



# Campeonatos Nacionais de Estrada

FPA **COMPETIÇÕES**

Viana do Castelo - 24/09/2023

## 10 km S20 | SUB-20 - F | Dia 1

### Série 1

1	Diana Fernandes	2004	SUB-20	U DESP DA VÁRZEA	0:35:57
2	Beatriz Rocha	2005	SUB-20	MAIA A C	0:36:21
3	Beatriz Pereira	2004	SUB-20	MAIA A C	0:38:39
4	Maria Avelino	2005	SUB-20	MAIA A C	0:38:40
5	Beatriz Azevedo	2005	SUB-20	SPORTING C P	0:39:00
6	Margarida Oliveira	2004	SUB-20	C DESP FEIRENSE	0:40:04
7	Lara Costa	2004	SUB-20	ARADA ATLÉTICO CLUBE	0:40:49
8	Matilde Branco	2005	SUB-20	SPORTING C P	0:42:15
9	Joana Ferreira	2004	SUB-20	LIBERDADE F C	0:46:49
10	Ana Faria	2005	SUB-20	E A ROSA OLIVEIRA	0:48:23
11	Carolina Dias	2005	SUB-20	SPORTING C P	0:48:35

## 10 km Absolutos | SUB-23 a MASTER - F | Dia 1

### Série 1

1	Mariana Machado	2000	SEN	S CLUBE DE BRAGA	0:33:28
2	Ana Ferreira	1988	M 35	SPORTING C P	0:33:31
3	Solange Jesus	1987	M 35	C DESP FEIRENSE	0:33:38
4	Catarina Ribeiro	1990	SEN	SPORTING C P	0:33:39
5	Fancy Cheron	2001	SUB-23	KEN SPORTING C P	0:33:41
6	Mónica Silva	1983	M 35	S C SALGUEIROS	0:33:43
7	Susana Godinho	1992	SEN	C DESP FEIRENSE	0:34:01
8	Vanessa Carvalho	1991	SEN	S CLUBE DE BRAGA	0:34:17
9	Rafaela Fonseca	1983	M 35	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:34:21
10	Carla Martinho	1976	M 45	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:34:29
11	Joana Ferreira	1997	SEN	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:34:33
12	Sara Moreira	1985	M 35	C DESP FEIRENSE	0:34:48
13	Laura Silva	1984	M 35	C D S SALVADOR CAMPO	0:35:25
14	Beatriz Fernandes	2002	SUB-23	S CLUBE DE BRAGA	0:35:28
15	Rita Figueiredo	2003	SUB-23	SPORTING C P	0:35:33
16	Sara Duarte	1999	SEN	S CLUBE DE BRAGA	0:35:34
17	Ana Marinho	2003	SUB-23	C D S SALVADOR CAMPO	0:36:00
18	Susana Francisco	1991	SEN	SPORTING C P	0:36:14
19	Mónica Silva	2000	SEN	C D S SALVADOR CAMPO	0:36:23
20	Sara Carvalho	1988	M 35	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:36:46
21	Joana Fonseca	1987	M 35	C DESP FEIRENSE	0:36:48
22	Susana Cunha	1988	M 35	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:36:57
23	Joana Nunes	1985	M 35	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:37:02
24	Sara Neto	1989	SEN	C F OS BELENENSES	0:37:44
25	Mafalda Oliveira	1992	SEN	C DESP C S LAVRA	0:37:54
26	Maria Bernardo	1999	SEN	INDIVIDUAL - GUARDA	0:37:57
27	Raquel Sampaio	2002	SUB-23	U DESP DA VÁRZEA	0:38:12
28	Neide Dias	1987	M 35	C DESP FEIRENSE	0:38:19
29	Mariana Santos	2001	SUB-23	CLUBE PEDRO PESSOA	0:38:30
30	Susana Vilela	1983	M 40	C DESP C S LAVRA	0:38:38
31	Verónica José	2003	SUB-23	MOZ SPORTING C P	0:38:44
32	Jessara Xavier	2000	SEN	CPV RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:38:55
33	Beatriz Rios	2003	SUB-23	SPORTING C P	0:39:08
34	Daniela Gregório	1994	SEN	E ATLETISMO TROFA	0:39:11
35	Anabela Aguiar	1998	SEN	F C PENAFIEL	0:39:23
36	Tânia Cruz	1986	M 35	A C R SRA DESTERRO	0:39:32
37	Sabina Neca	1976	M 45	A C R SRA DESTERRO	0:39:42
38	Diana Soares	1992	SEN	GRECAS - VAGOS	0:39:43
39	Joana Gomes	1989	SEN	OLÍMPICO VIANENSE	0:41:08
40	Tânia Fernandes	1985	M 35	CA MACEDO CAVALEIROS	0:41:09

