

RESULTADOS COLETIVOS TROFÉU ALMADA EM ATLETISMO

TROFÉU DA CAPARICA 2021- 28.11.2021

POS	CLUBE		Pontos
1	CLUBE PEDRO PESSOA		273
2	CLUBE PRAÇAS ARMADA		166
3	A A CHARN CAPARICA		128
4	ASS NAVAL AMORENSE		127
5	A NATUREZA ENSINA		111
6	C A A PARQUE DA PAZ		85
7	C D R ÁGUIAS UNIDAS		69
8	CASA BENFICA SEIXAL		54
9	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro		48
10	MONTE KAPA		42
11	Serrado Futebol Clube		41
12	MONTE KAPA		40
13	F C R DO ROSSÃO		35
14	Clube de Sargentos da Armada		33
15	N D JUV LARANJEIRO		32
16	Liberdade Futebol Clube		15
17	C C R ALTO DO MOÍNH		11
18	BEJA ATLÉTICO CLUBE		11
19	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES		11
20	Run4Fun		8
21	Clube de Atletismo de Amora		8
22	Correr Lisboa		8
23	ACADEMIA ALMADENSE AIRFA		7
24	LINDA-A-PASTORA S C		1
25	ASS JORGE PINA		1
26	ASS CORRER LISBOA		1

RESULTADOS INDIVIDUAIS TROFÉU ALMADA EM ATLETISMO

TROFÉU DA CAPARICA 2021- 28.11.2021

Escalão: DESPORTO AD FEM						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
607	Dina Oliveira	4	A A NATUREZA ENSINA	11	00:44:15	DESPAFA
Escalão: DESPORTO AD MASC						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
52	Ricardo Jorge	1	A A CHARN CAPARICA	11	00:36:49	DESPAM
574	Rodrigo Morgado	1	ASS JORGE PINA	11	00:03:58	DESPAM
Escalão: BENJAF						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
589	Linda Vicente	1	ASS NAVAL AMORENSE	11	00:00:20	BENJAF
591	Mariana Santos	2	ASS NAVAL AMORENSE	9	00:02:31	BENJAF
593	Matilde Correia	3	ASS NAVAL AMORENSE	8	00:02:45	BENJAF
585	Leonor Correia	4	ASS NAVAL AMORENSE	7	00:03:08	BENJAF
60	Teresa Silva	5	A A CHARN CAPARICA	6	00:03:29	BENJAF
712	Susana Simões	6	Individual	5	00:03:41	BENJAF
588	Leonor Matos	7	ASS NAVAL AMORENSE	4	00:03:49	BENJAF
656	Caetana Faustino	8	ASS NAVAL AMORENSE	3	00:04:28	BENJAF
586	Leonor Cunha	9	ASS NAVAL AMORENSE	2	01:05:55	BENJAF
Escalão: BENJAM						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
430	DIEGO ALVES	1	MONTE KAPA	11	00:00:15	BENJAM
582	Filipe Rodrigues	2	ASS NAVAL AMORENSE	9	00:03:18	BENJAM
594	Pedro Matos	3	ASS NAVAL AMORENSE	8	00:03:24	BENJAM
91	Afonso Santos	4	CASA BENFICA SEIXAL	7	00:03:33	BENJAM
46	Mateus Pinto	5	A A CHARN CAPARICA	6	00:03:37	BENJAM
598	Tomás Martins	6	ASS NAVAL AMORENSE	5	00:03:45	BENJAM
287	Manuel Oliveira	7	CLUBE PEDRO PESSOA	4	00:03:53	BENJAM
103	Rodrigo Araújo	8	CASA BENFICA SEIXAL	3	00:03:59	BENJAM
105	Simão Mariano	9	CASA BENFICA SEIXAL	2	00:04:04	BENJAM
728	Francisco Jerónimo	10	Serrado Futebol Clube	1	00:04:08	BENJAM

