inês Ferreira		Sub10	2016	FAMÍLIA FERREIRA	2:45
14	1082	Mariana Fonseca		Sub10	2014	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:46
15	1076	Mª Clara Oliveira		Sub10	2015	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:47
16	1080	Gabriela Araújo		Sub10	2015	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	2:59
17	1065	Margarida Taveira		Sub10	2017	G. JUVENIL VILA PUNHE	3:02
18	1070	Maria Inês Sousa		Sub10	2017	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	3:06
19	1064	Clara Gomes		Sub10	2017	G. JUVENIL VILA PUNHE	3:12
20	1077	Diana Costa		Sub10	2016	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	3:20
21	1081	Lara Fanzeres		Sub10	2018	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	3:22

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
22	1078	Benedita José		Sub10	2018	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	3:32

<b>1Km</b>	<b>Sub12 M</b>
------------	----------------

Série 1 Hora inicial: 18:14:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1113	Martim Oliveira		Sub12	2012	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	3:16
2	1119	Guilherme Moreira Ribeiro		Sub12	2013	NÚCLEO DE KARATÉ ATLETISMO ROR	3:17
3	1116	Vicente Rompante		Sub12	2012	ROMPANTE	3:26
4	1117	Gustavo Soares		Sub12	2012	RUNRIVER - ESC. ATLETISMO RIO	3:30
5	1122	Martim Ferreira		Sub12	2012	MAIA AC	3:34
6	1110	Eduardo Moreira		Sub12	2012	G. JUVENIL VILA PUNHE	3:49
7	1120	Edgar Pereira		Sub12	2013	INDIVIDUAL	3:53
8	1123	Rafael Barbosa		Sub12	2012	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	3:55
9	1108	João Silva Ferreira		Sub12	2013	FAMÍLIA FERREIRA	3:59
10	1118	Salvador Silva		Sub12	2012	RUNRIVER - ESC. ATLETISMO RIO	4:02
11	1109	André Matos		Sub12	2012	G. JUVENIL VILA PUNHE	4:02
12	1114	Afonso Silva		Sub12	2013	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	4:03
13	1102	Diogo Sousa		Sub12	2012	A.D. LUSTOSA	4:05
14	1101	Dinis Leão		Sub12	2013	A.D. LUSTOSA	4:07
15	1103	Mateus Castro		Sub12	2012	A.D. LUSTOSA	4:24
16	1121	Gonçalo Pereira		Sub12	2013	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	4:41
17	1111	Tomás Veiga		Sub12	2012	G. JUVENIL VILA PUNHE	5:27

<b>1Km</b>	<b>Sub12 F</b>
------------	----------------

Série 1 Hora inicial: 18:23:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1170	Mariana Sousa		Sub12	2013	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	3:20
2	1175	Madalena Vieira		Sub12	2012	UNIÃO DESPORTIVA SAMPEDRENSE	3:24
3	1176	Mariana Lopes		Sub12	2012	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	3:24
4	1157	Vitoria Silva		Sub12	2012	C. D. PÓVOA	3:33

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
5	1178	Carolina Silva		Sub12	2012	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	3:34
6	1160	Joana Queirós		Sub12	2012	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	3:39
7	1167	Joana Teixeira		Sub12	2012	INDIVIDUAL	3:41
8	1151	Lara Ribeiro		Sub12	2012	A.D. LUSTOSA	3:46
9	1158	Diana Pereira		Sub12	2013	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	3:47
10	1166	Leonor Carvalho		Sub12	2012	F C ESTRELAS SUSANENSES	3:49
11	1174	Sara Vasconcelos		Sub12	2012	NO TOMORROW	3:55
12	1165	Maria Costa		Sub12	2012	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	3:59
13	1172	Ana Vieira		Sub12	2012	NBA BARROSAS	4:12
14	1159	Inês Pinto		Sub12	2013	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	4:19
15	1162	Alisa Volynko		Sub12	2012	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	4:27
16	1171	Rafaela Meireles		Sub12	2012	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	4:47
17	1181	Sara Pereira		Sub12	2013	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	6:53

**1.3Km**
**Sub14 M**
**Série 1**

Hora inicial: 18:34:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1220	Rodrigo Santos		Sub14	2010	NBA BARROSAS	3:57
2	1222	Hélder Silva		Sub14	2010	LEIXÕES SC	3:58
3	1219	Paulo Lopes		Sub14	2010	NBA BARROSAS	4:08
4	1216	Afonso Vasconcelos		Sub14	2010	LEIXÕES SC	4:09
5	1223	Vicente Coelho		Sub14	2010	LEIXÕES SC	4:20
6	1217	Rafael Soares		Sub14	2010	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	4:22
7	1213	Eduardo Martins		Sub14	2010	G. JUVENIL VILA PUNHE	4:30
8	1221	Miguel Lemos		Sub14	2011	TREVO DO SUCESSO	4:31
9	1214	Francisco Martins		Sub14	2010	G. JUVENIL VILA PUNHE	4:58
10	1211	Theo Oliveira		Sub14	2011	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	5:04
11	1107	Rodrigo Reis		Sub14	2011	F C ESTRELAS SUSANENSES	5:15
12	1212	Rodrigo Silva		Sub14	2011	F C ESTRELAS SUSANENSES	5:19
13	1201	Rodrigo Nunes		Sub14	2011	A.D. LUSTOSA	5:25

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
14	1208	Denis Tsybrviskyy		Sub14	2010	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	5:26

**1.3Km**
**Sub14 F**

Série 1

Hora inicial: 18:43:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1251	Lara Couto		Sub14	2010	A.D. LUSTOSA	4:12
2	1289	Ana Rocha		Sub14	2011	MAIA AC	4:15
3	1283	Luana Moreira		Sub14	2010	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	4:26
4	1270	Bianca Colaço		Sub14	2011	F C ESTRELAS SUSANENSES	4:31
5	1269	Mariana Sá		Sub14	2011	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	4:47
6	1278	Margarida Marques		Sub14	2011	NBA BARROSAS	5:02
7	1281	Maria Francisca Sousa		Sub14	2010	AASM	5:05
8	1275	Flavia Ferreira		Sub14	2011	NBA BARROSAS	5:07
9	1277	Inês Pereira		Sub14	2011	NBA BARROSAS	5:07
10	1279	Maria Ferreira		Sub14	2011	NBA BARROSAS	5:13
11	1285	Ana Martins		Sub14	2010	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	5:14
12	1286	Francisca Pinto		Sub14	2010	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	5:18
13	1257	Lara Silva		Sub14	2010	C. D. PÓVOA	5:27
14	1272	Francisca Branco		Sub14	2010	G. JUVENIL VILA PUNHE	5:27
15	1274	Beatriz Sousa		Sub14	2011	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	5:35
16	1258	Leonor Silva		Sub14	2010	C. D. PÓVOA	6:02
17	1280	Margarida Brandão		Sub14	2010	RUNRIVER - ESC. ATLETISMO RIO	6:29
18	1271	Diana Martins		Sub14	2010	G. JUVENIL VILA PUNHE	6:39
19	1268	Kristina Tsybrivska		Sub14	2011	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	6:45

**2Km**
**Sub16 M**

Série 1

Hora inicial: 18:53:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1322	João Magalhães		Sub16	2008	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	6:02
2	1311	José Sousa		Sub16	2008	C. D. PÓVOA	6:22
3	1353	Rodrigo Azevedo		Sub16	2009	INDIVIDUAL	6:25

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
4	1328	Ricardo Vieira		Sub16	2009	NBA BARROSAS	6:35
5	1312	Guilherme Queirós		Sub16	2008	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	6:37
6	1350	Rui Miguel Mendonça		Sub16	2008	AASM	6:41
7	1304	Rafael Sousa		Sub16	2008	A.D. LUSTOSA	6:43
8	1329	Rodrigo Carvalho		Sub16	2008	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	6:44
9	1318	Eduardo Oliveira		Sub16	2009	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	6:46
10	1320	André Barbosa		Sub16	2008	F C ESTRELAS SUSANENSES	7:01
11	1349	Alexandre Mendes		Sub16	2008	4RUN CLUB	7:12
12	1325	José Marinho		Sub16	2009	NBA BARROSAS	7:12
13	1321	Tiago Sousa		Sub16	2009	INDIVIDUAL	7:37
14	1324	Fabio Ferreira		Sub16	2009	NBA BARROSAS	7:39
15	1354	Ruben Sousa		Sub16	2009	AMA ATLETISMO	7:51
16	1326	Leandro Marinho		Sub16	2008	NBA BARROSAS	8:11
17	1319	Maksim Tereshchenko		Sub16	2009	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	10:51

**2Km**
**Sub16 F**
**Série 1**

Hora inicial: 18:53:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1346	Rafaela Sá		Sub16	2009	NBA BARROSAS	6:42
2	1340	Catarina Leão		Sub16	2009	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	6:49
3	1343	Mariana Reis		Sub16	2008	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	7:06
4	1339	Beatriz Gomes		Sub16	2008	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	7:16
5	1345	Mariana Queirós		Sub16	2009	NBA BARROSAS	7:23
6	1330	Sofia Teixeira		Sub16	2008	A.D. LUSTOSA	7:30
7	1338	Margarida Monteiro		Sub16	2009	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	7:33
8	1332	Beatriz Pereira		Sub16	2009	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	7:39
9	1331	Ana Ferreira		Sub16	2008	C. D. PÓVOA	8:14
10	1314	Bruna Pereira		Sub16	2009	C.P. BAIRO CARCAVELOS	10:20
11	1341	Lara Pereira		Sub16	2009	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	11:25



**2.6Km**
**Sub18 M**
**Série 1**

Hora inicial: 19:08:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1412	Nelson Moreira		Sub18	2007	NBA BARROSAS	8:02
2	1402	Pedro Rocha		Sub18	2007	A.D. LUSTOSA	8:21
3	1410	Gonçalo Monteiro		Sub18	2007	NBA BARROSAS	8:35
4	1409	David Barquinha		Sub18	2006	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	8:55
5	1403	Vítor Martins		Sub18	2007	A.D. LUSTOSA	8:55
6	1428	Afonso Sampaio		Sub18	2006	NBA BARROSAS	9:35
7	1408	Diogo Ferreira		Sub18	2007	F C ESTRELAS SUSANENSES	11:16

**2.6Km**
**Sub18 F**
**Série 1**

Hora inicial: 19:08:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1423	Inês Sarmento		Sub18	2007	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	9:16
2	1430	Ariana Cardoso		Sub18	2006	NBA BARROSAS	9:27
3	1429	Rita Lopes		Sub18	2006	NBA BARROSAS	9:35
4	1419	Márcia França		Sub18	2006	F C ESTRELAS SUSANENSES	9:47
5	1421	Beatriz Leão		Sub18	2007	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	10:02
6	1422	Carolina Moreira		Sub18	2007	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	10:58
7	1434	Mariana Henriques		Sub18	2006	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	11:27
8	1426	Sara Santos		Sub18	2007	RUNRIVER - ESC. ATLETISMO RIO	12:28
9	1425	Anaisa Tavares		Sub18	2006	RUNRIVER - ESC. ATLETISMO RIO	15:32

**10Km**
**ABS -**
**Geral**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	2	Fábio Oliveira		SEN	1990	G.D.C. GUILHOVAI	30:26
2	7	Ricardo Pereira		SEN	1990	EV / PERALTAFIL	30:40
3	3	Simão Bastos		SEN	1999	S.L. BENFICA	31:02

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
4	565	Miguel Ribeiro		V35	1988	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	31:05
5	4	Hugo Daniel Santos		SEN	1990	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	31:12
6	320	Ruben Pires		Sub23	2003	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:15
7	477	Nuno Fernandes		SEN	1997	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:26
8	483	Rui Pedro Silva		V40	1981	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:30
9	475	João Rodrigues		Sub20	2004	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	32:09
10	189	Amado Martins		SEN	1999	G.D.C. GUILHOVAI	32:11
11	563	Zacarias Siteo		SEN	1994	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	32:14
12	186	Luis Mendes		SEN	1990	G.D.C. GUILHOVAI	32:18
13	190	João Casal		SEN	1999	G.D.C. GUILHOVAI	32:24
14	564	Esmenio Beirão		Sub20	2004	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	33:10
15	539	Joaquim Figueiredo		V55	1967	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	33:26
16	347	Davide Figueiredo		V50	1971	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	33:26
17	182	Artur Rodrigues		V45	1975	G.D.C. GUILHOVAI	33:29
18	293	Renato Teixeira		SEN	1993	AFIPRE TEAM	33:39
19	485	João Pereira		V45	1975	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	33:48
20	558	Marco Ferreira		V45	1976	U.D. VÁRZEA	34:18
21	559	Nelson Magalhães		V45	1977	U.D. VÁRZEA	34:30
22	545	Mónica Silva		V40	1983	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	34:33
23	479	Cristiano Ribeiro		SEN	1988	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	34:45
24	5	Rafaela Fonseca		V40	1983	RECREIO DESP ÁGUEDA	34:53
25	391	Jorge Neto		V40	1982	NBA BARROSAS	35:11
26	188	António Fernandes		V55	1967	G.D.C. GUILHOVAI	35:16
27	1	Andreia Santos		V35	1985	CSRDC SANTIAGO	35:16
28	463	Luís Lopes		V50	1971	INDIVIDUAL	35:17
29	383	Tiago Nunes		Sub23	2003	NBA BARROSAS	35:29
30	488	Gil Ferreira		V50	1971	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	35:35
31	281	Pedro Gilvas		V45	1977	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	35:39
32	218	Helder Costa		V45	1978	INDIVIDUAL	35:44