41	Sílvia Silva	1993	SEN	Q TRILHO RUNNING	0:41:11
42	Sara Ribeiro	1993	SEN	OLÍMPICO VIANENSE	0:41:12
43	Ana Moreira	1993	SEN	MACIEIRA ATLETISMO	0:41:12
44	Carolina Ribeiro	2003	SUB-23	RECREIO DESP ÁGUEDA	0:41:46
45	Justyna Wojcik	1984	M 35	POL C DESP C S LAVRA	0:41:56
46	Tânia Silva	1988	M 35	LIBERDADE F C	0:41:59
47	Carla Almeida	1988	M 35	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:42:22
48	Marta Caeiro	1989	SEN	RUNRIVER - RIO TINTO	0:42:54
49	Lia Lemos	2001	SUB-23	S CLUBE DE BRAGA	0:43:01
50	Ana Silva	1998	SEN	E ATLETISMO TROFA	0:43:07
51	Liliana Campos	1984	M 35	RUNRIVER - RIO TINTO	0:43:58
52	Filipa Diamantino	2002	SUB-23	C DESP C S LAVRA	0:44:27
53	Camila João	1989	SEN	C ESCOLA ESTREITO	0:44:30
54	Joana Santos	2003	SUB-23	C DESP FEIRENSE	0:44:40
55	Mónica Domingos	1991	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:45:03
56	Sara Lobo	1995	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:45:06
57	Bárbara Abreu	1993	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:46:03
58	Cátia Teixeira	1989	SEN	A C R SRA DESTERRO	0:46:26
59	Marina Teles	1992	SEN	F C PENAFIEL	0:46:41
60	Bianca Albuquerque	1992	SEN	BRA G C BRAGANÇA	0:46:57
61	Catarina Pereira	1995	SEN	A CLUBE ALFENENSE	0:47:20
62	Beatriz Moura	2001	SUB-23	G D R JUV RIBEIRAS	0:47:36
63	Mara Calado	1996	SEN	CA MACEDO CAVALEIROS	0:47:40
64	Lisa Diegues	1993	SEN	G C BRAGANÇA	0:48:08
65	Ana Cruz	1999	SEN	E ATLETISMO TROFA	0:48:49
66	Catarina Lopes	1991	SEN	G C BRAGANÇA	0:49:02
67	Bárbara Medeiros	2001	SUB-23	S C SALGUEIROS	0:49:03
68	Sara Teixeira	1997	SEN	S C SALGUEIROS	0:49:04
69	Itala Marx	1991	SEN	BRA G C BRAGANÇA	0:50:39
70	Vera Refega	1989	SEN	CA MACEDO CAVALEIROS	0:51:58
71	Daniela Soares	1980	M 40	RUNRIVER - RIO TINTO	0:52:20
72	Susete Faria	1982	M 40	C ESCOLA ESTREITO	0:53:45
73	Ana Melo	1989	SEN	NÚCLEO SCP TERCEIRA	0:55:15
74	Sara Machado	1995	SEN	N BARROSAS AMADOR	0:56:09
75	Rafaela Faria	1995	SEN	G JUV VILA DE PUNHE	0:56:23
76	Nicole Andrade	1985	M 35	C ESCOLA ESTREITO	0:56:33
77	Vanessa Caires	1979	M 40	C ESCOLA ESTREITO	0:56:46
78	Sofia Jacinto	1987	M 35	A R ALFANDEGUENSE	0:57:18
79	Daniela Costa	2002	SUB-23	LIBERDADE F C	0:57:33
80	Sofia Santos	1980	M 40	C ESCOLA ESTREITO	0:58:38
81	Ana Reis	1992	SEN	LIBERDADE F C	1:01:09

## 10 km Veteranos | MASTER - F | Dia 1

### Série 1

1	Liliana Rocha	1979	M 40	MAIA A C	0:38:05
2	Cecília Mouta	1982	M 40	M JUVENTUDE MERELIM	0:39:22
3	Sandra Ferreira	1980	M 40	G D C GUILHOVAI	0:40:11
4	Estela Melo	1976	M 45	U DESP DA VÁRZEA	0:40:15
5	Mónica Ferreira	1977	M 45	S C SALGUEIROS	0:40:19
6	Ana Eustáquio	1978	M 45	C P T SOBRAL CEIRA	0:41:07
7	Rita Rosa	1983	M 40	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:41:17
8	Lucinda Moreiras	1968	M 55	CA MACEDO CAVALEIROS	0:41:29
9	Elisabete Nunes	1973	M 50	S C SALGUEIROS	0:42:06
10	Teresa Bernardo	1968	M 55	N S LEÕES FRONTEIRA	0:42:17
11	Célia Alves	1978	M 45	A R CASAENSE - EAC	0:42:26
12	Deonilde Costa	1974	M 45	A CLUBE VERMOIL	0:43:09
13	Inês Martins	1986	M 35	C P T Bº CARCAVELOS	0:43:10