638	Duarte Morais	11	CASA BENFICA SEIXAL	1	00:04:13	BENJAM
581	Eduardo Campante	12	ASS NAVAL AMORENSE	1	00:04:21	BENJAM
337	Santiago Oliveira	13	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:09:55	BENJAM
Escalão: BENJBF						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
455	Alicia Filipe	1	N D JUV LARANJEIRO	11	00:03:04	BENJBF
328	Rita Sousa	2	CLUBE PEDRO PESSOA	9	00:03:08	BENJBF
285	Madalena Leirão	3	CLUBE PEDRO PESSOA	8	00:03:10	BENJBF
293	Maria Carvalho	4	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:03:54	BENJBF
541	Raquel Ferreira	5	Serrado Futebol Clube	6	00:03:56	BENJBF
279	Julia Barateiro	6	CLUBE PEDRO PESSOA	5	00:04:00	BENJBF
680	NANCI FAZENDA	7	F C R DO ROSSÃO	4	00:04:08	BENJBF
299	Mariana Fonseca	8	CLUBE PEDRO PESSOA	3	00:04:33	BENJBF
450	RAISSA MONTEIRO	9	MONTE KAPA	2	00:04:35	BENJBF
760	Leonor Lopes	10	Serrado Futebol Clube	1	00:04:38	BENJBF
724	Carolina Jerónimo	11	Serrado Futebol Clube	1	00:04:40	BENJBF
342	Sofia Tavares	12	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:04:44	BENJBF
740	Benedita Oliveira	13	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	00:05:28	BENJBF
678	IRINA FAZENDA	14	F C R DO ROSSÃO	1	00:05:31	BENJBF
Escalão: BENJBM						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
259	Francisco Sanches	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:02:51	BENJBM
363	Daniel Simões	2	Individual	10	00:02:53	BENJBM
102	Miguel Bastos	3	CASA BENFICA SEIXAL	9	00:02:55	BENJBM
583	Ivan Fragoso	4	ASS NAVAL AMORENSE	8	00:03:02	BENJBM
352	Vasco Rosa	5	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:03:06	BENJBM
579	Diego Cruz	6	ASS NAVAL AMORENSE	6	00:03:24	BENJBM
719	Simão Carvalho	7	N D JUV LARANJEIRO	5	00:03:27	BENJBM
747	Rodrigo Dias	8	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	4	00:04:05	BENJBM
389	Rúben Ferreira	9	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	3	00:04:42	BENJBM
429	CHRISTIAN GOMES	10	MONTE KAPA	2	00:04:46	BENJBM
445	MAXIME GOMES	11	MONTE KAPA	1	00:04:47	BENJBM
742	Gustavo Oliveira	12	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	00:05:12	BENJBM
749	SIMÃO LEITÃO	13	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	00:05:22	BENJBM
683	SANTIAGO NUNES	14	F C R DO ROSSÃO	1	00:07:43	BENJBM
Escalão: INFF						