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
33	38	Domingos Fernandes		V55	1967	INDIVIDUAL	35:44
34	183	António Cristóvão		V40	1979	G.D.C. GUILHOVAI	35:46
35	484	Nuno Queiroz		V45	1977	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	35:50
36	544	Sara Duarte		SEN	1999	S.C. BRAGA	35:55
37	512	Rui Taborda		V45	1978	INDIVIDUAL	36:09
38	299	Ricardo Oliveira		V40	1982	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	36:15
39	364	Daniel Silva		Sub23	2001	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	36:25
40	459	Miguel Ferreira		V40	1980	CSRDC SANTIAGO	36:26
41	517	Miguel Maia		V40	1979	ATLÉTICO DA PÓVOA	36:35
42	117	Fernando Grilo		V45	1975	G. JUVENIL VILA PUNHE	36:36
43	365	Fábio Sousa		SEN	1989	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	36:41
44	305	Paulo Gomes		V45	1978	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	36:43
45	548	António Jesus		V60	1963	NASCIDOS PARA CORRER	36:46
46	346	Fernando Figueiredo		V55	1964	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	37:09
47	547	Orlando Neves		V50	1970	SÃO PAIO OLEIROS	37:09
48	212	Augusto Cardoso		V50	1970	SENHORA DO DESTERRO	37:10
49	9	Rui Carneiro		SEN	1992	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	37:10
50	453	Paulo Rocha		SEN	1996	CASA BENFICA PAREDES	37:12
51	362	Joel Ferreira		V35	1984	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	37:14
52	458	Bruno Teixeira		V40	1979	CSRDC SANTIAGO	37:20
53	489	Mário Contreiras		V55	1967	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	37:24
54	392	Ramiro Ribeiro		V40	1980	NBA BARROSAS	37:30
55	185	Leandro Pereira		Sub20	2004	G.D.C. GUILHOVAI	37:36
56	481	Miguel Fernandes		V35	1984	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	37:51
57	258	André Natário		Sub23	2001	VIZELA CORRE	38:00
58	423	Carlos Alves		V40	1979	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	38:01
59	487	Sílvio Guimarães		V50	1973	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	38:02
60	109	Sérgio Lima		V40	1982	G. JUVENIL VILA PUNHE	38:07
61	76	Manuel Costa		V60	1963	A.D. LUSTOSA	38:09

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
62	455	Raquel Sampaio		Sub23	2002	U.D. VÁRZEA	38:10
63	121	Filipe Fontes		V45	1978	ATLÉTICO C. VALE S. MARTINHO	38:13
64	454	Manuel Branquinho		V50	1970	G. JUVENIL VILA PUNHE	38:14
65	429	Ricardo Machado		SEN	1993	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	38:16
66	181	Sandra Ferreira		V40	1980	G.D.C. GUILHOVAI	38:18
67	67	Pedro Gonçalves		SEN	1989	PEGASUSOCRPROTEAM	38:31
68	52	José Figueiredo		V55	1967	AFIS/OVAR	38:36
69	160	Celso Oliveira		V35	1987	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	38:52
70	508	Diana Soares		SEN	1993	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	38:58
71	74	Fernando Pereira		V55	1966	A.D. LUSTOSA	39:03
72	122	Sérgio Suzano		V40	1982	SACA TRILHOS ANADIA	39:05
73	266	Pedro Amaral		Sub20	2004	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	39:05
74	535	Bruno Moreira		V35	1984	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	39:15
75	295	Manuel Casais		V60	1963	BLASQEM	39:16
76	503	Adelino Fernandes		V55	1964	INDIVIDUAL	39:18
77	566	David Ribeiro		V40	1979	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	39:19
78	538	António João Pinto		V45	1977	INDIVIDUAL	39:20
79	110	Ivo Gonçalves		SEN	1999	G. JUVENIL VILA PUNHE	39:24
80	59	Liborio Vilela		V45	1978	MAGIC FRIENDS RUNNERS / AMITOR	39:26
81	267	Mário Gonçalves		V55	1964	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	39:29
82	6	Eusébio Oliveira		SEN	1993	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	39:41
83	223	Ana Silva		SEN	1998	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	39:43
84	297	Jose Araujo		V50	1969	INDIVIDUAL	39:45
85	557	Carlos Costa		V45	1974	U.D. VÁRZEA	39:53
86	376	Diogo Ferreira		Sub20	2005	NBA BARROSAS	39:59
87	434	António Palhares		V45	1974	INDIVIDUAL	40:08
88	369	Camilo Guedes		V50	1969	CLUBE PESSOAL ÁGUAS GAIA	40:10
89	129	Daniel Santos		V40	1983	AVES RUNNERS	40:13
90	54	Orlando Valente		V55	1967	LOUROSA EM MOVIMENTO	40:14
91	358	Branca Fernandez Lago		Sub23	2003	INDIVIDUAL	40:18

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
92	366	José Pardal		Sub23	2003	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	40:26
93	388	João Oliveira		SEN	1992	NBA BARROSAS	40:27
94	64	António Carvalho		V45	1974	AFIPRE TEAM	40:31
95	367	Ricardo Queiróz		SEN	1989	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	40:38
96	486	Jorge Campos		V45	1975	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	40:43
97	111	Eugénio Barros		V45	1977	G. JUVENIL VILA PUNHE	40:48
98	357	Luís Camilo Álvarez		V50	1970	INDIVIDUAL	40:48
99	275	Augusto Silva		V45	1977	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	40:51
100	519	Vítor Mota		V50	1973	AFIPRE TEAM	40:52
101	350	Jorge Cunha		Sub20	2005	LAMELINHAS	40:55
102	354	João Anjos		SEN	1998	VIZELA CORRE	40:55
103	418	Carlota Almeida		Sub20	2005	SCP	40:58
104	329	Rui Magalhães		SEN	1988	MAIA AC	41:08
105	271	Casimiro Galhardo		V65	1955	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:24
106	443	Miguel Gomes		V40	1980	LOBOS DO BRUNHEIRO DE CHAVES /	41:25
107	270	Adelino Martin		V50	1972	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:31
108	333	Basílio Sousa		V45	1975	A.C. ALFENENSE	41:35
109	85	Nádia Casteleiro		V35	1987	SACA TRILHOS ANADIA	41:40
110	555	Silvia Pereira		V40	1979	TEAM EL COMANDANTE	41:42
111	490	Zeferino Neto		V50	1969	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	41:42
112	72	Paulo Leão		V40	1981	A.D. LUSTOSA	41:45
113	318	Arlindo Sousa		V60	1963	A.C. ALFENENSE	41:52
114	268	Augusto Ferreira		V50	1973	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:57
115	556	Gilberto Neto		SEN	1990	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	41:58
116	243	Alexandre Ferreira Caetano		Sub20	2005	INDIVIDUAL	42:08
117	296	Fernando Maia		V55	1964	BLASQEM	42:09
118	385	Claudio Ferreira		Sub20	2004	NBA BARROSAS	42:16
119	273	José Monteiro		V65	1957	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	42:32
120	53	José Godinho		V50	1969	AFIS/OVAR	42:38
121	530	Samanta Zueva		Sub20	2005	4RUN CLUB	42:42
122	55	Álvaro Sousa		V50	1969	OS SANTA APOLÓNIA - V. N. FAMA	42:50

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
123	162	João Serrano		SEN	1998	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	42:52
124	374	Paulo Silva		V50	1971	C. D. PÓVOA	42:59
125	352	Herminio Martins		V65	1958	ACRSD	43:03
126	166	Patricia Fernandes		SEN	1992	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	43:04
127	68	Ana Lídia Nunes		SEN	1999	A.D. LUSTOSA	43:12
128	222	Filipa Diamantino		Sub23	2002	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:13
129	86	Ricardo Maia		V35	1988	INDIVIDUAL	43:13
130	440	Marco Pereira		V40	1982	CLUBE FLUVIAL VILACONDENSE	43:17
131	427	Miguel Moreira		SEN	1996	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	43:18
132	387	Hugo Almeida		SEN	1998	NBA BARROSAS	43:19
133	224	Jorge Beliago		SEN	1996	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:22
134	269	Rui Paquete		V40	1982	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	43:24
135	73	Rui Teixeira		V50	1970	A.D. LUSTOSA	43:25
136	437	Paulo Dias		V55	1964	INDIVIDUAL	43:25
137	225	Magda Reina		V40	1980	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:33
138	399	Leandro Queiros		V45	1976	NBA BARROSAS	43:36
139	78	Sergio Teixeira		V45	1976	INDIVIDUAL	43:40
140	65	Vitor Pontes		V35	1987	VIZELA CORRE	43:46
141	60	José Santos		V55	1966	MAGIC FRIENDS RUNNERS / AMITOR	43:47
142	77	José Ferreira		V60	1962	A.D. LUSTOSA	43:49
143	164	José Sá		V40	1979	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	43:55
144	35	Gilberto Novais		SEN	1992	INDIVIDUAL	43:56
145	232	Célia Neto		V40	1983	OPRATICANTE .PT	43:59
146	130	Luis Martins		V60	1962	OS FLEXINHAS	44:04
147	428	Carlos Araújo		SEN	1996	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:10
148	311	João Cunha		V55	1965	NÚCLEO DE KARATÉ ATLETISMO ROR	44:10
149	227	Júlia Sousa		V50	1969	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	44:21
150	244	Fernando Martins		V55	1967	AR SEQUEIRÔ/OS DESTEMIDOS	44:23
151	534	Manuel Oliveira		V60	1961	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	44:27

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
152	424	Torcato Silva		V50	1972	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:32
153	422	Carlos Silva		V45	1975	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:33
154	124	Américo Silva		V45	1975	BINTOITO BENTANIAS	44:33
155	279	David Sousa		V55	1967	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	44:34
156	102	José Azevedo		V45	1976	CUBARUNNER'S	44:40
157	294	Manuel Carneiro		V60	1962	BLASQEM	44:42
158	260	Carlos Carvalho		V45	1976	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	44:43
159	327	Ricardo Oliveira		V40	1983	#SEMDESCULPAS	44:46
160	553	José Ferreira		V55	1967	INDIVIDUAL	44:47
161	169	Serafim Ramos		V65	1958	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	44:50
162	247	José Mota		V60	1962	CDCR CTT PORTO	44:50
163	457	Gonçalo Cunha		Sub23	2002	AFIPRE TEAM	44:51
164	436	Gabriela Gadeva		V35	1986	PORTO EXPAT RUNNERS	44:59
165	306	Guilherme Coelho		V35	1987	A. R. AREAL	45:08
166	45	Daniel Martins		SEN	1994	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	45:12
167	317	Francisco Mateus		V55	1965	A.C. ALFENENSE	45:13
168	210	Vincenzo		SEN	1999	INDIVIDUAL	45:16
169	430	José Fernandes		V50	1972	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	45:18
170	312	António Sá		V55	1968	TEAM LANTEMIL	45:18
171	303	Elia Rodrigues		V35	1984	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	45:19
172	119	Andreia Branco		V40	1981	G. JUVENIL VILA PUNHE	45:23
173	114	Nuno Oliveira		V35	1985	G. JUVENIL VILA PUNHE	45:24
174	228	Deolinda Oliveira		V55	1968	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	45:26
175	277	Jacinto Oliveira		V65	1958	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	45:32
176	396	Bruno Pinto		V40	1982	NBA BARROSAS	45:40
177	217	Tiago Luís Ribeiro		Sub23	2001	INDIVIDUAL	45:41
178	353	Alvarino Sampaio		V45	1975	FUTEBOL CLUBE DE LANDIM	45:41
179	287	Vítor Pereira		V55	1966	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	45:45
180	372	Ana Neves		V45	1975	C. D. PÓVOA	45:47
181	540	José Carlos Sousa		V45	1975	C. D. PÓVOA	45:49
182	405	Paula Moreira		V50	1969	NBA BARROSAS	45:52



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
183	447	Alberto Postiga		V55	1966	CAXINAS	45:52
184	300	Esmeralda Soares		V35	1985	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	45:52
185	40	Gil Silva		V40	1983	INDIVIDUAL	45:55
186	400	Marcia Silva		V35	1987	NBA BARROSAS	46:04
187	324	Helder Campos		V40	1981	INDIVIDUAL	46:12
188	23	Porfírio Lírio		V55	1965	OS LÍRIOS	46:20
189	168	Paulo Costa		V45	1974	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	46:26
190	251	Rui Borges		V45	1974	TRAILISTAS: ?EU É QUE SEI?	46:33
191	550	Luís Carneiro		V55	1964	GINASIO C. SANTO TIRSO	46:34
192	113	Duarte Rodrigues		SEN	2000	G. JUVENIL VILA PUNHE	46:34
193	32	Emanuel Fernandes		V45	1978	RORIZAVENTURA	46:36
194	58	Rui Pereira		V35	1984	INDIVIDUAL	46:39
195	404	Fatima Vaz		V45	1978	NBA BARROSAS	46:40
196	56	Cesar Martins		V45	1978	A.C. ALFENENSE	46:42
197	377	Rúben Ferreira		Sub20	2005	NBA BARROSAS	46:43
198	402	Marlene Ferreira		V45	1976	NBA BARROSAS	46:48
199	62	José Torres		V45	1975	TEAM LANTEMIL	46:51
200	468	Laura Perez Trabazo		SEN	1996	INDIVIDUAL	46:56
201	115	Pedro Sousa		Sub20	2005	G. JUVENIL VILA PUNHE	46:57
202	90	Aaron Yamaoka		V50	1971	INDIVIDUAL	47:02
203	163	João Silva		V50	1971	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	47:03
204	286	Joaquim Ferreira		V65	1955	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	47:04
205	123	Carlos Frias		V65	1956	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	47:07
206	356	Tiago Lopes		V35	1984	ARRASTÕES GT TURBO	47:10
207	355	Gil Almeida		SEN	1991	ARRASTÕES GT TURBO	47:11
208	157	Ricardo Martins		SEN	1989	INDIVIDUAL	47:14
209	325	João Ferreira		V35	1984	REIGOTO TEAM	47:26
210	37	Domingos Gouveia		V50	1973	OS PINOCOS	47:46
211	363	Luis Fonseca		V35	1985	DESTEMIDOS	47:46
212	87	Firmino Cruz		V40	1980	DOMINGUEIROS ON TOUR	47:48
213	83	Leandro Silva		V40	1979	DOMINGUEIROS ON TOUR	47:49
214	187	António Santos		V55	1966	G.D.C. GUILHOVAI	47:54
215	88	Raquel Vasconcelos		V45	1978	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	47:59