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

100 ANOS  
1921 - 2021

14	Célia Barbosa	1986	M 35	F C PENAFIEL	0:43:16
15	Magda Reina	1980	M 40	N BARROSAS AMADOR	0:43:20
16	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL A NATUREZA ENSINA	0:44:30
17	Elsa Miranda	1978	M 45	A NATUREZA ENSINA	0:44:51
18	Anabela Silva	1975	M 45	E A ROSA OLIVEIRA	0:45:01
19	Helena Santos	1968	M 55	A CLUBE ALFENENSE	0:45:32
20	Andreia Branco	1981	M 40	G JUV VILA DE PUNHE	0:45:36
21	Guilhermina Rebola	1974	M 45	GRUPO DESP DIANA	0:45:50
22	Elisabete Macedo	1981	M 40	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:46:10
23	Antónia Jordão	1977	M 45	A NATUREZA ENSINA	0:46:17
24	Fátima Dantas	1962	M 60	G JUV VILA DE PUNHE	0:46:17
25	Fátima Paz	1978	M 40	N BARROSAS AMADOR	0:46:22
26	Marlene Martins	1979	M 40	G D R DA GRANJA	0:46:24
27	Mónica Rodrigues	1975	M 45	N BARROSAS AMADOR	0:46:27
28	Alexandra Portela	1970	M 50	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:46:38
29	Matilde Baptista	1966	M 55	JUVENTUDE MOZELENSE	0:46:45
30	Marlene Ferreira	1976	M 45	N BARROSAS AMADOR	0:46:53
31	Alexandra Vieira	1969	M 50	NÚCLEO SCP TERCEIRA	0:46:54
32	Carla Varandas	1983	M 35	S C SALGUEIROS	0:46:58
33	Dora Serra	1975	M 45	A R CASAENSE - EAC	0:46:59
34	Rosa Pinto	1961	M 60	NASCIDOS PARA CORRER	0:47:02
35	Marlene Puga	1983	M 40	ESCOLA DESP LIMIANA	0:47:07
36	Maria Carvalho	1987	M 35	A R CASAENSE - EAC	0:47:09
37	Raquel Vasconcelos	1978	M 45	S C SALGUEIROS	0:47:31
38	Deolinda Oliveira	1968	M 55	E ATLETISMO TROFA	0:47:36
39	Carla Conceição	1970	M 50	BEJA ATLÉTICO CLUBE	0:47:38
40	Aida Pereira	1982	M 40	N BARROSAS AMADOR	0:48:08
41	Delfina Rompante	1964	M 55	A FIGUEIREDO RUNNERS	0:48:15
42	Cláudia Borralho	1973	M 45	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:48:49
43	Ana Rosário	1972	M 50	A NATUREZA ENSINA	0:49:15
44	Sandra Campos	1977	M 45	C SPIRIDON DE GAIA	0:49:20
45	Raquel Azevedo	1983	M 35	G D R JUV RIBEIRAS	0:49:20
46	Sandra Matos	1974	M 45	A R L V GONDOMARENSE	0:49:40
47	Ana Moreira	1973	M 50	A R ALFANDEGUENSE	0:50:06
48	Rute Oliveira	1977	M 45	GRUPO DESP DIANA	0:50:18
49	Luísa Calado	1976	M 45	NÚCLEO SCP TERCEIRA	0:50:22
50	Ana Pereira	1976	M 45	G C BRAGANÇA	0:50:31
51	Anabela Bordalo	1971	M 50	G C BRAGANÇA	0:50:54
52	Carla Duarte	1977	M 45	CORONADO RUNNERS	0:51:03
53	Lúcia Rodrigues	1987	M 35	C D C NAVAIS	0:53:24
54	Adélia Sendas	1973	M 50	G C BRAGANÇA	0:53:31
55	Paula Gonçalves	1970	M 50	C D C NAVAIS	0:54:06
56	Renata Almeida	1981	M 40	LIBERDADE F C	0:56:07
57	Gabriela Santos	1974	M 45	GD MATA	0:58:20
58	Alexandra Reboredo	1967	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:58:38
59	Denise Sene	1963	M 60	BRA GD MATA	1:00:36
60	Vanda Augusto	1954	M 65	A NATUREZA ENSINA	1:00:55
61	Hermínia Pereira	1963	M 60	C D S SALVADOR CAMPO	1:01:16
62	Odete Morim	1981	M 40	C D C NAVAIS	1:02:21
63	Lúcia Nunes	1968	M 55	S C SALGUEIROS	1:02:41
64	Ilda Sá	1970	M 50	PENTA CLUBE COVILHã	1:03:22
65	Joaquina Flores	1940	M 80	C C R ALTO DO MOINHO	1:04:05
66	Dulce Leal	1975	M 45	GD MATA	1:04:18
67	Maria Fernandes	1952	M 70	S S T S JOãO MADEIRA	1:05:32
68	Alexandra Gonçalves	1975	M 45	G D R JUV RIBEIRAS	1:08:32

#### 10 km Adaptado | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

##### Série 1

1	Dina Oliveira	1979	M 40	A NATUREZA ENSINA	0:42:57
2	Joana Silva	2001	SUB-23	C SPIRIDON DE GAIA	0:58:19

#### 10 km S20 | SUB-20 - M | Dia 1

##### Série 1

1	João Azevedo	2005	SUB-20	E A ROSA OLIVEIRA	0:31:31
2	João Santos	2004	SUB-20	SPORTING C P	0:31:48
3	João Vaz	2004	SUB-20	SPORTING C P	0:32:00
4	Rui Mineiro	2005	SUB-20	SPORTING C P	0:32:08
5	Esménio Beirão	2004	SUB-20	MOZ SPORTING C P	0:32:15
6	Rodrigo Martins	2005	SUB-20	SPORTING C P	0:33:09
7	Alex Macuácuca	2004	SUB-20	MOZ SPORTING C P	0:33:19
8	João Rodrigues	2004	SUB-20	E A ROSA OLIVEIRA	0:33:20
9	Evandro Pires	2005	SUB-20	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:33:48
10	José Pinto	2004	SUB-20	F C VIZELA	0:34:01
11	Pedro Lacerda	2005	SUB-20	GRUPO DESP DIANA	0:34:27
12	Miguel Massaça	2004	SUB-20	SPORTING C P	0:34:28
13	Gabriel Pereira	2005	SUB-20	JUV DESP NEVES	0:35:00
14	Leandro Gonçalves	2005	SUB-20	E A ROSA OLIVEIRA	0:35:03
15	Eduardo Salazar	2004	SUB-20	LIBERDADE F C	0:35:06
16	Gabriel Leite	2004	SUB-20	F C VIZELA	0:36:29
17	Rodrigo Pepe	2004	SUB-20	PENTA CLUBE COVILHã	0:36:53
18	Pedro Castro	2005	SUB-20	E A ROSA OLIVEIRA	0:38:34
19	Leandro Pereira	2004	SUB-20	G D C GUILHOVAI	0:38:58
20	Diogo Ferreira	2005	SUB-20	N BARROSAS AMADOR	0:40:24
21	Francisco Oliveira	2005	SUB-20	PENTA CLUBE COVILHã	0:42:47
22	Pedro Sousa	2005	SUB-20	G JUV VILA DE PUNHE	0:43:07
23	Francisco Gaudêncio	2005	SUB-20	N BARROSAS AMADOR	0:43:09
24	Cláudio Ferreira	2004	SUB-20	N BARROSAS AMADOR	0:44:31
25	Tiago Gonçalves	2004	SUB-20	CA MACEDO CAVALEIROS	0:47:37
26	Pedro Rodrigues	2004	SUB-20	G JUV VILA DE PUNHE	0:51:53
27	Rúben Ferreira	2005	SUB-20	N BARROSAS AMADOR	0:53:00