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
587	Leonor Ferreira	1	ASS NAVAL AMORENSE	11	00:00:19	INFF
312	Nicole Elmer	2	CLUBE PEDRO PESSOA	9	00:02:37	INFF
460	Irish Lobo	3	N D JUV LARANJEIRO	8	00:02:45	INFF
38	Leonor Lourenço	4	A A CHARN CAPARICA	7	00:03:01	INFF
226	Ana Santos	5	CLUBE PEDRO PESSOA	6	00:03:04	INFF
764	MARIA LOVATO	6	CLUBE PEDRO PESSOA	5	00:03:10	INFF
252	Diana Miranda	7	CLUBE PEDRO PESSOA	4	00:03:13	INFF
281	Lara Simões	8	CLUBE PEDRO PESSOA	3	00:03:15	INFF
768	MAIARA LEMOS	9	MONTE KAPA	2	00:03:18	INFF
668	Mariana Pereira	10	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:03:21	INFF
410	Mariana Correia	11	Liberdade Futebol Clube	1	00:03:34	INFF
Escalão: INFM						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
396	Tiago Francisco	1	Individual	11	00:00:06	INFM
592	Martim Rodrigues	2	ASS NAVAL AMORENSE	9	00:00:11	INFM
578	Denis Fragoso	3	ASS NAVAL AMORENSE	8	00:00:23	INFM
53	Rodrigo Xavier	4	A A CHARN CAPARICA	7	00:00:27	INFM
12	André Santos	5	A A CHARN CAPARICA	6	00:00:31	INFM
44	Martim Lamelas	6	A A CHARN CAPARICA	5	00:00:36	INFM
661	Leonardo neto	7	CLUBE PRAÇAS ARMADA	4	00:00:40	INFM
783	RODRIGO VALENTIM	8	Individual	3	00:00:44	INFM
250	David Vargas	9	CLUBE PEDRO PESSOA	2	00:00:49	INFM
348	Tiago Tavares	10	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:00:58	INFM
784	TOMAS FREIRE	11	ASS NAVAL AMORENSE	1	00:02:28	INFM
411	Martim Rebelo	12	Liberdade Futebol Clube	1	00:02:34	INFM
20	Dinis Santos	13	A A CHARN CAPARICA	1	00:02:41	INFM
262	Henrique Lopes	14	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:02:48	INFM
660	Guilherme neto	15	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:02:52	INFM
596	Santiago Faustino	16	ASS NAVAL AMORENSE	1	00:02:57	INFM
224	Álvaro Carrilho	17	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:03:07	INFM
431	EDER GONÇALVES	18	MONTE KAPA	1	00:03:24	INFM
759	Diogo Lopes	19	Serrado Futebol Clube	1	00:03:26	INFM
23	Duarte Sestelo	20	A A CHARN CAPARICA	1	00:03:29	INFM
Escalão: INICF						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão

362	Carolina Namora	1	Individual	11	00:00:34	INICF
326	Rita Martins	2	CLUBE PEDRO PESSOA	9	00:00:37	INICF
370	Inês Francisco	3	Individual	8	00:00:40	INICF
343	Soraia Boeiro	4	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:00:43	INICF
280	Lara Barroso	5	CLUBE PEDRO PESSOA	6	00:00:47	INICF
306	Michelle Elmer	6	CLUBE PEDRO PESSOA	5	00:00:51	INICF
270	Joana Rosa	7	CLUBE PEDRO PESSOA	4	00:00:54	INICF
266	Isabel Luís	8	CLUBE PEDRO PESSOA	3	00:01:00	INICF
18	Camila Fonseca	9	A A CHARN CAPARICA	2	00:01:02	INICF
40	Luna Dias	10	A A CHARN CAPARICA	1	00:01:05	INICF
763	INES PEREIRA	11	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:02:02	INICF
438	JÉSSICA SILVA	12	MONTE KAPA	1	00:02:06	INICF
42	Mafalda Brazão	13	A A CHARN CAPARICA	1	00:02:15	INICF
673	Daniela Nunes	14	F C R DO ROSSÃO	1	00:02:49	INICF
101	Marta Araújo	15	CASA BENFICA SEIXAL	1	00:02:55	INICF
Escalão: INICM						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
351	Vasco Lopes	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:00:13	INICM
25	Fábio Santos	2	A A CHARN CAPARICA	9	00:00:17	INICM
676	Gabriel Abrunhosa	3	F C R DO ROSSÃO	8	00:00:25	INICM
258	Francisco Pombo	4	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:00:28	INICM
580	Duarte Oliveira	5	ASS NAVAL AMORENSE	6	00:00:31	INICM
584	João Oliveira	6	ASS NAVAL AMORENSE	5	00:00:33	INICM
268	DANIEL RUBIO	7	CLUBE PEDRO PESSOA	4	00:00:45	INICM
253	Diogo Pinto	8	CLUBE PEDRO PESSOA	3	00:00:57	INICM
677	Hugo Sequeira	9	F C R DO ROSSÃO	2	00:01:07	INICM
663	Santiago Neto	10	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:02:11	INICM
Escalão: JUVF						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
255	Ema Simão	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:12:25	JUVF
239	Carolina Seleiro	2	CLUBE PEDRO PESSOA	9	00:12:51	JUVF
232	Beatriz Vicente	3	CLUBE PEDRO PESSOA	8	00:13:23	JUVF
243	Catarina Varandinhas	4	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:14:24	JUVF
50	Raquel Conceição	5	A A CHARN CAPARICA	6	00:14:34	JUVF
425	Ana Pires	6	MONTE KAPA	5	00:14:53	JUVF
29	Joana Silva	7	A A CHARN CAPARICA	4	00:16:13	JUVF