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
216	298	Jose Miguel Silva		V50	1971	TIRSENSE	48:03
217	242	João Pedro Pinheiro		Sub23	2002	INDIVIDUAL	48:13
218	133	Fausto Leal		V40	1979	INDIVIDUAL	48:15
219	118	Fátima Dantas		V60	1962	G. JUVENIL VILA PUNHE	48:17
220	175	João Mendes		SEN	1995	INDIVIDUAL	48:20
221	321	Jorge Santos		V55	1966	GIM	48:26
222	17	Nelson Almeida Pinto		V45	1978	INDIVIDUAL	48:31
223	433	Luís Ferreira		SEN	1990	BEER TEAM	48:36
224	249	José Manuel Monteiro		V50	1971	INDIVIDUAL	48:40
225	451	Pedro Fernandes		V40	1982	TO RUN MEN	48:42
226	91	Luisa Oliveira		V50	1973	FISIOACTIVE TEAM	48:42
227	230	Abilio Marques		V60	1960	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	48:42
228	92	Alberto Carneiro		V45	1975	GINASIO C. SANTO TIRSO	48:43
229	97	Jose Leite		V65	1958	GINASIO C. SANTO TIRSO	48:49
230	335	Ana Catarina		SEN	1995	A.C. ALFENENSE	48:56
231	444	César Nogueira		V45	1975	NKT13	48:57
232	220	Ricardo Alexandre Gomes		V40	1980	INDIVIDUAL	48:58
233	25	Joao Lima		V35	1985	RORIZAVENTURA	49:00
234	170	Sofia Pimenta		V40	1980	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	49:05
235	44	António Magalhães		V55	1968	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	49:10
236	47	Miguel Gomes		SEN	1996	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	49:11
237	51	Pedro Necho		V45	1976	AFIS/OVAR	49:13
238	401	Zeza Carvalho		V45	1977	NBA BARROSAS	49:20
239	403	Aida Pereira		V40	1982	NBA BARROSAS	49:22
240	301	Francisco Soares		V60	1960	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	49:26
241	161	Daniela Sarmento		V45	1975	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	49:26
242	61	Henrique Ferreira		V45	1974	INDIVIDUAL	49:31
243	520	Rui Ramos		V35	1984	INDIVIDUAL	49:36
244	20	Manuel Mendes		V65	1958	CR CANDOSO	49:42
245	211	Filipe Cunha		V40	1980	ARCO4RUN	49:42
246	206	André Araújo		SEN	2000	INDIVIDUAL	49:42
247	207	Telmo Paiva		SEN	1999	INDIVIDUAL	50:01
248	425	Luis Costa		V35	1987	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	50:01

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
249	48	Pedro Guimarães		V55	1965	PEDRO GUIMARÃES	50:01
250	8	Joaquim Machado		V50	1971	INCLESSES F.C.	50:07
251	36	José Bessa		V55	1967	JB	50:12
252	127	Marisa João		V45	1976	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	50:13
253	116	Joel Martins		SEN	1990	G. JUVENIL VILA PUNHE	50:13
254	276	Sérgio Mendes		V45	1978	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	50:14
255	245	João Vale		SEN	1994	TARRIO	50:17
256	112	Filipe Moreira		V35	1984	G. JUVENIL VILA PUNHE	50:25
257	309	Catarina Conde		V40	1982	CC TURBO	50:29
258	221	Lara Raújo		Sub20	2005	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	50:31
259	24	António Neto		V65	1956	EPMED	50:42
260	518	Hugo Sequeira		V35	1984	INDIVIDUAL	50:53
261	384	Rui Ferreira		SEN	1990	NBA BARROSAS	50:54
262	30	Fábio André Silva		SEN	1991	INDIVIDUAL	51:02
263	197	Ana Del Pino		V40	1982	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	51:07
264	216	Afonso Meireles		SEN	1990	ESPAÇO CHI	51:15
265	39	Renato Nunes		SEN	1989	INDIVIDUAL	51:17
266	395	Marco Vaz		V45	1978	NBA BARROSAS	51:18
267	456	Bruno Madureira		V40	1983	AFIPRE TEAM	51:20
268	246	Marco Pimenta		V45	1975	ESPAÇO CHI	51:21
269	326	Joaquim Anjos		V50	1973	ESPAÇO CHI	51:22
270	95	Joaquim Sousa		V50	1971	GINASIO C. SANTO TIRSO	51:39
271	93	Alvaro Marques		V60	1963	GINASIO C. SANTO TIRSO	51:47
272	432	Martinho Ferreira		V45	1977	INDIVIDUAL	51:48
273	158	Eurico Rocha		V35	1988	EURICO	52:06
274	173	Rafael Gonçalves		V35	1986	INDIVIDUAL	52:11
275	543	José Pedro Loureiro		SEN	1991	INDIVIDUAL	52:12
276	263	António Pinto		V55	1967	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	52:17
277	331	José Magalhães		V65	1954	A.C. ALFENENSE	52:18
278	332	Ludgero Moreira		V45	1975	A.C. ALFENENSE	52:23
279	264	Cláudia Alves		Sub20	2004	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	52:24
280	15	Filipe Campos		V55	1967	INDIVIDUAL	52:24
281	99	Iolanda Malheiro		V45	1978	GINASIO C. SANTO TIRSO	52:28

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
282	172	Luis Carneiro		V35	1984	INDIVIDUAL	52:31
283	104	Ricardo Marques		V40	1983	AVEBIKERS / MOINHO VERMOIM	52:35
284	69	Carla Nunes		SEN	1996	A.D. LUSTOSA	52:37
285	70	Miguel Coelho		SEN	1995	A.D. LUSTOSA	52:45
286	373	Maria Santos		V45	1977	C. D. PÓVOA	52:45
287	375	Sérgio Silva		V45	1974	C. D. PÓVOA	52:53
288	33	Jose Costa		SEN	1995	INDIVIDUAL	52:53
289	420	Delmar Domingues		V60	1961	GINÁSIO C. BRAGANÇA	53:04
290	125	Pedro Nunes		SEN	1993	MECOS	53:10
291	126	Avelino Nunes		V60	1960	MECOS	53:12
292	34	Tiago Pereira		Sub23	2003	TIGERSHARK	53:12
293	196	Miguel Oliveira		V40	1981	TEAM LANTEMIL	53:13
294	41	Horácio Moisés Moreira		V35	1986	INDIVIDUAL	53:48
295	389	Sara Machado		SEN	1995	NBA BARROSAS	53:50
296	135	Jorge Vaz		SEN	1990	BANDO DO TIRSO	53:55
297	349	Marta Cunha		SEN	1996	LAMELINHAS	53:58
298	282	Sónia Gilvas		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	54:02
299	337	Manuel Mendes		V55	1965	CENTRAL RUNNERS	54:03
300	344	Carlos Alberto		V65	1956	CENTRAL RUNNERS	54:03
301	341	José Salgado		V50	1972	CENTRAL RUNNERS	54:03
302	338	Cândido Machado		V50	1973	CENTRAL RUNNERS	54:04
303	345	Carlos Sérgio		V45	1976	CENTRAL RUNNERS	54:05
304	239	Carlos Pereira		V50	1972	3MAISSEGUROS	54:05
305	528	Duarte Magalhães		V35	1985	MAGALHÃES TEAM	54:41
306	11	Rui Santos		V55	1965	PORTO RUNNERS	54:46
307	159	Tiago Pinhiero		V40	1981	INDIVIDUAL	54:52
308	184	David Fernandes		V65	1957	G.D.C. GUILHOVAI	54:55
309	165	Liliana Chaves		V40	1983	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	55:03
310	174	Stefano Marchetti		V35	1985	RAGONIER UGO FANTOZZI	55:06
311	567	António Pimenta		SEN	1991	INDIVIDUAL	55:11
312	209	Simão Guimarães		SEN	1990	CS TEAM	55:42
313	419	Mª Eufémia Diegues		V60	1961	GINÁSIO C. BRAGANÇA	55:47
314	82	Élio Silva		V40	1980	DOMINGUEIROS ON TOUR	55:49
315	314	Paulo Jacinto Machado		V50	1970	CHI	56:03
316	120	Filipa Branco		V35	1984	G. JUVENIL VILA PUNHE	56:04

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
317	280	Miguel Barbqueiro		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	56:14
318	291	Vítor Sousa		V45	1975	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	56:14
319	561	Flavio Alves		V35	1983	INDIVIDUAL	56:17
320	316	Wellington Alves		V35	1985	FW	56:19
321	466	Filipa Santos		V40	1982	INDIVIDUAL	56:34
322	465	Ana Moreira		V35	1988	INDIVIDUAL	56:42
323	219	Paulo Hernani		V50	1972	PCRUNNERS	56:42
324	361	Rui Martins		V35	1985	INDIVIDUAL	56:46
325	167	Paula Monteiro		V50	1972	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	57:04
326	49	Diogo Cruz		SEN	1989	INDIVIDUAL	57:19
327	203	Rui Almeida		V40	1979	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	57:30
328	351	Patrícia Moreira		SEN	1992	LAMELINHAS	57:35
329	322	Jose Costa		SEN	1991	AVF TEAM	57:36
330	360	Ricardo Gomes		V35	1988	INDIVIDUAL	57:42
331	323	António Oliveira		SEN	1989	AVF TEAM	57:42
332	435	Ricardo Reis		SEN	1993	AVF TEAM	57:43
333	240	Regina Silva		V40	1979	CHI	57:43
334	238	Adelino Reis		V45	1976	3MAISSEGUROS	57:49
335	204	Ricardo		V45	1974	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	57:55
336	348	Danielle Machado		V35	1985	PORTO EXPAT RUNNERS	58:01
337	131	Vítor Mendes		V40	1979	A.D. MONT BLUE TEAM	58:11
338	450	Rafael Silva Vieira		V35	1987	TO RUN MEN	58:18
339	132	Andreia Pelicano		V40	1980	A.D. MONT BLUE TEAM	58:21
340	215	Mariana Machado		V40	1980	RUNUP	58:22
341	214	João Teixeira		V45	1978	RUNUP	58:26
342	134	João Lopes		V35	1986	BANDO DO TIRSO	58:27
343	552	Nuno Silva		V50	1972	INDIVIDUAL	58:51
344	105	Pedro Pires		SEN	1992	TARTARUGAS NINJA	58:58
345	100	Joao Costa		SEN	1990	GINASIO C. SANTO TIRSO	58:59
346	63	Cristiano Sousa		V40	1982	INDIVIDUAL	59:17
347	310	Helder Carneiro		V40	1982	CC TURBO	59:35
348	180	Jose Azevedo		V40	1980	CHI	59:51
349	554	Avelino Barbosa		V50	1971	INDIVIDUAL	59:52
350	248	Inês Neves		SEN	1996	INDIVIDUAL	1:00:01
351	28	António Silva		V70	1952	A.R. REBORDÕES	1:00:24

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
352	171	Susana Angelo		V45	1975	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	1:00:26
353	192	Marcelo Sousa		V45	1975	ESPAÇO CHI	1:00:30
354	27	Jorge Costa		V40	1983	RORIZAVENTURA	1:00:36
355	19	Filipe Torres		V40	1979	INDIVIDUAL	1:00:45
356	213	José Pedro Freire		V35	1988	INDIVIDUAL	1:00:54
357	442	Tomás Ferreira		Sub16	2009	BAMOS CARAGO	1:01:02
358	313	Manuel Adelino Gomes		V60	1960	INDIVIDUAL	1:01:05
359	441	Nelson Ferreira		V50	1973	BAMOS CARAGO	1:01:06
360	193	Pedro Rodrigues		V45	1978	INDIVIDUAL	1:01:06
361	106	Francisca Pinheiro		SEN	1993	TARTARUGAS NINJA	1:01:08
362	289	Miguel Sousa		V60	1960	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:01:44
363	533	Carla Andrade		V45	1975	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:05
364	532	Susana Campos		V45	1974	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:07
365	529	Augusta Barbosa		V50	1972	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:09
366	531	Ana Campos		SEN	1998	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:11
367	315	Filipe Rodrigues		V45	1977	FW	1:02:12
368	80	Carolina Juda		SEN	1991	TIBUS	1:03:03
369	94	Carlos Costa		V65	1955	GINASIO C. SANTO TIRSO	1:03:06
370	241	António Oliveira		V40	1980	CHI	1:03:52
371	178	José Cortafios		V45	1974	OS GUARDIÕES	1:04:47
372	179	Emília Araújo		V50	1972	OS GUARDIÕES	1:05:04
373	177	Francisco Freitas		V45	1974	OS GUARDIÕES	1:05:05
374	253	Florbela Pereira		V45	1974	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1:05:05
375	252	Alexandra Campos		V45	1975	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1:05:25
376	81	João Andrade		SEN	1989	TIBUS	1:05:26
377	108	Daniela Pinheiro		V40	1979	TARTARUGAS NINJA	1:05:56
378	16	Teresa Brito		V50	1969	NÒS	1:06:54
379	562	Ana Ribeiro		SEN	1992	INDIVIDUAL	1:07:15
380	50	Augusto Pinto		V55	1967	INDIVIDUAL	1:07:38
381	505	Paula Azevedo		V35	1984	AFIPRE TEAM	1:09:07
382	542	Aaaa		V40	1982	INDIVIDUAL	1:09:47
383	478	Aaaa		SEN	1990	INDIVIDUAL	1:10:05
384	491	Aaaa		V60	1963	INDIVIDUAL	1:10:06