#### 10 km Absolutos | SUB-23 a MASTER - M | Dia 1

##### Série 1

1	Vincent Rono	1990	SEN	KEN	SPORTING C P	0:28:52
2	Hélio Gomes	1984	M 35		SPORTING C P	0:29:00
3	Bernardo Rocha	2000	SEN		S C SALGUEIROS	0:29:12
4	Rui Pinto	1992	SEN		SPORTING C P	0:29:16
5	João Pereira	1996	SEN		SPORTING C P	0:29:36
6	Davide Silva	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	0:29:37
7	Iskander Iadgarov	1991	SEN	RUS	AC FERNANDA RIBEIRO	0:29:38
8	Fernando Serrão	1993	SEN		SPORTING C P	0:29:40
9	Miguel Marques	1995	SEN		SPORTING C P	0:29:45
10	Paulo Barbosa	1994	SEN		S CLUBE DE BRAGA	0:29:50
11	Nuno Lopes	1987	M 35		C DESP FEIRENSE	0:29:56
12	Miguel Ribeiro	1987	M 35		OLÍMPICO VIANENSE	0:30:05
13	Rui Teixeira	1982	M 40		SPORTING C P	0:30:08
14	Ricardo Pereira	1990	SEN		A C D JARDIM SERRA	0:30:09
15	Ricardo Fonseca	1997	SEN		U F C TOMAR	0:30:12
16	Luís Oliveira	1999	SEN		S L BENFICA	0:30:13
17	Diogo Rosário	2000	SEN		S CLUBE DE BRAGA	0:30:15
18	João Almeida	1996	SEN		RECREIO DESP ÁGUEDA	0:30:17
19	Anton Tishakin	1988	M 35	RUS	AC FERNANDA RIBEIRO	0:30:20
20	Hermano Ferreira	1982	M 40		A R CASAENSE - EAC	0:30:23
21	Roberto Ladeiras	1992	SEN		VITÓRIA F C	0:30:25
22	João Pais	2002	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	0:30:26
23	Luís Saraiva	1993	SEN		S CLUBE DE BRAGA	0:30:37
24	Rúben Pires	2003	SUB-23		U DESP DA VÁRZEA	0:30:44
25	Samuel Freire	1990	SEN	CPV	VITÓRIA F C	0:30:46
26	Alexandre Venâncio	1998	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	0:30:46
27	Rui Muga	1984	M 35		CA MACEDO CAVALEIROS	0:30:50
28	Rafael Lopes	2000	SEN		C DESP FEIRENSE	0:30:56