718	Liliana Jordão	8	N D JUV LARANJEIRO	3	00:40:32	JUVF
Escalão: JUVF						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
321	Rafael Gonçalves	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:11:10	JUVF
336	Samuel Gonçalves	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:11:17	JUNM
406	Guilherme Correia	2	Liberdade Futebol Clube	9	00:12:02	JUVF
333	Rodrigo Ganância	2	CLUBE PEDRO PESSOA	9	00:11:22	JUNM
19	Cláudio Revés	3	A A CHARN CAPARICA	8	00:12:12	JUVF
45	Mateus Oliveira	4	A A CHARN CAPARICA	7	00:13:31	JUVF
Escalão: SENF						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
228	Andreia Lourenço	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:41:22	SENF
365	Débora Branco	2	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	9	00:48:09	SENF
743	Joana Rolão	3	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	8	00:49:58	SENF
207	Raquel brigas	4	CLUBE PRAÇAS ARMADA	7	00:51:54	SENF
739	Tânia Cunha	5	Serrado Futebol Clube	6	00:58:37	SENF
523	Ana Chocalheiro	6	Run4Fun	5	01:01:44	SENF
213	Sara Magalhaes	7	CLUBE PRAÇAS ARMADA	4	01:02:28	SENF
Escalão: SENM						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
249	David Tavares	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:29:00	SENM
608	Emanuel Rodrigues	2	A NATUREZA ENSINA	9	00:34:30	SENM
744	Nelson Oliveira	3	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	8	00:35:08	SENM
613	João Oliveira	4	A NATUREZA ENSINA	7	00:36:44	SENM
699	Mauro Pereira	5	Individual	6	00:38:17	SENM
601	António Carvalho	6	A NATUREZA ENSINA	5	00:39:23	SENM
31	João Revés	7	A A CHARN CAPARICA	4	00:40:29	SENM
57	Sandro Leitão	8	A A CHARN CAPARICA	3	00:43:00	SENM
575	André Lopes	9	ASS NAVAL AMORENSE	2	00:43:20	SENM
364	David Pires	10	Individual	1	00:43:45	SENM
779	AFONSO SANTOS	11	A A CHARN CAPARICA	1	00:48:25	SENM
387	Rodrigo Jesuino	12	Individual	1	00:49:36	SENM
Escalão: F35						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
186	Laura Grilo	1	CLUBE PRAÇAS ARMADA	11	00:33:50	F35