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
385	98	Eduardo Malheiro		V75	1946	GINASIO C. SANTO TIRSO	1:10:06
386	371	Joana Silva		V35	1984	C. D. PÓVOA	1:10:25
387	304	Isabel Brandão		V40	1979	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	1:10:54
388	285	Ana Paquete		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:11:08
389	283	Susana Ferreira		V50	1972	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:11:17
390	302	Débora Domingues		SEN	1991	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	1:15:19

**10Km**
**ABS F**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	545	Mónica Silva		V40	1983	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	34:33
2	5	Rafaela Fonseca		V40	1983	RECREIO DESP ÁGUEDA	34:53
3	1	Andreia Santos		V35	1985	CSRDC SANTIAGO	35:16
4	544	Sara Duarte		SEN	1999	S.C. BRAGA	35:55
5	455	Raquel Sampaio		Sub23	2002	U.D. VÁRZEA	38:10
6	181	Sandra Ferreira		V40	1980	G.D.C. GUILHOVAI	38:18
7	508	Diana Soares		SEN	1993	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	38:58
8	223	Ana Silva		SEN	1998	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	39:43
9	358	Branca Fernandez Lago		Sub23	2003	INDIVIDUAL	40:18
10	418	Carlota Almeida		Sub20	2005	SCP	40:58
11	85	Nádia Casteleiro		V35	1987	SACA TRILHOS ANADIA	41:40
12	555	Silvia Pereira		V40	1979	TEAM EL COMANDANTE	41:42
13	530	Samanta Zueva		Sub20	2005	4RUN CLUB	42:42
14	166	Patricia Fernandes		SEN	1992	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	43:04
15	68	Ana Lídia Nunes		SEN	1999	A.D. LUSTOSA	43:12
16	222	Filipa Diamantino		Sub23	2002	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:13
17	225	Magda Reina		V40	1980	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:33
18	232	Célia Neto		V40	1983	OPRATICANTE .PT	43:59
19	227	Júlia Sousa		V50	1969	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	44:21
20	436	Gabriela Gadeva		V35	1986	PORTO EXPAT RUNNERS	44:59



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
21	303	Elia Rodrigues		V35	1984	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	45:19
22	119	Andreia Branco		V40	1981	G. JUVENIL VILA PUNHE	45:23
23	228	Deolinda Oliveira		V55	1968	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	45:26
24	372	Ana Neves		V45	1975	C. D. PÓVOA	45:47
25	405	Paula Moreira		V50	1969	NBA BARROSAS	45:52
26	300	Esmeralda Soares		V35	1985	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	45:52
27	400	Marcia Silva		V35	1987	NBA BARROSAS	46:04
28	404	Fatima Vaz		V45	1978	NBA BARROSAS	46:40
29	402	Marlene Ferreira		V45	1976	NBA BARROSAS	46:48
30	468	Laura Perez Trabazo		SEN	1996	INDIVIDUAL	46:56
31	88	Raquel Vasconcelos		V45	1978	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	47:59
32	118	Fátima Dantas		V60	1962	G. JUVENIL VILA PUNHE	48:17
33	91	Luisa Oliveira		V50	1973	FISIOACTIVE TEAM	48:42
34	335	Ana Catarina		SEN	1995	A.C. ALFENENSE	48:56
35	170	Sofia Pimenta		V40	1980	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	49:05
36	401	Zeza Carvalho		V45	1977	NBA BARROSAS	49:20
37	403	Aida Pereira		V40	1982	NBA BARROSAS	49:22
38	161	Daniela Sarmento		V45	1975	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	49:26
39	127	Marisa João		V45	1976	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	50:13
40	309	Catarina Conde		V40	1982	CC TURBO	50:29
41	221	Lara Raújo		Sub20	2005	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	50:31
42	197	Ana Del Pino		V40	1982	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	51:07
43	264	Cláudia Alves		Sub20	2004	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	52:24
44	99	Iolanda Malheiro		V45	1978	GINASIO C. SANTO TIRSO	52:28
45	69	Carla Nunes		SEN	1996	A.D. LUSTOSA	52:37
46	373	Maria Santos		V45	1977	C. D. PÓVOA	52:45
47	389	Sara Machado		SEN	1995	NBA BARROSAS	53:50
48	349	Marta Cunha		SEN	1996	LAMELINHAS	53:58
49	282	Sónia Gilvas		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	54:02
50	165	Liliana Chaves		V40	1983	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	55:03
51	419	Mª Eufémia Diegues		V60	1961	GINÁSIO C. BRAGANÇA	55:47

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
52	120	Filipa Branco		V35	1984	G. JUVENIL VILA PUNHE	56:04
53	466	Filipa Santos		V40	1982	INDIVIDUAL	56:34
54	465	Ana Moreira		V35	1988	INDIVIDUAL	56:42
55	167	Paula Monteiro		V50	1972	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	57:04
56	351	Patrícia Moreira		SEN	1992	LAMELINHAS	57:35
57	240	Regina Silva		V40	1979	CHI	57:43
58	348	Danielle Machado		V35	1985	PORTO EXPAT RUNNERS	58:01
59	132	Andreia Pelicano		V40	1980	A.D. MONT BLUE TEAM	58:21
60	215	Mariana Machado		V40	1980	RUNUP	58:22
61	248	Inês Neves		SEN	1996	INDIVIDUAL	1:00:01
62	171	Susana Angelo		V45	1975	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	1:00:26
63	106	Francisca Pinheiro		SEN	1993	TARTARUGAS NINJA	1:01:08
64	533	Carla Andrade		V45	1975	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:05
65	532	Susana Campos		V45	1974	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:07
66	529	Augusta Barbosa		V50	1972	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:09
67	531	Ana Campos		SEN	1998	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:11
68	80	Carolina Juda		SEN	1991	TIBUS	1:03:03
69	179	Emília Araújo		V50	1972	OS GUARDIÕES	1:05:04
70	253	Florbela Pereira		V45	1974	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1:05:05
71	252	Alexandra Campos		V45	1975	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1:05:25
72	108	Daniela Pinheiro		V40	1979	TARTARUGAS NINJA	1:05:56
73	16	Teresa Brito		V50	1969	NÒS	1:06:54
74	562	Ana Ribeiro		SEN	1992	INDIVIDUAL	1:07:15
75	505	Paula Azevedo		V35	1984	AFIPRE TEAM	1:09:07
76	542	Aaaa		V40	1982	INDIVIDUAL	1:09:47
77	371	Joana Silva		V35	1984	C. D. PÓVOA	1:10:25
78	304	Isabel Brandão		V40	1979	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	1:10:54
79	285	Ana Paquete		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:11:08
80	283	Susana Ferreira		V50	1972	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:11:17
81	302	Débora Domingues		SEN	1991	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	1:15:19

**10Km**
**ABS M**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	2	Fábio Oliveira		SEN	1990	G.D.C. GUILHOVAI	30:26
2	7	Ricardo Pereira		SEN	1990	EV / PERALTAFIL	30:40
3	3	Simão Bastos		SEN	1999	S.L. BENFICA	31:02
4	565	Miguel Ribeiro		V35	1988	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	31:05
5	4	Hugo Daniel Santos		SEN	1990	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	31:12
6	320	Ruben Pires		Sub23	2003	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:15
7	477	Nuno Fernandes		SEN	1997	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:26
8	483	Rui Pedro Silva		V40	1981	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:30
9	475	João Rodrigues		Sub20	2004	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	32:09
10	189	Amado Martins		SEN	1999	G.D.C. GUILHOVAI	32:11
11	563	Zacarias Siteo		SEN	1994	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	32:14
12	186	Luis Mendes		SEN	1990	G.D.C. GUILHOVAI	32:18
13	190	João Casal		SEN	1999	G.D.C. GUILHOVAI	32:24
14	564	Esmenio Beirão		Sub20	2004	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	33:10
15	539	Joaquim Figueiredo		V55	1967	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	33:26
16	347	Davide Figueiredo		V50	1971	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	33:26
17	182	Artur Rodrigues		V45	1975	G.D.C. GUILHOVAI	33:29
18	293	Renato Teixeira		SEN	1993	AFIPRE TEAM	33:39
19	485	João Pereira		V45	1975	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	33:48
20	558	Marco Ferreira		V45	1976	U.D. VÁRZEA	34:18
21	559	Nelson Magalhães		V45	1977	U.D. VÁRZEA	34:30
22	479	Cristiano Ribeiro		SEN	1988	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	34:45
23	391	Jorge Neto		V40	1982	NBA BARROSAS	35:11
24	188	António Fernandes		V55	1967	G.D.C. GUILHOVAI	35:16
25	463	Luís Lopes		V50	1971	INDIVIDUAL	35:17
26	383	Tiago Nunes		Sub23	2003	NBA BARROSAS	35:29
27	488	Gil Ferreira		V50	1971	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	35:35

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
28	281	Pedro Gilvas		V45	1977	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	35:39
29	218	Helder Costa		V45	1978	INDIVIDUAL	35:44
30	38	Domingos Fernandes		V55	1967	INDIVIDUAL	35:44
31	183	António Cristóvão		V40	1979	G.D.C. GUILHOVAI	35:46
32	484	Nuno Queiroz		V45	1977	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	35:50
33	512	Rui Taborda		V45	1978	INDIVIDUAL	36:09
34	299	Ricardo Oliveira		V40	1982	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	36:15
35	364	Daniel Silva		Sub23	2001	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	36:25
36	459	Miguel Ferreira		V40	1980	CSRDC SANTIAGO	36:26
37	517	Miguel Maia		V40	1979	ATLÉTICO DA PÓVOA	36:35
38	117	Fernando Grilo		V45	1975	G. JUVENIL VILA PUNHE	36:36
39	365	Fábio Sousa		SEN	1989	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	36:41
40	305	Paulo Gomes		V45	1978	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	36:43
41	548	António Jesus		V60	1963	NASCIDOS PARA CORRER	36:46
42	346	Fernando Figueiredo		V55	1964	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	37:09
43	547	Orlando Neves		V50	1970	SÃO PAIO OLEIROS	37:09
44	212	Augusto Cardoso		V50	1970	SENHORA DO DESTERRO	37:10
45	9	Rui Carneiro		SEN	1992	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	37:10
46	453	Paulo Rocha		SEN	1996	CASA BENFICA PAREDES	37:12
47	362	Joel Ferreira		V35	1984	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	37:14
48	458	Bruno Teixeira		V40	1979	CSRDC SANTIAGO	37:20
49	489	Mário Contreiras		V55	1967	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	37:24
50	392	Ramiro Ribeiro		V40	1980	NBA BARROSAS	37:30
51	185	Leandro Pereira		Sub20	2004	G.D.C. GUILHOVAI	37:36
52	481	Miguel Fernandes		V35	1984	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	37:51
53	258	André Natário		Sub23	2001	VIZELA CORRE	38:00
54	423	Carlos Alves		V40	1979	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	38:01
55	487	Sílvio Guimarães		V50	1973	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	38:02
56	109	Sérgio Lima		V40	1982	G. JUVENIL VILA PUNHE	38:07