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

100 ANOS  
1921 - 2021

29	Carlos Rodrigues	1993	SEN	A C R VALE DE CAMBRA	0:31:06	90	Nuno Gabriel	1989	SEN	VITÓRIA S C	0:35:18
30	Fábio Oliveira	1990	SEN	G D C GUILHOVAI	0:31:11	91	André Natário	2001	SUB-23	VIZELA CORRE	0:35:20
31	João Valente	1993	SEN	U F C TOMAR	0:31:14	92	Leonel Barros	1988	M 35	VIZELA CORRE	0:35:24
32	Hugo Santos	1990	SEN	S C SALGUEIROS	0:31:15	93	Nuno Machado	1983	M 40	F C VIZELA	0:35:30
33	Vítor Oliveira	1981	M 40	G D C GUILHOVAI	0:31:18	94	Alfredo Fernandes	2002	SUB-23	VITÓRIA S C	0:35:36
34	Carlos Lopes	1981	M 40	CA MACEDO CAVALEIROS	0:31:21	95	Pedro Lopes	1990	SEN	U F C TOMAR	0:35:39
35	Ricardo Pedra	2002	SUB-23	OLÍMPICO VIANENSE	0:31:24	96	Flávio Costa	1991	SEN	VIZELA CORRE	0:35:41
36	Zacarias Siteo	1994	SEN	MOZ SPORTING C P	0:31:27	97	Luciano Faria	1989	SEN	G DESP CASTELENSE	0:35:43
37	Pedro Saldanha	2001	SUB-23	A R CASAENSE - EAC	0:31:28	98	Ricardo Sousa	1997	SEN	PENTA CLUBE COVILHã	0:35:52
38	João Trigueiros	1996	SEN	S C ESPINHO	0:31:32	99	Luís Santos	1979	M 40	G D C CASTELO PAIVA	0:35:54
39	José Vieira	1997	SEN	G D C CASTELO PAIVA	0:31:36	100	Diogo Miguéis	1991	SEN	S C ESPINHO	0:35:56
40	Duarte Santos	2003	SUB-23	SPORTING C P	0:31:38	101	Adalberto Furtado	1990	SEN	C DESP FEIRENSE	0:35:58
41	Paulo Macedo	1993	SEN	A C D JARDIM SERRA	0:31:38	102	João Pontes	1990	SEN	GRUPO REC EIRENSE	0:36:02
42	João Fontão	1996	SEN	S CLUBE DE BRAGA	0:31:40	103	Samuel Limpinho	1993	SEN	A CLUBE VERMOIL	0:36:04
43	Lourenço Ferreira	2003	SUB-23	SPORTING C P	0:31:43	104	António Curto	1998	SEN	A C R SRA DESTERRO	0:36:08
44	Afonso Simão	1998	SEN	C ATLETISMO DE SEIA	0:31:52	105	João Alves	1988	M 35	VITÓRIA S C	0:36:12
45	Vasco Ferreira	1987	M 35	F C VIZELA	0:31:53	106	Bruno Freitas	1981	M 40	A C R VALE DE CAMBRA	0:36:15
46	Eurico Pereira	1998	SEN	U DESP DA VárZEA	0:31:56	107	André Melo	1990	SEN	CA MACEDO CAVALEIROS	0:36:17
47	Lucas Silva	1999	SEN	SPORTING C P	0:31:58	108	Paulo Rosário	1994	SEN	S CLUBE DE BRAGA	0:36:23
48	Pedro Alves	1993	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:31:59	109	Nuno Carvalho	1995	SEN	REALENSE F C	0:36:26
49	Filipe Ferreira	1989	SEN	A C R VALE DE CAMBRA	0:32:02	110	Eusébio Oliveira	1993	SEN	S C SALGUEIROS	0:36:40
50	Nuno Fernandes	1997	SEN	C ATLETISMO DE SEIA	0:32:09	111	Diogo Abreu	1992	SEN	A C D JARDIM SERRA	0:36:46
51	Bruno Carvalho	1984	M 35	INDIVIDUAL - BRAGA	0:32:15	112	Marco Pinho	1993	SEN	A C R VALE DE CAMBRA	0:37:01
52	Paulo Mendes	1992	SEN	C ATLETISMO DE SEIA	0:32:15	113	André Machado	1991	SEN	VITÓRIA S C	0:37:04
53	Isaias Gomes	1994	SEN	VITÓRIA F C	0:32:16	114	Tiago Nunes	2003	SUB-23	N BARROSAS AMADOR	0:37:05
54	Pedro Arsénio	1982	M 40	A R CASAENSE - EAC	0:32:18	115	Tiago Rosas	2001	SUB-23	S C ESPINHO	0:37:05
55	Eduardo Pestana	2002	SUB-23	A C D JARDIM SERRA	0:32:19	116	João Chumbo	1993	SEN	CA MACEDO CAVALEIROS	0:37:12
56	José Carvalho	1977	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:32:24	117	David Silva	2001	SUB-23	PENTA CLUBE COVILHã	0:37:19
57	Amado Martins	1999	SEN	G D C GUILHOVAI	0:32:28	118	Tiago Cardoso	1996	SEN	C SPIRIDON DE GAIA	0:37:21
58	João Carvalho	1994	SEN	S C SALGUEIROS	0:32:30	119	Lucas Zafanelli	1992	SEN	BRA G C BRAGANÇA	0:37:29
59	Tiago Madureira	1989	SEN	C DESP FEIRENSE	0:32:33	120	João Melgo	1999	SEN	G C BRAGANÇA	0:37:33