221	Vera Neto	2	CLUBE PRAÇAS ARMADA	9	00:37:28	F35
629	Cátia Nascimento	3	Correr Lisboa	8	00:38:50	F35
632	Helena Santareno	5	C A A PARQUE DA PAZ	7	00:44:54	F35
642	Ana Guimarães	6	C C R ALTO DO MOÍNH	6	00:47:16	F35
247	Cristina Azevedo	7	CLUBE PEDRO PESSOA	5	00:47:58	F35
775	FILIPA FERNANDES	7	A NATUREZA ENSINA	4	00:48:17	F35
220	Vânia Teixeira	8	CLUBE PRAÇAS ARMADA	3	00:49:43	F35
159	Celia Silveira	12	CLUBE PRAÇAS ARMADA	2	00:50:16	F35
215	Susana Camara	9	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:50:25	F35
690	Célia Pereira	14	Individual	1	00:50:57	F35
713	Vanda Martins	15	Individual	1	00:51:06	F35
546	Sílvia Antunes	10	Serrado Futebol Clube	1	00:51:10	F35
112	ANDREIA SOBRAL	11	C C R ALTO DO MOÍNH	1	00:51:36	F35
776	ANA GRILO	12	A NATUREZA ENSINA	1	00:52:25	F35
47	Otilia Rosado	16	A A CHARN CAPARICA	1	00:54:29	F35
79	Lara Machado	13	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:54:44	F35
700	Natacha Custódio	14	Individual	1	00:56:00	F35
576	Andreia Almeida	15	ASS NAVAL AMORENSE	1	01:00:52	F35
625	Ana Alves	18	C A A PARQUE DA PAZ	1	01:02:24	F35
630	Cláudia Gama	19	C A A PARQUE DA PAZ	1	01:02:26	F35
Escalão: M35						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
218	Valentim silva	1	CLUBE PRAÇAS ARMADA	11	00:30:04	M35
610	Filipe Correia	2	A NATUREZA ENSINA	9	00:31:15	M35
90	Pedro Pelado	3	Clube de Atletismo de Amora	8	00:31:31	M35
229	António Leirão	4	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:32:29	M35
63	Bruno Loureiro	5	A NATUREZA ENSINA	6	00:32:36	M35
165	Fábio Pratas	6	CLUBE PRAÇAS ARMADA	5	00:33:16	M35
166	Fabio teixeira	7	CLUBE PRAÇAS ARMADA	4	00:34:12	M35
392	Sergio Vicente	8	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	3	00:36:18	M35
686	Bruno Carvalho	9	Individual	2	00:37:19	M35
641	Leontino Lampreia	10	CASA BENFICA SEIXAL	1	00:38:32	M35
419	Sergio Palma	11	Liberdade Futebol Clube	1	00:38:45	M35
780	LUIS TABORDA	12	A A CHARN CAPARICA	1	00:38:48	M35
367	Flavio Figueiredo	13	Individual	1	00:40:20	M35
577	Carlos Matos	14	ASS NAVAL AMORENSE	1	00:41:08	M35
707	Rui Guerreiro	15	Individual	1	00:41:32	M35

777	JOAO ANTUNES	16	Run4Fun	1	00:46:41	M35
558	Ivo Rodrigues	17	ACADEMIA ALMADENSE AIRFA	1	00:47:29	M35
696	Joao Ferreira	18	Individual	1	00:57:24	M35
Escalão: M40						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
86	Paulo Benevente	1	C A A PARQUE DA PAZ	11	00:30:17	M40
142	PAULO PONTEIRA	2	Clube de Sargentos da Armada	9	00:31:33	M40
778	HELDER CARMINE	3	A NATUREZA ENSINA	8	00:31:47	M40
671	BRUNO CARVALHO	4	F C R DO ROSSÃO	7	00:32:25	M40
539	Pedro Fernandes	5	Serrado Futebol Clube	6	00:34:08	M40
705	Ricardo Alves	6	Individual	5	00:34:50	M40
765	LUIS SANCHES	7	CLUBE PEDRO PESSOA	4	00:34:55	M40
767	RICARDO OLIVEIRA	8	A NATUREZA ENSINA	3	00:34:58	M40
381	Nuno Almeida	9	Individual	2	00:35:16	M40
685	Bruno Fernandes	10	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:35:18	M40
391	Sérgio Ferreira	11	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	00:35:21	M40
695	Hugo Henriques	12	Individual	1	00:35:47	M40
633	Jorge Saraiva	13	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:35:51	M40
741	Bruno Garcia	14	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	00:37:31	M40
706	Rui Biga	15	Individual	1	00:37:38	M40
704	Pedro Sousa	16	Individual	1	00:37:41	M40
73	Francisco Machado	17	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:37:55	M40
702	Nuno Condeço	18	Individual	1	00:40:34	M40
536	Nuno Lopes	19	Serrado Futebol Clube	1	00:40:46	M40
527	António Jerónimo	20	Serrado Futebol Clube	1	00:42:13	M40
401	Bruno Costa	21	Liberdade Futebol Clube	1	00:42:53	M40
131	DAVID CORREIA	22	Clube de Sargentos da Armada	1	00:43:37	M40
648	Hugo Hilario	23	C D R ÁGUIAS UNIDAS	1	00:44:05	M40
654	Pedro Lopes	24	C D R ÁGUIAS UNIDAS	1	00:45:00	M40
559	Sérgio Madeira	25	ACADEMIA ALMADENSE AIRFA	1	00:47:25	M40
732	Hugo Gato	26	Serrado Futebol Clube	1	00:48:04	M40
397	Alexandre Correia	27	Liberdade Futebol Clube	1	00:54:00	M40
746	Paulo Pina	28	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	01:01:38	M40
720	Fernando cercas	29	Run4Fun	1	01:02:05	M40
Escalão: F45						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão