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
57	76	Manuel Costa		V60	1963	A.D. LUSTOSA	38:09
58	121	Filipe Fontes		V45	1978	ATLÉTICO C. VALE S. MARTINHO	38:13
59	454	Manuel Branquinho		V50	1970	G. JUVENIL VILA PUNHE	38:14
60	429	Ricardo Machado		SEN	1993	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	38:16
61	67	Pedro Gonçalves		SEN	1989	PEGASUSOCRPROTEAM	38:31
62	52	José Figueiredo		V55	1967	AFIS/OVAR	38:36
63	160	Celso Oliveira		V35	1987	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	38:52
64	74	Fernando Pereira		V55	1966	A.D. LUSTOSA	39:03
65	122	Sérgio Suzano		V40	1982	SACA TRILHOS ANADIA	39:05
66	266	Pedro Amaral		Sub20	2004	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	39:05
67	535	Bruno Moreira		V35	1984	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	39:15
68	295	Manuel Casais		V60	1963	BLASQEM	39:16
69	503	Adelino Fernandes		V55	1964	INDIVIDUAL	39:18
70	566	David Ribeiro		V40	1979	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	39:19
71	538	António João Pinto		V45	1977	INDIVIDUAL	39:20
72	110	Ivo Gonçalves		SEN	1999	G. JUVENIL VILA PUNHE	39:24
73	59	Liborio Vilela		V45	1978	MAGIC FRIENDS RUNNERS / AMITOR	39:26
74	267	Mário Gonçalves		V55	1964	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	39:29
75	6	Eusébio Oliveira		SEN	1993	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	39:41
76	297	Jose Araujo		V50	1969	INDIVIDUAL	39:45
77	557	Carlos Costa		V45	1974	U.D. VÁRZEA	39:53
78	376	Diogo Ferreira		Sub20	2005	NBA BARROSAS	39:59
79	434	António Palhares		V45	1974	INDIVIDUAL	40:08
80	369	Camilo Guedes		V50	1969	CLUBE PESSOAL ÁGUAS GAIA	40:10
81	129	Daniel Santos		V40	1983	AVES RUNNERS	40:13
82	54	Orlando Valente		V55	1967	LOUROSA EM MOVIMENTO	40:14
83	366	José Pardal		Sub23	2003	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	40:26
84	388	João Oliveira		SEN	1992	NBA BARROSAS	40:27
85	64	António Carvalho		V45	1974	AFIPRE TEAM	40:31
86	367	Ricardo Queiróz		SEN	1989	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	40:38



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
87	486	Jorge Campos		V45	1975	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	40:43
88	111	Eugénio Barros		V45	1977	G. JUVENIL VILA PUNHE	40:48
89	357	Luís Camilo Álvarez		V50	1970	INDIVIDUAL	40:48
90	275	Augusto Silva		V45	1977	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	40:51
91	519	Vítor Mota		V50	1973	AFIPRE TEAM	40:52
92	350	Jorge Cunha		Sub20	2005	LAMELINHAS	40:55
93	354	João Anjos		SEN	1998	VIZELA CORRE	40:55
94	329	Rui Magalhães		SEN	1988	MAIA AC	41:08
95	271	Casimiro Galhardo		V65	1955	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:24
96	443	Miguel Gomes		V40	1980	LOBOS DO BRUNHEIRO DE CHAVES /	41:25
97	270	Adelino Martin		V50	1972	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:31
98	333	Basílio Sousa		V45	1975	A.C. ALFENENSE	41:35
99	490	Zeferino Neto		V50	1969	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	41:42
100	72	Paulo Leão		V40	1981	A.D. LUSTOSA	41:45
101	318	Arlindo Sousa		V60	1963	A.C. ALFENENSE	41:52
102	268	Augusto Ferreira		V50	1973	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:57
103	556	Gilberto Neto		SEN	1990	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	41:58
104	243	Alexandre Ferreira Caetano		Sub20	2005	INDIVIDUAL	42:08
105	296	Fernando Maia		V55	1964	BLASQEM	42:09
106	385	Claudio Ferreira		Sub20	2004	NBA BARROSAS	42:16
107	273	José Monteiro		V65	1957	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	42:32
108	53	José Godinho		V50	1969	AFIS/OVAR	42:38
109	55	Álvaro Sousa		V50	1969	OS SANTA APOLÓNIA - V. N. FAMA	42:50
110	162	João Serrano		SEN	1998	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	42:52
111	374	Paulo Silva		V50	1971	C. D. PÓVOA	42:59
112	352	Herminio Martins		V65	1958	ACRS D	43:03
113	86	Ricardo Maia		V35	1988	INDIVIDUAL	43:13
114	440	Marco Pereira		V40	1982	CLUBE FLUVIAL VILA CONDENSE	43:17
115	427	Miguel Moreira		SEN	1996	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	43:18
116	387	Hugo Almeida		SEN	1998	NBA BARROSAS	43:19



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
117	224	Jorge Beliago		SEN	1996	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:22
118	269	Rui Paquete		V40	1982	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	43:24
119	73	Rui Teixeira		V50	1970	A.D. LUSTOSA	43:25
120	437	Paulo Dias		V55	1964	INDIVIDUAL	43:25
121	399	Leandro Queiros		V45	1976	NBA BARROSAS	43:36
122	78	Sergio Teixeira		V45	1976	INDIVIDUAL	43:40
123	65	Vitor Pontes		V35	1987	VIZELA CORRE	43:46
124	60	José Santos		V55	1966	MAGIC FRIENDS RUNNERS / AMITOR	43:47
125	77	José Ferreira		V60	1962	A.D. LUSTOSA	43:49
126	164	José Sá		V40	1979	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	43:55
127	35	Gilberto Novais		SEN	1992	INDIVIDUAL	43:56
128	130	Luis Martins		V60	1962	OS FLEXINHAS	44:04
129	428	Carlos Araújo		SEN	1996	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:10
130	311	João Cunha		V55	1965	NÚCLEO DE KARATÉ ATLETISMO ROR	44:10
131	244	Fernando Martins		V55	1967	AR SEQUEIRÔ/OS DESTEMIDOS	44:23
132	534	Manuel Oliveira		V60	1961	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	44:27
133	424	Torcato Silva		V50	1972	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:32
134	422	Carlos Silva		V45	1975	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:33
135	124	Américo Silva		V45	1975	BINTOITO BENTANIAS	44:33
136	279	David Sousa		V55	1967	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	44:34
137	102	José Azevedo		V45	1976	CUBARUNNER'S	44:40
138	294	Manuel Carneiro		V60	1962	BLASQEM	44:42
139	260	Carlos Carvalho		V45	1976	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	44:43
140	327	Ricardo Oliveira		V40	1983	#SEMDESCULPAS	44:46
141	553	José Ferreira		V55	1967	INDIVIDUAL	44:47
142	169	Serafim Ramos		V65	1958	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	44:50
143	247	José Mota		V60	1962	CDCR CTT PORTO	44:50
144	457	Gonçalo Cunha		Sub23	2002	AFIPRE TEAM	44:51
145	306	Guilherme Coelho		V35	1987	A. R. AREAL	45:08
146	45	Daniel Martins		SEN	1994	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	45:12

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
147	317	Francisco Mateus		V55	1965	A.C. ALFENENSE	45:13
148	210	Vincenzo		SEN	1999	INDIVIDUAL	45:16
149	430	José Fernandes		V50	1972	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	45:18
150	312	António Sá		V55	1968	TEAM LANTEMIL	45:18
151	114	Nuno Oliveira		V35	1985	G. JUVENIL VILA PUNHE	45:24
152	277	Jacinto Oliveira		V65	1958	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	45:32
153	396	Bruno Pinto		V40	1982	NBA BARROSAS	45:40
154	217	Tiago Luís Ribeiro		Sub23	2001	INDIVIDUAL	45:41
155	353	Alvarino Sampaio		V45	1975	FUTEBOL CLUBE DE LANDIM	45:41
156	287	Vítor Pereira		V55	1966	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	45:45
157	540	José Carlos Sousa		V45	1975	C. D. PÓVOA	45:49
158	447	Alberto Postiga		V55	1966	CAXINAS	45:52
159	40	Gil Silva		V40	1983	INDIVIDUAL	45:55
160	324	Helder Campos		V40	1981	INDIVIDUAL	46:12
161	23	Porfírio Lírio		V55	1965	OS LÍRIOS	46:20
162	168	Paulo Costa		V45	1974	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	46:26
163	251	Rui Borges		V45	1974	TRAILISTAS: ?EU É QUE SEI?	46:33
164	550	Luís Carneiro		V55	1964	GINASIO C. SANTO TIRSO	46:34
165	113	Duarte Rodrigues		SEN	2000	G. JUVENIL VILA PUNHE	46:34
166	32	Emanuel Fernandes		V45	1978	RORIZAVENTURA	46:36
167	58	Rui Pereira		V35	1984	INDIVIDUAL	46:39
168	56	Cesar Martins		V45	1978	A.C. ALFENENSE	46:42
169	377	Rúben Ferreira		Sub20	2005	NBA BARROSAS	46:43
170	62	José Torres		V45	1975	TEAM LANTEMIL	46:51
171	115	Pedro Sousa		Sub20	2005	G. JUVENIL VILA PUNHE	46:57
172	90	Aaron Yamaoka		V50	1971	INDIVIDUAL	47:02
173	163	João Silva		V50	1971	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	47:03
174	286	Joaquim Ferreira		V65	1955	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	47:04
175	123	Carlos Frias		V65	1956	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	47:07
176	356	Tiago Lopes		V35	1984	ARRASTÕES GT TURBO	47:10
177	355	Gil Almeida		SEN	1991	ARRASTÕES GT TURBO	47:11
178	157	Ricardo Martins		SEN	1989	INDIVIDUAL	47:14
179	325	João Ferreira		V35	1984	REIGOTO TEAM	47:26

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
180	37	Domingos Gouveia		V50	1973	OS PINOCOS	47:46
181	363	Luis Fonseca		V35	1985	DESTEMIDOS	47:46
182	87	Firmino Cruz		V40	1980	DOMINGUEIROS ON TOUR	47:48
183	83	Leandro Silva		V40	1979	DOMINGUEIROS ON TOUR	47:49
184	187	António Santos		V55	1966	G.D.C. GUILHOVAI	47:54
185	298	Jose Miguel Silva		V50	1971	TIRSENSE	48:03
186	242	João Pedro Pinheiro		Sub23	2002	INDIVIDUAL	48:13
187	133	Fausto Leal		V40	1979	INDIVIDUAL	48:15
188	175	João Mendes		SEN	1995	INDIVIDUAL	48:20
189	321	Jorge Santos		V55	1966	GIM	48:26
190	17	Nelson Almeida Pinto		V45	1978	INDIVIDUAL	48:31
191	433	Luís Ferreira		SEN	1990	BEER TEAM	48:36
192	249	José Manuel Monteiro		V50	1971	INDIVIDUAL	48:40
193	451	Pedro Fernandes		V40	1982	TO RUN MEN	48:42
194	230	Abilio Marques		V60	1960	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	48:42
195	92	Alberto Carneiro		V45	1975	GINASIO C. SANTO TIRSO	48:43
196	97	Jose Leite		V65	1958	GINASIO C. SANTO TIRSO	48:49
197	444	César Nogueira		V45	1975	NKT13	48:57
198	220	Ricardo Alexandre Gomes		V40	1980	INDIVIDUAL	48:58
199	25	Joao Lima		V35	1985	RORIZAVENTURA	49:00
200	44	António Magalhães		V55	1968	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	49:10
201	47	Miguel Gomes		SEN	1996	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	49:11
202	51	Pedro Necho		V45	1976	AFIS/OVAR	49:13
203	301	Francisco Soares		V60	1960	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	49:26
204	61	Henrique Ferreira		V45	1974	INDIVIDUAL	49:31
205	520	Rui Ramos		V35	1984	INDIVIDUAL	49:36
206	20	Manuel Mendes		V65	1958	CR CANDOSO	49:42
207	211	Filipe Cunha		V40	1980	ARCO4RUN	49:42
208	206	André Araújo		SEN	2000	INDIVIDUAL	49:42
209	207	Telmo Paiva		SEN	1999	INDIVIDUAL	50:01
210	425	Luis Costa		V35	1987	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	50:01
211	48	Pedro Guimarães		V55	1965	PEDRO GUIMARÃES	50:01
212	8	Joaquim Machado		V50	1971	INCLESSES F.C.	50:07

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
213	36	José Bessa		V55	1967	JB	50:12
214	116	Joel Martins		SEN	1990	G. JUVENIL VILA PUNHE	50:13
215	276	Sérgio Mendes		V45	1978	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	50:14
216	245	João Vale		SEN	1994	TARRIO	50:17
217	112	Filipe Moreira		V35	1984	G. JUVENIL VILA PUNHE	50:25
218	24	António Neto		V65	1956	EPMED	50:42
219	518	Hugo Sequeira		V35	1984	INDIVIDUAL	50:53
220	384	Rui Ferreira		SEN	1990	NBA BARROSAS	50:54
221	30	Fábio André Silva		SEN	1991	INDIVIDUAL	51:02
222	216	Afonso Meireles		SEN	1990	ESPAÇO CHI	51:15
223	39	Renato Nunes		SEN	1989	INDIVIDUAL	51:17
224	395	Marco Vaz		V45	1978	NBA BARROSAS	51:18
225	456	Bruno Madureira		V40	1983	AFIPRE TEAM	51:20
226	246	Marco Pimenta		V45	1975	ESPAÇO CHI	51:21
227	326	Joaquim Anjos		V50	1973	ESPAÇO CHI	51:22
228	95	Joaquim Sousa		V50	1971	GINASIO C. SANTO TIRSO	51:39
229	93	Alvaro Marques		V60	1963	GINASIO C. SANTO TIRSO	51:47
230	432	Martinho Ferreira		V45	1977	INDIVIDUAL	51:48
231	158	Eurico Rocha		V35	1988	EURICO	52:06
232	173	Rafael Gonçalves		V35	1986	INDIVIDUAL	52:11
233	543	José Pedro Loureiro		SEN	1991	INDIVIDUAL	52:12
234	263	António Pinto		V55	1967	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	52:17
235	331	José Magalhães		V65	1954	A.C. ALFENENSE	52:18
236	332	Ludgero Moreira		V45	1975	A.C. ALFENENSE	52:23
237	15	Filipe Campos		V55	1967	INDIVIDUAL	52:24
238	172	Luis Carneiro		V35	1984	INDIVIDUAL	52:31
239	104	Ricardo Marques		V40	1983	AVEBIKERS / MOINHO VERMOIM	52:35
240	70	Miguel Coelho		SEN	1995	A.D. LUSTOSA	52:45
241	375	Sérgio Silva		V45	1974	C. D. PÓVOA	52:53
242	33	Jose Costa		SEN	1995	INDIVIDUAL	52:53
243	420	Delmar Domingues		V60	1961	GINÁSIO C. BRAGANÇA	53:04
244	125	Pedro Nunes		SEN	1993	MECOS	53:10
245	126	Avelino Nunes		V60	1960	MECOS	53:12
246	34	Tiago Pereira		Sub23	2003	TIGERSHARK	53:12
247	196	Miguel Oliveira		V40	1981	TEAM LANTEMIL	53:13
248	41	Horácio Moisés Moreira		V35	1986	INDIVIDUAL	53:48