60	Luís Contente	1989	SEN	C D S SALVADOR CAMPO	0:32:40	121	João Marques	2002	SUB-23	C DESP C S LAVRA	0:37:39
61	Fábio Barbosa	1991	SEN	ADM CANAVESES 09	0:32:43	122	Adelino Fernandes	1964	M 55	INDIVIDUAL - BRAGA	0:37:49
62	Nuno Carraça	1989	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:32:54	123	Sérgio Lopes	1988	M 35	GRUPO REC EIRENSE	0:37:58
63	Nuno Alves	2002	SUB-23	C DESP FEIRENSE	0:32:56	124	Rui Freitas	1992	SEN	S C SALGUEIROS	0:38:18
64	André Pais	1998	SEN	C ATLETISMO TONDELA	0:32:58	125	Rúben Santarém	2002	SUB-23	FUT CLUBE VINHAIS	0:38:19
65	João Costa	1993	SEN	VITÓRIA S C	0:33:07	126	Pedro Bessa	1998	SEN	PRIME RUNNING CLUB	0:38:23
66	Helder Santos	1983	M 35	C DESP FEIRENSE	0:33:10	127	Helder Narciso	1992	SEN	G C BRAGANÇA	0:38:39
67	Cláudio Paulinho	1981	M 40	INDIVIDUAL - LISBOA	0:33:15	128	Nuno Silva	1981	M 40	G D C CASTELO PAIVA	0:38:49
68	Bruno Abreu	1990	SEN	VITÓRIA S C	0:33:17	129	Diogo Ferreira	2003	SUB-23	NK ATLETISMO RORIZ	0:38:55
69	Nuno Pereira	1986	M 35	CA MACEDO CAVALEIROS	0:33:21	130	Rui Carneiro	1992	SEN	C A DE SANTO TIRSO	0:39:02
70	Fábio Abrantes	1990	SEN	GRUPO REC EIRENSE	0:33:24	131	Ricardo Pereira	2000	SEN	S C ESPINHO	0:39:13
71	Rui Oliveira	2002	SUB-23	E A ROSA OLIVEIRA	0:33:25	132	Nuno Nascimento	2002	SUB-23	S C SALGUEIROS	0:39:16
72	Miguel Vieira	1996	SEN	M JUVENTUDE MERELIM	0:33:30	133	Nelson Videira	1983	M 40	A R ALFANDEGUENSE	0:39:34
73	Rui Fernandes	1997	SEN	E A ROSA OLIVEIRA	0:33:36	134	Rui Silva	1978	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:39:41
74	Pedro Rodrigues	1978	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:33:39	135	Pedro Gomes	2001	SUB-23	C P T Bº CARCAVELOS	0:39:43
75	Rui Borges	1996	SEN	C ATLETISMO DE SEIA	0:33:45	136	Nuno Silva	1998	SEN	C D C NAVAIS	0:40:01
76	Paulo Oliveira	2000	SEN	DRAGONCLUB	0:33:49	137	António Rodrigues	1984	M 35	MARATONA VILA CHã	0:40:05
77	Filipe Rebelo	1995	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:33:52	138	Rui Rodrigues	1979	M 40	G D C CASTELO PAIVA	0:40:13
78	Daniel Silva	1993	SEN	RUNRIVER - RIO TINTO	0:33:59	139	António Moura	1992	SEN	S C SALGUEIROS	0:40:13
79	João Casal	1999	SEN	G D C GUILHOVAI	0:34:04	140	Daniel Ferreira	1992	SEN	G D São PAIO OLEIROS	0:40:18
80	Carlos Bessa	1991	SEN	F C VIZELA	0:34:05	141	Virgílio Figueiredo	1969	M 50	MARATONA VILA CHã	0:40:21
81	Décio Abreu	1985	M 35	A C D JARDIM SERRA	0:34:13	142	Rui Torres	1998	SEN	ASS MONDIM ATLETISMO	0:40:31
82	Tiago Pinho	1987	M 35	A C R VALE DE CAMBRA	0:34:19	143	Hermínio Martins	1958	M 65	A C R SRA DESTERRO	0:40:37
83	Vasco Marta	1991	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:34:20	144	Bruno Queirós	1992	SEN	A C R VALE DE CAMBRA	0:40:39
84	Ricardo Barros	1987	M 35	S C ESPINHO	0:34:29	145	João Magalhães	2003	SUB-23	MACIEIRA ATLETISMO	0:40:40
85	Hugo Moreira	1988	M 35	S C ESPINHO	0:34:32	146	Ivo Gonçalves	1999	SEN	G JUV VILA DE PUNHE	0:40:54
86	Vítor Barbosa	1980	M 40	G D C CASTELO PAIVA	0:34:39	147	Marco Valente	1994	SEN	G D R JUV RIBEIRAS	0:41:06
87	Lourenço Ferreira	2003	SUB-23	C D S SALVADOR CAMPO	0:34:56	148	Tiago Silva	2002	SUB-23	E A ROSA OLIVEIRA	0:41:58
88	Braima Dabó	1993	SEN	GBS G C BRAGANÇA	0:35:06	149	João Saldanha	1993	SEN	TEAM EL COMANDANTE	0:42:21
89	Sérgio Peixoto	1989	SEN	G C R AGUÇADOURENSE	0:35:11	150	Rafael Castro	2002	SUB-23	E A ROSA OLIVEIRA	0:42:23