782	ELSA MAÇÃO	1	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	11	00:38:27	F45
604	Claudia figueiredo	1	A NATUREZA ENSINA	9	00:39:14	F45
645	Ana Amaro	2	C D R ÁGUIAS UNIDAS	8	00:41:16	F45
620	Sofia Pinheiro	3	A NATUREZA ENSINA	7	00:41:52	F45
141	PAULA LEÃO	4	Clube de Sargentos da Armada	6	00:44:17	F45
624	Ana Aragonez	5	C A A PARQUE DA PAZ	5	00:45:37	F45
121	Paula Guerreiro	6	C D R ÁGUIAS UNIDAS	4	00:47:10	F45
611	Florbelia Barros	8	A NATUREZA ENSINA	3	00:48:13	F45
600	Ana Rosario	9	A NATUREZA ENSINA	2	00:48:31	F45
173	Joana Piçarra	10	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:48:38	F45
217	teresa branco	11	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:49:09	F45
617	Paula Simoes	13	A NATUREZA ENSINA	1	00:50:44	F45
158	Célia Afonso	5	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:50:51	F45
357	Ana Gonçalves	8	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	1	00:54:25	F45
71	Elizabeth Silva	10	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:59:31	F45
64	Sandra Varela	17	C A A PARQUE DA PAZ	1	01:01:56	F45
635	Sofia Pereira	11	C A A PARQUE DA PAZ	1	01:02:12	F45
Escalão: M45						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
681	Paulo Albino	1	F C R DO ROSSÃO	11	00:31:24	M45
100	Luciano Contente	2	CASA BENFICA SEIXAL	9	00:32:43	M45
96	Everson Lara	3	CASA BENFICA SEIXAL	8	00:33:44	M45
156	Bruno Esteves	4	CLUBE PRAÇAS ARMADA	7	00:34:37	M45
535	Nelson Lopes	5	Serrado Futebol Clube	6	00:36:23	M45
88	Pedro Gabriel	6	C A A PARQUE DA PAZ	5	00:37:08	M45
144	RICARDO CASTANHO	7	Clube de Sargentos da Armada	4	00:37:23	M45
366	Fernando Francisco	8	Individual	3	00:37:45	M45
651	José Amaro	9	C D R ÁGUIAS UNIDAS	2	00:38:04	M45
537	Nuno Sobral	10	Serrado Futebol Clube	1	00:38:42	M45
171	Horacio Oliveira	11	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:38:57	M45
770	RUI CORREIA	12	A A CHARN CAPARICA	1	00:39:04	M45
447	PEDRO MANAÇAS	13	MONTE KAPA	1	00:39:40	M45
55	Rui Lima	14	A A CHARN CAPARICA	1	00:39:50	M45
658	Miguel Oliveira	15	ASS CORRER LISBOA	1	00:41:41	M45
205	Paulo Lourenço	16	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:41:46	M45
325	Ricardo Venâncio	17	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:41:58	M45
703	Paulo Oliveira	18	Individual	1	00:42:04	M45