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
249	135	Jorge Vaz		SEN	1990	BANDO DO TIRSO	53:55
250	337	Manuel Mendes		V55	1965	CENTRAL RUNNERS	54:03
251	344	Carlos Alberto		V65	1956	CENTRAL RUNNERS	54:03
252	341	José Salgado		V50	1972	CENTRAL RUNNERS	54:03
253	338	Cândido Machado		V50	1973	CENTRAL RUNNERS	54:04
254	345	Carlos Sérgio		V45	1976	CENTRAL RUNNERS	54:05
255	239	Carlos Pereira		V50	1972	3MAISSEGUROS	54:05
256	528	Duarte Magalhães		V35	1985	MAGALHÃES TEAM	54:41
257	11	Rui Santos		V55	1965	PORTO RUNNERS	54:46
258	159	Tiago Pinheiro		V40	1981	INDIVIDUAL	54:52
259	184	David Fernandes		V65	1957	G.D.C. GUILHOVAI	54:55
260	174	Stefano Marchetti		V35	1985	RAGONIER UGO FANTOZZI	55:06
261	567	António Pimenta		SEN	1991	INDIVIDUAL	55:11
262	209	Simão Guimarães		SEN	1990	CS TEAM	55:42
263	82	Élio Silva		V40	1980	DOMINGUEIROS ON TOUR	55:49
264	314	Paulo Jacinto Machado		V50	1970	CHI	56:03
265	280	Miguel Barbqueiro		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	56:14
266	291	Vítor Sousa		V45	1975	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	56:14
267	561	Flavio Alves		V35	1983	INDIVIDUAL	56:17
268	316	Wellington Alves		V35	1985	FW	56:19
269	219	Paulo Hernani		V50	1972	PCRUNNERS	56:42
270	361	Rui Martins		V35	1985	INDIVIDUAL	56:46
271	49	Diogo Cruz		SEN	1989	INDIVIDUAL	57:19
272	203	Rui Almeida		V40	1979	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	57:30
273	322	Jose Costa		SEN	1991	AVF TEAM	57:36
274	360	Ricardo Gomes		V35	1988	INDIVIDUAL	57:42
275	323	António Oliveira		SEN	1989	AVF TEAM	57:42
276	435	Ricardo Reis		SEN	1993	AVF TEAM	57:43
277	238	Adelino Reis		V45	1976	3MAISSEGUROS	57:49
278	204	Ricardo		V45	1974	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	57:55
279	131	Vítor Mendes		V40	1979	A.D. MONT BLUE TEAM	58:11
280	450	Rafael Silva Vieira		V35	1987	TO RUN MEN	58:18
281	214	João Teixeira		V45	1978	RUNUP	58:26
282	134	João Lopes		V35	1986	BANDO DO TIRSO	58:27
283	552	Nuno Silva		V50	1972	INDIVIDUAL	58:51



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
284	105	Pedro Pires		SEN	1992	TARTARUGAS NINJA	58:58
285	100	Joao Costa		SEN	1990	GINASIO C. SANTO TIRSO	58:59
286	63	Cristiano Sousa		V40	1982	INDIVIDUAL	59:17
287	310	Helder Carneiro		V40	1982	CC TURBO	59:35
288	180	Jose Azevedo		V40	1980	CHI	59:51
289	554	Avelino Barbosa		V50	1971	INDIVIDUAL	59:52
290	28	António Silva		V70	1952	A.R. REBORDÕES	1:00:24
291	192	Marcelo Sousa		V45	1975	ESPAÇO CHI	1:00:30
292	27	Jorge Costa		V40	1983	RORIZAVENTURA	1:00:36
293	19	Filipe Torres		V40	1979	INDIVIDUAL	1:00:45
294	213	José Pedro Freire		V35	1988	INDIVIDUAL	1:00:54
295	442	Tomás Ferreira		Sub16	2009	BAMOS CARAGO	1:01:02
296	313	Manuel Adelino Gomes		V60	1960	INDIVIDUAL	1:01:05
297	441	Nelson Ferreira		V50	1973	BAMOS CARAGO	1:01:06
298	193	Pedro Rodrigues		V45	1978	INDIVIDUAL	1:01:06
299	289	Miguel Sousa		V60	1960	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:01:44
300	315	Filipe Rodrigues		V45	1977	FW	1:02:12
301	94	Carlos Costa		V65	1955	GINASIO C. SANTO TIRSO	1:03:06
302	241	António Oliveira		V40	1980	CHI	1:03:52
303	178	José Cortafios		V45	1974	OS GUARDIÕES	1:04:47
304	177	Francisco Freitas		V45	1974	OS GUARDIÕES	1:05:05
305	81	João Andrade		SEN	1989	TIBUS	1:05:26
306	50	Augusto Pinto		V55	1967	INDIVIDUAL	1:07:38
307	478	Aaaa		SEN	1990	INDIVIDUAL	1:10:05
308	491	Aaaa		V60	1963	INDIVIDUAL	1:10:06
309	98	Eduardo Malheiro		V75	1946	GINASIO C. SANTO TIRSO	1:10:06

**10Km**
**V40, V45 F**
**F40**
**Série 1**
**Hora inicial: 20:00:00**

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	545	Mónica Silva		V40	1983	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	34:33
2	5	Rafaela Fonseca		V40	1983	RECREIO DESP ÁGUEDA	34:53
3	181	Sandra Ferreira		V40	1980	G.D.C. GUILHOVAI	38:18
4	555	Silvia Pereira		V40	1979	TEAM EL COMANDANTE	41:42

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
5	225	Magda Reina		V40	1980	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:33
6	232	Célia Neto		V40	1983	OPRATICANTE .PT	43:59
7	119	Andreia Branco		V40	1981	G. JUVENIL VILA PUNHE	45:23
8	372	Ana Neves		V45	1975	C. D. PÓVOA	45:47
9	404	Fatima Vaz		V45	1978	NBA BARROSAS	46:40
10	402	Marlene Ferreira		V45	1976	NBA BARROSAS	46:48
11	88	Raquel Vasconcelos		V45	1978	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	47:59
12	170	Sofia Pimenta		V40	1980	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	49:05
13	401	Zeza Carvalho		V45	1977	NBA BARROSAS	49:20
14	403	Aida Pereira		V40	1982	NBA BARROSAS	49:22
15	161	Daniela Sarmento		V45	1975	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	49:26
16	127	Marisa João		V45	1976	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	50:13
17	309	Catarina Conde		V40	1982	CC TURBO	50:29
18	197	Ana Del Pino		V40	1982	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	51:07
19	99	Iolanda Malheiro		V45	1978	GINASIO C. SANTO TIRSO	52:28
20	373	Maria Santos		V45	1977	C. D. PÓVOA	52:45
21	282	Sónia Gilvas		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	54:02
22	165	Liliana Chaves		V40	1983	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	55:03
23	466	Filipa Santos		V40	1982	INDIVIDUAL	56:34
24	240	Regina Silva		V40	1979	CHI	57:43
25	132	Andreia Pelicano		V40	1980	A.D. MONT BLUE TEAM	58:21
26	215	Mariana Machado		V40	1980	RUNUP	58:22
27	171	Susana Angelo		V45	1975	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	1:00:26
28	533	Carla Andrade		V45	1975	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:05
29	532	Susana Campos		V45	1974	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:07
30	253	Florbela Pereira		V45	1974	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1:05:05
31	252	Alexandra Campos		V45	1975	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1:05:25
32	108	Daniela Pinheiro		V40	1979	TARTARUGAS NINJA	1:05:56
33	542	Aaaa		V40	1982	INDIVIDUAL	1:09:47

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
34	304	Isabel Brandão		V40	1979	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	1:10:54
35	285	Ana Paquete		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:11:08

**10Km**
**V50, V55, V60, V65 F**
**F50+**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	227	Júlia Sousa		V50	1969	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	44:21
2	228	Deolinda Oliveira		V55	1968	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	45:26
3	405	Paula Moreira		V50	1969	NBA BARROSAS	45:52
4	118	Fátima Dantas		V60	1962	G. JUVENIL VILA PUNHE	48:17
5	91	Luisa Oliveira		V50	1973	FISIOACTIVE TEAM	48:42
6	419	Mª Eufémia Diegues		V60	1961	GINÁSIO C. BRAGANÇA	55:47
7	167	Paula Monteiro		V50	1972	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	57:04
8	529	Augusta Barbosa		V50	1972	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:09
9	179	Emília Araújo		V50	1972	OS GUARDIÕES	1:05:04
10	16	Teresa Brito		V50	1969	NÒS	1:06:54
11	283	Susana Ferreira		V50	1972	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:11:17

**10Km**
**Sub20, Sub23, SEN, V35 F**
**JUN-SEN**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	1	Andreia Santos		V35	1985	CSRDC SANTIAGO	35:16
2	544	Sara Duarte		SEN	1999	S.C. BRAGA	35:55
3	455	Raquel Sampaio		Sub23	2002	U.D. VÁRZEA	38:10
4	508	Diana Soares		SEN	1993	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	38:58
5	223	Ana Silva		SEN	1998	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	39:43
6	358	Branca Fernandez Lago		Sub23	2003	INDIVIDUAL	40:18
7	418	Carlota Almeida		Sub20	2005	SCP	40:58
8	85	Nádia Casteleiro		V35	1987	SACA TRILHOS ANADIA	41:40
9	530	Samanta Zueva		Sub20	2005	4RUN CLUB	42:42

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
10	166	Patricia Fernandes		SEN	1992	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	43:04
11	68	Ana Lúcia Nunes		SEN	1999	A.D. LUSTOSA	43:12
12	222	Filipa Diamantino		Sub23	2002	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:13
13	436	Gabriela Gadeva		V35	1986	PORTO EXPAT RUNNERS	44:59
14	303	Elia Rodrigues		V35	1984	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	45:19
15	300	Esmeralda Soares		V35	1985	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	45:52
16	400	Marcia Silva		V35	1987	NBA BARROSAS	46:04
17	468	Laura Perez Trabazo		SEN	1996	INDIVIDUAL	46:56
18	335	Ana Catarina		SEN	1995	A.C. ALFENENSE	48:56
19	221	Lara Raújo		Sub20	2005	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	50:31
20	264	Cláudia Alves		Sub20	2004	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	52:24
21	69	Carla Nunes		SEN	1996	A.D. LUSTOSA	52:37
22	389	Sara Machado		SEN	1995	NBA BARROSAS	53:50
23	349	Marta Cunha		SEN	1996	LAMELINHAS	53:58
24	120	Filipa Branco		V35	1984	G. JUVENIL VILA PUNHE	56:04
25	465	Ana Moreira		V35	1988	INDIVIDUAL	56:42
26	351	Patrícia Moreira		SEN	1992	LAMELINHAS	57:35
27	348	Danielle Machado		V35	1985	PORTO EXPAT RUNNERS	58:01
28	248	Inês Neves		SEN	1996	INDIVIDUAL	1:00:01
29	106	Francisca Pinheiro		SEN	1993	TARTARUGAS NINJA	1:01:08
30	531	Ana Campos		SEN	1998	CORREDORAS MONSTRAS	1:02:11
31	80	Carolina Juda		SEN	1991	TIBUS	1:03:03
32	562	Ana Ribeiro		SEN	1992	INDIVIDUAL	1:07:15
33	505	Paula Azevedo		V35	1984	AFIPRE TEAM	1:09:07
34	371	Joana Silva		V35	1984	C. D. PÓVOA	1:10:25
35	302	Débora Domingues		SEN	1991	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	1:15:19

**10Km**
**Sub20, Sub23, SEN M**
**JUN-SEN**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	2	Fábio Oliveira		SEN	1990	G.D.C. GUILHOVAI	30:26
2	7	Ricardo Pereira		SEN	1990	EV / PERALTAFIL	30:40
3	3	Simão Bastos		SEN	1999	S.L. BENFICA	31:02
4	4	Hugo Daniel Santos		SEN	1990	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	31:12
5	320	Ruben Pires		Sub23	2003	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:15
6	477	Nuno Fernandes		SEN	1997	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:26
7	475	João Rodrigues		Sub20	2004	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	32:09
8	189	Amado Martins		SEN	1999	G.D.C. GUILHOVAI	32:11
9	563	Zacarias Siteo		SEN	1994	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	32:14
10	186	Luis Mendes		SEN	1990	G.D.C. GUILHOVAI	32:18
11	190	João Casal		SEN	1999	G.D.C. GUILHOVAI	32:24
12	564	Esmenio Beirão		Sub20	2004	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	33:10
13	293	Renato Teixeira		SEN	1993	AFIPRE TEAM	33:39
14	479	Cristiano Ribeiro		SEN	1988	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	34:45
15	383	Tiago Nunes		Sub23	2003	NBA BARROSAS	35:29
16	364	Daniel Silva		Sub23	2001	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	36:25
17	365	Fábio Sousa		SEN	1989	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	36:41
18	9	Rui Carneiro		SEN	1992	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	37:10
19	453	Paulo Rocha		SEN	1996	CASA BENFICA PAREDES	37:12
20	185	Leandro Pereira		Sub20	2004	G.D.C. GUILHOVAI	37:36
21	258	André Natário		Sub23	2001	VIZELA CORRE	38:00
22	429	Ricardo Machado		SEN	1993	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	38:16
23	67	Pedro Gonçalves		SEN	1989	PEGASUSOCRPROTEAM	38:31
24	266	Pedro Amaral		Sub20	2004	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	39:05
25	110	Ivo Gonçalves		SEN	1999	G. JUVENIL VILA PUNHE	39:24
26	6	Eusébio Oliveira		SEN	1993	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	39:41