151	Cláudio Gonçalves	1975	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:42:26	33	Gil Ferreira	1971	M 50	C D S SALVADOR CAMPO	0:35:12
152	Artur Ferreira	1976	M 45	RUNRIVER - RIO TINTO	0:42:58	34	Marco Faria	1976	M 45	VIZELA CORRE	0:35:13
153	Pedro Martins	1968	M 55	A C R SRA DESTERRO	0:43:09	35	Paulo Pereira	1976	M 45	G D C GUILHOVAI	0:35:16
154	Hélder Deveza	1974	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:43:37	36	Luís Silva	1977	M 45	G D C GUILHOVAI	0:35:18
155	Jorge Miranda	1989	SEN	N BARROSAS AMADOR	0:43:40	37	Manuel Bessa	1978	M 45	F C PENAFIEL	0:35:28
156	Vítor Salvador	1971	M 50	A C R SRA DESTERRO	0:43:59	38	Pedro Carvalho	1977	M 45	C C DESPORTO APDL	0:35:32
157	Gilberto Carvalho	1993	SEN	G DESP ESTREITO	0:44:02	39	Nuno Queiroz	1977	M 45	C D S SALVADOR CAMPO	0:35:42
158	Jorge Albuquerque	1973	M 45	MARATONA VILA CHÂ	0:44:45	40	António Carvalho	1979	M 40	ASS MONDIM ATLETISMO	0:35:45
159	Joaquim Gomes	1990	SEN	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:44:48	41	Sérgio Rodrigues	1985	M 35	NASCIDOS PARA CORRER	0:35:46
160	Jorge Beliago	1996	SEN	E ATLETISMO TROFA	0:44:58	42	Paulo Martins	1982	M 40	VIZELA CORRE	0:35:48
161	Joaquim Carvalho	1966	M 55	REALENSE F C	0:45:27	43	João Pires	1975	M 45	N A ZONA DA ABÓBODA	0:35:51
162	Vítor Lopes	1990	SEN	C D S SALVADOR CAMPO	0:45:43	44	Grabiél Murillo	1984	M 35	VEN S C SALGUEIROS	0:35:52
163	Jacinto Rodrigues	1979	M 40	C D C NAVAIS	0:45:56	45	Rui Santos	1972	M 50	S C ESPINHO	0:35:58
164	Cláudio Lopes	1989	SEN	VIZELA CORRE	0:46:06	46	Marco Marques	1983	M 40	A C R SRA DESTERRO	0:36:08
165	Miguel Maia	1996	SEN	CORONADO RUNNERS	0:46:28	47	Fernando Vilela	1963	M 60	U DESP DA VÁRZEA	0:36:08
166	José Silva	1989	SEN	CORONADO RUNNERS	0:46:37	48	Joaquim Alves	1968	M 50	S C SALGUEIROS	0:36:13
167	Miguel Caseiro	1983	M 35	CA MACEDO CAVALEIROS	0:48:28	49	Bruno Pires	1982	M 40	G D R JUV RIBEIRAS	0:36:15
168	Pedro Marques	1979	M 40	RUNRIVER - RIO TINTO	0:48:29	50	Jorge Rodrigues	1966	M 55	N A ZONA DA ABÓBODA	0:36:16
169	Hélio Franca	1980	M 40	CA MACEDO CAVALEIROS	0:49:48	51	Paulo Reis	1968	M 55	S C ESPINHO	0:36:22
170	Rui Lopes	1976	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:49:49	52	Hélder Silva	1979	M 40	Q TRILHO RUNNING	0:36:22
171	André Correia	1999	SEN	MARATONA VILA CHÂ	0:49:59	53	Pedro Gama	1974	M 45	C C DESPORTO APDL	0:36:24
172	Diogo Pereirinha	1990	SEN	G D R DA GRANJA	0:50:29	54	José Tavares	1965	M 55	G D C GUILHOVAI	0:36:24
173	António Rocha	1978	M 40	RUNRIVER - RIO TINTO	0:50:30	55	Rúben Sousa	1985	M 35	C C DESPORTO APDL	0:36:27
174	Joel Martins	1990	SEN	G JUV VILA DE PUNHE	0:51:27	56	João Neves	1972	M 50	C C DESPORTO APDL	0:36:27
175	Rui Ferreira	1990	SEN	N BARROSAS AMADOR	0:56:26	57	José Jarmela	1964	M 55	N A ZONA DA ABÓBODA	0:36:27
176	Nélio Pimentel	1983	M 35	CA MACEDO CAVALEIROS	0:57:47	58	Augusto Lopes	1977	M 45	M JUVENTUDE MERELIM	0:36:28