118	Miguel Lopes	19	C D R ÁGUIAS UNIDAS	1	00:42:34	M45
540	Pedro Lopes	20	Serrado Futebol Clube	1	00:42:45	M45
532	Joaquim Nascimento	21	Serrado Futebol Clube	1	00:42:47	M45
407	Hugo Oliveira	22	Liberdade Futebol Clube	1	00:42:50	M45
531	Gonçalo Lopes	23	Serrado Futebol Clube	1	00:43:04	M45
619	Ruben Costa	24	A NATUREZA ENSINA	1	00:43:11	M45
543	Rui Castanheira	25	Serrado Futebol Clube	1	00:43:41	M45
606	DAVID ROSA	26	A NATUREZA ENSINA	1	00:45:10	M45
628	Carlos Aragonez	27	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:45:29	M45
590	Luis Faustino	28	ASS NAVAL AMORENSE	1	00:45:53	M45
528	Fernando Ferreira	29	Serrado Futebol Clube	1	00:47:34	M45
650	Jorge Barros	30	C D R ÁGUIAS UNIDAS	1	00:48:22	M45
773	ANTONIO ABREU	31	A A CHARN CAPARICA	1	00:49:22	M45
378	Nuno Fernandes	32	Individual	1	00:49:49	M45
187	Luis conceição	33	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:53:26	M45
463	Samora Lobo	34	N D JUV LARANJEIRO	1	01:08:24	M45
Escalão: M50						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
256	Eusebio Rosa	1	CLUBE PEDRO PESSOA	11	00:32:21	M50
34	José Santos	2	A A CHARN CAPARICA	9	00:33:08	M50
70	Eduardo Lourenço	3	C A A PARQUE DA PAZ	8	00:33:12	M50
318	Pedro Lopes	4	CLUBE PEDRO PESSOA	7	00:35:54	M50
78	Jose serrano	5	C A A PARQUE DA PAZ	6	00:36:05	M50
62	Paulo Almeida	6	ACADEMIA ALMADENSE AIRFA	5	00:36:07	M50
446	PAULO MANAÇAS	7	MONTE KAPA	4	00:38:11	M50
649	Joao Carvalho	8	C D R ÁGUIAS UNIDAS	3	00:40:08	M50
687	Cândido Poças	9	Individual	2	00:40:31	M50
138	JOSÉ GOUVEIA	10	Clube de Sargentos da Armada	1	00:40:53	M50
284	Luis Natal	11	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:41:25	M50
85	Nuno Gomes	12	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:42:20	M50
709	Sérgio Mónica	13	Individual	1	00:43:15	M50
278	José Seleiro	14	CLUBE PEDRO PESSOA	1	00:44:01	M50
626	Antonio Silva	15	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:45:06	M50
80	Luis Roque	16	C A A PARQUE DA PAZ	1	00:45:23	M50
48	Paulo Revés	17	A A CHARN CAPARICA	1	00:46:04	M50
533	Luís Costa	18	Serrado Futebol Clube	1	00:47:05	M50
162	Domingos Gato	19	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:48:42	M50