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
27	376	Diogo Ferreira		Sub20	2005	NBA BARROSAS	39:59
28	366	José Pardal		Sub23	2003	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	40:26
29	388	João Oliveira		SEN	1992	NBA BARROSAS	40:27
30	367	Ricardo Queiróz		SEN	1989	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	40:38
31	350	Jorge Cunha		Sub20	2005	LAMELINHAS	40:55
31	354	João Anjos		SEN	1998	VIZELA CORRE	40:55
33	329	Rui Magalhães		SEN	1988	MAIA AC	41:08
34	556	Gilberto Neto		SEN	1990	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	41:58
35	243	Alexandre Ferreira Caetano		Sub20	2005	INDIVIDUAL	42:08
36	385	Claudio Ferreira		Sub20	2004	NBA BARROSAS	42:16
37	162	João Serrano		SEN	1998	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	42:52
38	427	Miguel Moreira		SEN	1996	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	43:18
39	387	Hugo Almeida		SEN	1998	NBA BARROSAS	43:19
40	224	Jorge Beliago		SEN	1996	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	43:22
41	35	Gilberto Novais		SEN	1992	INDIVIDUAL	43:56
42	428	Carlos Araújo		SEN	1996	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:10
43	457	Gonçalo Cunha		Sub23	2002	AFIPRE TEAM	44:51
44	45	Daniel Martins		SEN	1994	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	45:12
45	210	Vincenzo		SEN	1999	INDIVIDUAL	45:16
46	217	Tiago Luís Ribeiro		Sub23	2001	INDIVIDUAL	45:41
47	113	Duarte Rodrigues		SEN	2000	G. JUVENIL VILA PUNHE	46:34
48	377	Rúben Ferreira		Sub20	2005	NBA BARROSAS	46:43
49	115	Pedro Sousa		Sub20	2005	G. JUVENIL VILA PUNHE	46:57
50	355	Gil Almeida		SEN	1991	ARRASTÕES GT TURBO	47:11
51	157	Ricardo Martins		SEN	1989	INDIVIDUAL	47:14
52	242	João Pedro Pinheiro		Sub23	2002	INDIVIDUAL	48:13
53	175	João Mendes		SEN	1995	INDIVIDUAL	48:20
54	433	Luís Ferreira		SEN	1990	BEER TEAM	48:36
55	47	Miguel Gomes		SEN	1996	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	49:11
56	206	André Araújo		SEN	2000	INDIVIDUAL	49:42
57	207	Telmo Paiva		SEN	1999	INDIVIDUAL	50:01
58	116	Joel Martins		SEN	1990	G. JUVENIL VILA PUNHE	50:13
59	245	João Vale		SEN	1994	TARRIO	50:17

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
60	384	Rui Ferreira		SEN	1990	NBA BARROSAS	50:54
61	30	Fábio André Silva		SEN	1991	INDIVIDUAL	51:02
62	216	Afonso Meireles		SEN	1990	ESPAÇO CHI	51:15
63	39	Renato Nunes		SEN	1989	INDIVIDUAL	51:17
64	543	José Pedro Loureiro		SEN	1991	INDIVIDUAL	52:12
65	70	Miguel Coelho		SEN	1995	A.D. LUSTOSA	52:45
66	33	Jose Costa		SEN	1995	INDIVIDUAL	52:53
67	125	Pedro Nunes		SEN	1993	MECOS	53:10
68	34	Tiago Pereira		Sub23	2003	TIGERSHARK	53:12
69	135	Jorge Vaz		SEN	1990	BANDO DO TIRSO	53:55
70	567	António Pimenta		SEN	1991	INDIVIDUAL	55:11
71	209	Simão Guimarães		SEN	1990	CS TEAM	55:42
72	49	Diogo Cruz		SEN	1989	INDIVIDUAL	57:19
73	322	Jose Costa		SEN	1991	AVF TEAM	57:36
74	323	António Oliveira		SEN	1989	AVF TEAM	57:42
75	435	Ricardo Reis		SEN	1993	AVF TEAM	57:43
76	105	Pedro Pires		SEN	1992	TARTARUGAS NINJA	58:58
77	100	Joao Costa		SEN	1990	GINASIO C. SANTO TIRSO	58:59
78	81	João Andrade		SEN	1989	TIBUS	1:05:26
79	478	Aaaa		SEN	1990	INDIVIDUAL	1:10:05

**10Km**
**V35 M**
**V35**
**Série 1**
**Hora inicial: 20:00:00**

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	565	Miguel Ribeiro		V35	1988	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	31:05
2	362	Joel Ferreira		V35	1984	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	37:14
3	481	Miguel Fernandes		V35	1984	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	37:51
4	160	Celso Oliveira		V35	1987	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	38:52
5	535	Bruno Moreira		V35	1984	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	39:15
6	86	Ricardo Maia		V35	1988	INDIVIDUAL	43:13
7	65	Vitor Pontes		V35	1987	VIZELA CORRE	43:46
8	306	Guilherme Coelho		V35	1987	A. R. AREAL	45:08
9	114	Nuno Oliveira		V35	1985	G. JUVENIL VILA PUNHE	45:24
10	58	Rui Pereira		V35	1984	INDIVIDUAL	46:39

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
11	356	Tiago Lopes		V35	1984	ARRASTÕES GT TURBO	47:10
12	325	João Ferreira		V35	1984	REIGOTO TEAM	47:26
13	363	Luis Fonseca		V35	1985	DESTEMIDOS	47:46
14	25	Joao Lima		V35	1985	RORIZAVENTURA	49:00
15	520	Rui Ramos		V35	1984	INDIVIDUAL	49:36
16	425	Luis Costa		V35	1987	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	50:01
17	112	Filipe Moreira		V35	1984	G. JUVENIL VILA PUNHE	50:25
18	518	Hugo Sequeira		V35	1984	INDIVIDUAL	50:53
19	158	Eurico Rocha		V35	1988	EURICO	52:06
20	173	Rafael Gonçalves		V35	1986	INDIVIDUAL	52:11
21	172	Luis Carneiro		V35	1984	INDIVIDUAL	52:31
22	41	Horácio Moisés Moreira		V35	1986	INDIVIDUAL	53:48
23	528	Duarte Magalhães		V35	1985	MAGALHÃES TEAM	54:41
24	174	Stefano Marchetti		V35	1985	RAGIONIER UGO FANTOZZI	55:06
25	561	Flavio Alves		V35	1983	INDIVIDUAL	56:17
26	316	Wellington Alves		V35	1985	FW	56:19
27	361	Rui Martins		V35	1985	INDIVIDUAL	56:46
28	360	Ricardo Gomes		V35	1988	INDIVIDUAL	57:42
29	450	Rafael Silva Vieira		V35	1987	TO RUN MEN	58:18
30	134	João Lopes		V35	1986	BANDO DO TIRSO	58:27
31	213	José Pedro Freire		V35	1988	INDIVIDUAL	1:00:54

**10Km**
**V40 M**
**V40**
**Série 1**
**Hora inicial: 20:00:00**

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	483	Rui Pedro Silva		V40	1981	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	31:30
2	391	Jorge Neto		V40	1982	NBA BARROSAS	35:11
3	183	António Cristóvão		V40	1979	G.D.C. GUILHOVAI	35:46
4	299	Ricardo Oliveira		V40	1982	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	36:15
5	459	Miguel Ferreira		V40	1980	CSRDC SANTIAGO	36:26
6	517	Miguel Maia		V40	1979	ATLÉTICO DA PÓVOA	36:35
7	458	Bruno Teixeira		V40	1979	CSRDC SANTIAGO	37:20
8	392	Ramiro Ribeiro		V40	1980	NBA BARROSAS	37:30
9	423	Carlos Alves		V40	1979	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	38:01

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
10	109	Sérgio Lima		V40	1982	G. JUVENIL VILA PUNHE	38:07
11	122	Sérgio Suzano		V40	1982	SACA TRILHOS ANADIA	39:05
12	566	David Ribeiro		V40	1979	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	39:19
13	129	Daniel Santos		V40	1983	AVES RUNNERS	40:13
14	443	Miguel Gomes		V40	1980	LOBOS DO BRUNHEIRO DE CHAVES /	41:25
15	72	Paulo Leão		V40	1981	A.D. LUSTOSA	41:45
16	440	Marco Pereira		V40	1982	CLUBE FLUVIAL VILACONDENSE	43:17
17	269	Rui Paquete		V40	1982	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	43:24
18	164	José Sá		V40	1979	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	43:55
19	327	Ricardo Oliveira		V40	1983	#SEMDESCULPAS	44:46
20	396	Bruno Pinto		V40	1982	NBA BARROSAS	45:40
21	40	Gil Silva		V40	1983	INDIVIDUAL	45:55
22	324	Helder Campos		V40	1981	INDIVIDUAL	46:12
23	87	Firmino Cruz		V40	1980	DOMINGUEIROS ON TOUR	47:48
24	83	Leandro Silva		V40	1979	DOMINGUEIROS ON TOUR	47:49
25	133	Fausto Leal		V40	1979	INDIVIDUAL	48:15
26	451	Pedro Fernandes		V40	1982	TO RUN MEN	48:42
27	220	Ricardo Alexandre Gomes		V40	1980	INDIVIDUAL	48:58
28	211	Filipe Cunha		V40	1980	ARCO4RUN	49:42
29	456	Bruno Madureira		V40	1983	AFIPRE TEAM	51:20
30	104	Ricardo Marques		V40	1983	AVEBIKERS / MOINHO VERMOIM	52:35
31	196	Miguel Oliveira		V40	1981	TEAM LANTEMIL	53:13
32	159	Tiago Pinheiro		V40	1981	INDIVIDUAL	54:52
33	82	Élio Silva		V40	1980	DOMINGUEIROS ON TOUR	55:49
34	203	Rui Almeida		V40	1979	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	57:30
35	131	Vítor Mendes		V40	1979	A.D. MONT BLUE TEAM	58:11
36	63	Cristiano Sousa		V40	1982	INDIVIDUAL	59:17
37	310	Helder Carneiro		V40	1982	CC TURBO	59:35
38	180	Jose Azevedo		V40	1980	CHI	59:51
39	27	Jorge Costa		V40	1983	RORIZAVENTURA	1:00:36
40	19	Filipe Torres		V40	1979	INDIVIDUAL	1:00:45
41	241	António Oliveira		V40	1980	CHI	1:03:52

**10Km**
**V45 M**
**V45**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	182	Artur Rodrigues		V45	1975	G.D.C. GUILHOVAI	33:29
2	485	João Pereira		V45	1975	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	33:48
3	558	Marco Ferreira		V45	1976	U.D. VÁRZEA	34:18
4	559	Nelson Magalhães		V45	1977	U.D. VÁRZEA	34:30
5	281	Pedro Gilvas		V45	1977	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	35:39
6	218	Helder Costa		V45	1978	INDIVIDUAL	35:44
7	484	Nuno Queiroz		V45	1977	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	35:50
8	512	Rui Taborda		V45	1978	INDIVIDUAL	36:09
9	117	Fernando Grilo		V45	1975	G. JUVENIL VILA PUNHE	36:36
10	305	Paulo Gomes		V45	1978	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	36:43
11	121	Filipe Fontes		V45	1978	ATLÉTICO C. VALE S. MARTINHO	38:13
12	538	António João Pinto		V45	1977	INDIVIDUAL	39:20
13	59	Liborio Vilela		V45	1978	MAGIC FRIENDS RUNNERS / AMITOR	39:26
14	557	Carlos Costa		V45	1974	U.D. VÁRZEA	39:53
15	434	António Palhares		V45	1974	INDIVIDUAL	40:08
16	64	António Carvalho		V45	1974	AFIPRE TEAM	40:31
17	486	Jorge Campos		V45	1975	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	40:43
18	111	Eugénio Barros		V45	1977	G. JUVENIL VILA PUNHE	40:48
19	275	Augusto Silva		V45	1977	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	40:51
20	333	Basílio Sousa		V45	1975	A.C. ALFENENSE	41:35
21	399	Leandro Queiros		V45	1976	NBA BARROSAS	43:36
22	78	Sergio Teixeira		V45	1976	INDIVIDUAL	43:40
23	422	Carlos Silva		V45	1975	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:33
23	124	Américo Silva		V45	1975	BINTOITO BENTANIAS	44:33
25	102	José Azevedo		V45	1976	CUBARUNNER'S	44:40
26	260	Carlos Carvalho		V45	1976	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	44:43
27	353	Alvarino Sampaio		V45	1975	FUTEBOL CLUBE DE LANDIM	45:41
28	540	José Carlos Sousa		V45	1975	C. D. PÓVOA	45:49



CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
29	168	Paulo Costa		V45	1974	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	46:26
30	251	Rui Borges		V45	1974	TRAILISTAS: ?EU É QUE SEI?	46:33
31	32	Emanuel Fernandes		V45	1978	RORIZAVENTURA	46:36
32	56	Cesar Martins		V45	1978	A.C. ALFENENSE	46:42
33	62	José Torres		V45	1975	TEAM LANTEMIL	46:51
34	17	Nelson Almeida Pinto		V45	1978	INDIVIDUAL	48:31
35	92	Alberto Carneiro		V45	1975	GINASIO C. SANTO TIRSO	48:43
36	444	César Nogueira		V45	1975	NKT13	48:57
37	51	Pedro Necho		V45	1976	AFIS/OVAR	49:13
38	61	Henrique Ferreira		V45	1974	INDIVIDUAL	49:31
39	276	Sérgio Mendes		V45	1978	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	50:14
40	395	Marco Vaz		V45	1978	NBA BARROSAS	51:18
41	246	Marco Pimenta		V45	1975	ESPAÇO CHI	51:21
42	432	Martinho Ferreira		V45	1977	INDIVIDUAL	51:48
43	332	Ludgero Moreira		V45	1975	A.C. ALFENENSE	52:23
44	375	Sérgio Silva		V45	1974	C. D. PÓVOA	52:53
45	345	Carlos Sérgio		V45	1976	CENTRAL RUNNERS	54:05
46	280	Miguel Barbqueiro		V45	1974	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	56:14
46	291	Vítor Sousa		V45	1975	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	56:14
48	238	Adelino Reis		V45	1976	3MAISSEGUROS	57:49
49	204	Ricardo		V45	1974	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	57:55
50	214	João Teixeira		V45	1978	RUNUP	58:26
51	192	Marcelo Sousa		V45	1975	ESPAÇO CHI	1:00:30
52	193	Pedro Rodrigues		V45	1978	INDIVIDUAL	1:01:06
53	315	Filipe Rodrigues		V45	1977	FW	1:02:12
54	178	José Cortafios		V45	1974	OS GUARDIÕES	1:04:47
55	177	Francisco Freitas		V45	1974	OS GUARDIÕES	1:05:05

**10Km**
**V50 M**
**V50**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	347	Davide Figueiredo		V50	1971	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	33:26
2	463	Luís Lopes		V50	1971	INDIVIDUAL	35:17
3	488	Gil Ferreira		V50	1971	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	35:35
4	547	Orlando Neves		V50	1970	SÃO PAIO OLEIROS	37:09
5	212	Augusto Cardoso		V50	1970	SENHORA DO DESTERRO	37:10
6	487	Sílvio Guimarães		V50	1973	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	38:02
7	454	Manuel Branquinho		V50	1970	G. JUVENIL VILA PUNHE	38:14
8	297	Jose Araujo		V50	1969	INDIVIDUAL	39:45
9	369	Camilo Guedes		V50	1969	CLUBE PESSOAL ÁGUAS GAIA	40:10
10	357	Luís Camilo Álvarez		V50	1970	INDIVIDUAL	40:48
11	519	Vítor Mota		V50	1973	AFIPRE TEAM	40:52
12	270	Adelino Martin		V50	1972	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:31
13	490	Zeferino Neto		V50	1969	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	41:42
14	268	Augusto Ferreira		V50	1973	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:57
15	53	José Godinho		V50	1969	AFIS/OVAR	42:38
16	55	Álvaro Sousa		V50	1969	OS SANTA APOLÓNIA - V. N. FAMA	42:50
17	374	Paulo Silva		V50	1971	C. D. PÓVOA	42:59
18	73	Rui Teixeira		V50	1970	A.D. LUSTOSA	43:25
19	424	Torcato Silva		V50	1972	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	44:32
20	430	José Fernandes		V50	1972	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	45:18
21	90	Aaron Yamaoka		V50	1971	INDIVIDUAL	47:02
22	163	João Silva		V50	1971	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	47:03
23	37	Domingos Gouveia		V50	1973	OS PINOCOS	47:46
24	298	Jose Miguel Silva		V50	1971	TIRSENSE	48:03
25	249	José Manuel Monteiro		V50	1971	INDIVIDUAL	48:40
26	8	Joaquim Machado		V50	1971	INCLESSES F.C.	50:07
27	326	Joaquim Anjos		V50	1973	ESPAÇO CHI	51:22

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
28	95	Joaquim Sousa		V50	1971	GINASIO C. SANTO TIRSO	51:39
29	341	José Salgado		V50	1972	CENTRAL RUNNERS	54:03
30	338	Cândido Machado		V50	1973	CENTRAL RUNNERS	54:04
31	239	Carlos Pereira		V50	1972	3MAISSEGUROS	54:05
32	314	Paulo Jacinto Machado		V50	1970	CHI	56:03
33	219	Paulo Hernani		V50	1972	PCRUNNERS	56:42
34	552	Nuno Silva		V50	1972	INDIVIDUAL	58:51
35	554	Avelino Barbosa		V50	1971	INDIVIDUAL	59:52
36	441	Nelson Ferreira		V50	1973	BAMOS CARAGO	1:01:06

**10Km**
**V55 M**
**V55**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	539	Joaquim Figueiredo		V55	1967	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	33:26
2	188	António Fernandes		V55	1967	G.D.C. GUILHOVAI	35:16
3	38	Domingos Fernandes		V55	1967	INDIVIDUAL	35:44
4	346	Fernando Figueiredo		V55	1964	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	37:09
5	489	Mário Contreiras		V55	1967	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	37:24
6	52	José Figueiredo		V55	1967	AFIS/OVAR	38:36
7	74	Fernando Pereira		V55	1966	A.D. LUSTOSA	39:03
8	503	Adelino Fernandes		V55	1964	INDIVIDUAL	39:18
9	267	Mário Gonçalves		V55	1964	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	39:29
10	54	Orlando Valente		V55	1967	LOUROSA EM MOVIMENTO	40:14
11	296	Fernando Maia		V55	1964	BLASQEM	42:09
12	437	Paulo Dias		V55	1964	INDIVIDUAL	43:25
13	60	José Santos		V55	1966	MAGIC FRIENDS RUNNERS / AMITOR	43:47
14	311	João Cunha		V55	1965	NÚCLEO DE KARATÉ ATLETISMO ROR	44:10
15	244	Fernando Martins		V55	1967	AR SEQUEIRÔ/OS DESTEMIDOS	44:23
16	279	David Sousa		V55	1967	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	44:34
17	553	José Ferreira		V55	1967	INDIVIDUAL	44:47
18	317	Francisco Mateus		V55	1965	A.C. ALFENENSE	45:13

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
19	312	António Sá		V55	1968	TEAM LANTEMIL	45:18
20	287	Vítor Pereira		V55	1966	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	45:45
21	447	Alberto Postiga		V55	1966	CAXINAS	45:52
22	23	Porfírio Lírio		V55	1965	OS LÍRIOS	46:20
23	550	Luís Carneiro		V55	1964	GINASIO C. SANTO TIRSO	46:34
24	187	António Santos		V55	1966	G.D.C. GUILHOVAI	47:54
25	321	Jorge Santos		V55	1966	GIM	48:26
26	44	António Magalhães		V55	1968	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	49:10
27	48	Pedro Guimarães		V55	1965	PEDRO GUIMARÃES	50:01
28	36	José Bessa		V55	1967	JB	50:12
29	263	António Pinto		V55	1967	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	52:17
30	15	Filipe Campos		V55	1967	INDIVIDUAL	52:24
31	337	Manuel Mendes		V55	1965	CENTRAL RUNNERS	54:03
32	11	Rui Santos		V55	1965	PORTO RUNNERS	54:46
33	50	Augusto Pinto		V55	1967	INDIVIDUAL	1:07:38

**10Km**
**V60, V65, V70, V75, V80 M**
**V60+**
**Série 1**

Hora inicial: 20:00:00

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
1	548	António Jesus		V60	1963	NASCIDOS PARA CORRER	36:46
2	76	Manuel Costa		V60	1963	A.D. LUSTOSA	38:09
3	295	Manuel Casais		V60	1963	BLASQEM	39:16
4	271	Casimiro Galhardo		V65	1955	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	41:24
5	318	Arlindo Sousa		V60	1963	A.C. ALFENENSE	41:52
6	273	José Monteiro		V65	1957	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	42:32
7	352	Herminio Martins		V65	1958	ACRS D	43:03
8	77	José Ferreira		V60	1962	A.D. LUSTOSA	43:49
9	130	Luis Martins		V60	1962	OS FLEXINHAS	44:04
10	534	Manuel Oliveira		V60	1961	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	44:27
11	294	Manuel Carneiro		V60	1962	BLASQEM	44:42
12	169	Serafim Ramos		V65	1958	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	44:50
12	247	José Mota		V60	1962	CDCR CTT PORTO	44:50

CL	Dorsal	Nome	País	Escalão	Ano	Clube	Marca
14	277	Jacinto Oliveira		V65	1958	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	45:32
15	286	Joaquim Ferreira		V65	1955	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	47:04
16	123	Carlos Frias		V65	1956	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	47:07
17	230	Abilio Marques		V60	1960	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	48:42
18	97	Jose Leite		V65	1958	GINASIO C. SANTO TIRSO	48:49
19	301	Francisco Soares		V60	1960	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	49:26
20	20	Manuel Mendes		V65	1958	CR CANDOSO	49:42
21	24	António Neto		V65	1956	EPMED	50:42
22	93	Alvaro Marques		V60	1963	GINASIO C. SANTO TIRSO	51:47
23	331	José Magalhães		V65	1954	A.C. ALFENENSE	52:18
24	420	Delmar Domingues		V60	1961	GINÁSIO C. BRAGANÇA	53:04
25	126	Avelino Nunes		V60	1960	MECOS	53:12
26	344	Carlos Alberto		V65	1956	CENTRAL RUNNERS	54:03
27	184	David Fernandes		V65	1957	G.D.C. GUILHOVAI	54:55
28	28	António Silva		V70	1952	A.R. REBORDÕES	1:00:24
29	313	Manuel Adelino Gomes		V60	1960	INDIVIDUAL	1:01:05
30	289	Miguel Sousa		V60	1960	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1:01:44
31	94	Carlos Costa		V65	1955	GINASIO C. SANTO TIRSO	1:03:06
32	491	Aaaa		V60	1963	INDIVIDUAL	1:10:06
32	98	Eduardo Malheiro		V75	1946	GINASIO C. SANTO TIRSO	1:10:06



**Classificações Coletivas**
**Coletiva**
**8**

CL	Clube	Marca
1	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	20
2	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	21
3	G.D.C. GUILHOVAI	23
4	A. FIGUEIREDOS RUNNERS & FRIEN	75
5	INDIVIDUAL	92
6	U.D. VÁRZEA	103
7	NBA BARROSAS	108
8	CSRDC SANTIAGO	118
9	G. JUVENIL VILA PUNHE	166
10	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	174
11	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	200
12	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	211
13	AFIPRE TEAM	212
14	A.D. LUSTOSA	243
15	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	258
16	VIZELA CORRE	296
17	GD LEÕES GUARDA - LION RUNNERS	315
18	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	340
19	BLASQEM	346
20	A.C. ALFENENSE	384
21	AFIS/OVAR	422
22	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	445
23	C. D. PÓVOA	480
24	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	502
25	GINASIO C. SANTO TIRSO	642
26	TEAM LANTEMIL	655
27	LAMELINHAS	722
28	DOMINGUEIROS ON TOUR	733
29	RORIZAVENTURA	774
30	ESPAÇO CHI	795
31	CENTRAL RUNNERS	891
32	AVF TEAM	985

CL	Clube	Marca
33	CHI	989
34	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	1028
35	TARTARUGAS NINJA	1074
36	CORREDORAS MONSTRAS	1083
37	OS GUARDIÕES	1107

**Jovem**

CL	Clube	Marca
1	LUZ E VIDA GONDOMARENSE	112
2	NBA BARROSAS	112
3	A.D. LUSTOSA	48
4	EAT-ESCOLA ATLETISMO TROFA	38
5	F C ESTRELAS SUSANENSES	31
6	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	31
7	LEIXÕES SC	26
8	MAIA AC	25
9	G. JUVENIL VILA PUNHE	25
10	JOBRA-ASSOCIAÇÃO JOVENS BRANCA	22
11	INDIVIDUAL	21
12	C. D. PÓVOA	20
13	CASAS ADRIANO ASTROMIL CLUBE	16
14	RUNRIVER - ESC. ATLETISMO RIO	14
15	C.A.S.T. - CENTRO ATL. SANTO T	13
16	NÚCLEO DE KARATÉ ATLETISMO ROR	9
16	UNIÃO DESPORTIVA SAMPEDRENSE	9
18	AASM	9
19	ROMPANTE	8
20	TREVO DO SUCESSO	3
20	SPORT COMÉRCIO E SALGUEIROS	3
22	FAMÍLIA FERREIRA	3
23	APERITIVO DAS SEXTAS-FEIRAS	2
24	NAI - NÚCLEO ATLÉTICO IDÃES	1
24	CASA BENFICA PAREDES	1
24	TMG	1

CL	Clube	Marca
24	NO TOMORROW	1
24	4RUN CLUB	1
24	AMA ATLETISMO	1
24	C.P. BAIRRO CARCAVELOS	1