196	Manuel Rego	20	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:48:52	M50
616	Mário Ramalho	21	A NATUREZA ENSINA	1	00:50:47	M50
202	Nuno Simão	22	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:51:26	M50
769	Eduardo Lopes	23	A A CHARN CAPARICA	1	00:53:28	M50
721	José Almas	24	Run4Fun	1	01:02:08	M50
Escalão: F55						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
104	Selma Silva	2	CASA BENFICA SEIXAL	11	00:43:54	F55
615	Linda Silva	3	A NATUREZA ENSINA	9	00:44:11	F55
139	MAGNIFICA ALVAREDO	4	Clube de Sargentos da Armada	8	00:49:05	F55
644	ROSA AFONSO	6	C C R ALTO DO MOÍNH	7	00:51:03	F55
647	Helena Cunha	7	C D R ÁGUIAS UNIDAS	6	00:52:19	F55
745	Ondina Marques	9	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	5	00:58:10	F55
631	Cristina Neves	12	C A A PARQUE DA PAZ	4	01:09:54	F55
Escalão: M55						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
688	Carlos Alves	1	BEJA ATLÉTICO CLUBE	11	00:30:48	M55
441	LUIS GOUVEIA	2	MONTE KAPA	9	00:32:32	M55
177	João Correia	3	CLUBE PRAÇAS ARMADA	8	00:33:01	M55
178	João Rebelo	4	CLUBE PRAÇAS ARMADA	7	00:37:25	M55
151	António Almeida	5	CLUBE PRAÇAS ARMADA	6	00:37:34	M55
153	Antonio Branco	6	CLUBE PRAÇAS ARMADA	5	00:39:34	M55
774	JUSTINIANO SILVA	7	CASA BENFICA SEIXAL	4	00:40:40	M55
81	Luis Pires	8	C A A PARQUE DA PAZ	3	00:41:27	M55
748	Sérgio Simões	9	União Recreativa e Juventude de Fernão Ferro	2	00:42:08	M55
421	Emílio Gonçalves	10	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:46:45	M55
175	João Santos	11	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:46:49	M55
710	Sérgio Dias	12	Individual	1	00:50:54	M55
548	Vitor Soares	13	Serrado Futebol Clube	1	01:02:15	M55
538	Paulo Costa	14	Serrado Futebol Clube	1	01:03:34	M55
Escalão: M60						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
113	Agostinho Gonçalves	1	C D R ÁGUIAS UNIDAS	11	00:36:56	M60
618	Pedro Gomes	2	A NATUREZA ENSINA	9	00:36:58	M60
208	Raul Rodrigues	3	CLUBE PRAÇAS ARMADA	8	00:40:51	M60
637	Vitor Marques	4	C A A PARQUE DA PAZ	7	00:46:11	M60

152	ANTONIO BARBOSA	5	CLUBE PRAÇAS ARMADA	6	00:47:39	M60
662	Luis Gutierrez	6	CLUBE PRAÇAS ARMADA	5	00:48:47	M60
772	JOSE FREITAS	7	A A CHARN CAPARICA	4	00:49:29	M60
717	Joaquim Delgado	8	N D JUV LARANJEIRO	3	00:50:33	M60
Escalão: M65						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
69	Carlos Mendes	1	C A A PARQUE DA PAZ	11	00:35:11	M65
180	Joaquim Figueiredo	2	CLUBE PRAÇAS ARMADA	9	00:37:06	M65
193	Manuel Amaro	3	CLUBE PRAÇAS ARMADA	8	00:39:45	M65
602	António Nascimento	4	A NATUREZA ENSINA	7	00:41:35	M65
195	Manuel Jacinto	5	CLUBE PRAÇAS ARMADA	6	00:42:37	M65
32	José Lança	6	A A CHARN CAPARICA	5	00:43:08	M65
127	ÁLVARO JORGE	7	Clube de Sargentos da Armada	4	00:49:02	M65
751	Mário Carvalho	8	C D R ÁGUIAS UNIDAS	3	00:51:29	M65
Escalão: M70						
Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
145	Adolfo Loureiro	1	CLUBE PRAÇAS ARMADA	11	00:40:37	M70
119	Mira José	2	C D R ÁGUIAS UNIDAS	9	00:41:10	M70
115	Antonio Ribeiro	3	C D R ÁGUIAS UNIDAS	8	00:42:42	M70
14	Armando Correia	4	A A CHARN CAPARICA	7	00:43:48	M70
120	Orlindo Figueiredo	5	C D R ÁGUIAS UNIDAS	6	00:44:08	M70
627	Armando Gonçalves	6	C A A PARQUE DA PAZ	5	00:44:24	M70
117	José Pulido	7	C D R ÁGUIAS UNIDAS	4	00:46:54	M70
442	MANUEL FLOR	8	MONTE KAPA	3	00:47:00	M70
698	Joaquim Fernandes	9	C A A PARQUE DA PAZ	2	00:47:51	M70
750	António Marques	10	C D R ÁGUIAS UNIDAS	1	00:52:22	M70
150	ANTÓNIO BOLRA	11	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:54:21	M70
170	Helio Godinho	12	CLUBE PRAÇAS ARMADA	1	00:56:27	M70
65	Amílcar Pova	13	C A A PARQUE DA PAZ	1	01:03:29	M70
458	António Mestre	14	N D JUV LARANJEIRO	1	01:08:30	M70