### 10 km Veteranos | MASTER - M | Dia 1

#### Série 1

1	Carlos Costa	1986	M 35	G D C GUILHOVAI	0:30:39	59	Patrício Castro	1976	M 45	A C VALE S MARTINHO	0:36:30
2	Ricardo Dias	1984	M 35	OLÍMPICO VIANENSE	0:30:52	60	Carlos Ribeiro	1976	M 45	C ATLETISMO TONDELA	0:36:34
3	Nelson Oliveira	1981	M 40	C P T SOBRAL CEIRA	0:31:40	61	Agostinho Figueiredo	1979	M 40	A FIGUEIREDO RUNNERS	0:36:37
4	Mihail Lalev	1982	M 40	M JUVENTUDE MERELIM	0:31:46	62	Rui Veloso	1974	M 45	VIZELA CORRE	0:36:39
5	Paulo Gomes	1973	M 50	G D C GUILHOVAI	0:32:04	63	Tiago Marques	1977	M 45	A C R SRA DESTERRO	0:36:48
6	António Silva	1987	M 35	A C R SRA DESTERRO	0:32:05	64	César Miranda	1981	M 40	C D C NAVAIS	0:36:58
7	Diogo Baena	1983	M 40	C D S SALVADOR CAMPO	0:32:07	65	Carlos Costa	1974	M 45	U DESP DA VÁRZEA	0:37:01
8	Amândio Correia	1969	M 50	RODOESTE T R M	0:32:43	66	Mário Contreiras	1967	M 55	C D S SALVADOR CAMPO	0:37:03
9	João Pereira	1975	M 45	C D S SALVADOR CAMPO	0:32:47	67	Simão Santos	1975	M 45	S C ESPINHO	0:37:05
10	Miguel Meira	1979	M 40	OLÍMPICO VIANENSE	0:33:03	68	Carlos Ferreira	1975	M 45	CA MACEDO CAVALEIROS	0:37:05
11	António Fernandes	1967	M 55	G D C GUILHOVAI	0:33:17	69	Bruno Santiago	1983	M 35	C F OLIVEIRA DOURO	0:37:07
12	José Moreira	1980	M 40	C D S SALVADOR CAMPO	0:33:18	70	Sérgio Lima	1982	M 40	G JUV VILA DE PUNHE	0:37:10
13	Nuno Costa	1981	M 40	C D S SALVADOR CAMPO	0:33:23	71	Hélder Silva	1984	M 35	VIZELA CORRE	0:37:14
14	Fernando Grilo	1975	M 45	OLÍMPICO VIANENSE	0:33:25	72	António Lourenço	1972	M 50	G D R DA GRANJA	0:37:18
15	Artur Rodrigues	1975	M 45	G D C GUILHOVAI	0:33:42	73	João Ferreira	1976	M 45	A C R SRA DESTERRO	0:37:20
16	Vítor Dinis	1972	M 50	G A CARANGUEJEIRA	0:33:47	74	Manuel Ferreira	1965	M 55	G D C GUILHOVAI	0:37:26
17	Luís Martins	1981	M 40	C ATLETISMO TONDELA	0:33:54	75	Américo Santos	1972	M 50	S C SALGUEIROS	0:37:29
18	Luís Brito	1975	M 45	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:33:57	76	Pedro Nunes	1978	M 40	N ATLETISMO V REAL	0:37:40
19	Marco Ferreira	1976	M 45	U DESP DA VÁRZEA	0:33:58	77	Carlos Gomes	1982	M 40	S C SALGUEIROS	0:37:41
20	Marco Pinto	1982	M 40	TEAM EL COMANDANTE	0:34:01	78	Sílvio Guimarães	1973	M 50	C D S SALVADOR CAMPO	0:37:41
21	Flávio Gonçalves	1983	M 40	INDIVIDUAL - BRAGA	0:34:04	79	Carlos Carneiro	1969	M 50	CA MACEDO CAVALEIROS	0:37:42
22	Tiago Correia	1986	M 35	C ATLETISMO DE SEIA	0:34:21	80	Miguel Gonçalves	1978	M 40	A CLUBE VERMOIL	0:37:43
23	Diamantino Martins	1977	M 45	G D R JUV RIBEIRAS	0:34:26	81	Jorge Neto	1982	M 40	N BARROSAS AMADOR	0:37:43
24	Jorge Cubal	1987	M 35	G D C GUILHOVAI	0:34:28	82	Paulo Rola	1965	M 55	N A ZONA DA ABÓBODA	0:37:45
25	Bruno Alen	1987	M 35	C C DESPORTO APDL	0:34:29	83	Jorge Pires	1971	M 50	G C BRAGANÇA	0:37:46
26	Alexandre Martins	1983	M 40	S C SALGUEIROS	0:34:33	84	Filipe Fontes	1978	M 45	A C VALE S MARTINHO	0:37:46
27	Rui Rodrigues	1980	M 40	C ATLETISMO TONDELA	0:34:37	85	Vítor Fonseca	1981	M 40	A CLUBE ALFENENSE	0:37:48
28	Nelson Magalhaes	1977	M 45	U DESP DA VÁRZEA	0:34:41	86	Alexandre Ferreira	1962	M 60	VIZELA CORRE	0:37:54
29	Jorge Santos	1984	M 35	F C PENAFIEL	0:34:49	87	José Henriques	1961	M 60	INDUSTRIAL VIEIRENSE	0:37:57
30	Ricardo Silva	1985	M 35	NASCIDOS PARA CORRER	0:34:56	88	Bruno Pires	1986	M 35	G C BRAGANÇA	0:38:06
31	Pedro Ferreira	1974	M 45	A CLUBE VERMOIL	0:35:00	89	António Nunes	1969	M 50	ARADA ATLÉTICO CLUBE	0:38:11
32	Joaquim Lopes	1963	M 55	C D S SALVADOR CAMPO	0:35:10	90	Paulo Leça	1983	M 40	A FIGUEIREDO RUNNERS	0:38:14
						91	Bruno Silva	1980	M 40	G D R JUV RIBEIRAS	0:38:16
						92	Rui Alves	1971	M 50	A C R SRA DESTERRO	0:38:16
						93	António Almeida	1982	M 40	LIBERDADE F C	0:38:25



94	Miguel Fernandes	1984	M 35	C D S SALVADOR CAMPO	0:38:27	155	Zeferino Neto	1969	M 50	C D S SALVADOR CAMPO	0:41:14
95	Mário Cardoso	1976	M 45	C ATLETISMO DE SEIA	0:38:27	156	António Silvino	1963	M 60	A CLUBE VERMOIL	0:41:25
96	Rui Cardoso	1975	M 45	TEAM EL COMANDANTE	0:38:28	157	Manuel Rodrigues	1954	M 65	S C ESPINHO	0:41:26
97	Ricardo Gomes	1986	M 35	C P T Bº CARCAVELOS	0:38:29	158	Joaquim Ferreira	1970	M 50	ÁGUÍAS MISERICÓRDIA	0:41:27
98	Rui Machado	1974	M 45	S C BEIRA-MAR	0:38:31	159	Fernando Almeida	1969	M 50	INDIVIDUAL - PORTO	0:41:33
99	Carlos Monteiro	1973	M 50	VIZELA CORRE	0:38:32	160	Ivan Pinto	1983	M 40	E ATLETISMO TROFA	0:41:35
100	Orlando Alves	1965	M 55	CA MACEDO CAVALEIROS	0:38:36	161	Heitor Araújo	1965	M 55	INDIVIDUAL - AVEIRO	0:41:40
101	Mário Teixeira	1980	M 40	S C SALGUEIROS	0:38:36	162	Licínio Pereira	1956	M 65	INDUSTRIAL VIEIRENSE	0:41:46
102	Carlos Moreira	1958	M 65	ASS CORRER LISBOA	0:38:37	163	Raul Silva	1984	M 35	RUNRIVER - RIO TINTO	0:41:48
103	Gonçalo Sá	1973	M 50	PENTA CLUBE COVILHã	0:38:40	164	Fernando Ferreira	1973	M 45	A CLUBE ALFENENSE	0:41:52
104	Pedro Terra	1957	M 65	S S T S João MADEIRA	0:38:41	165	Eugénio Barros	1977	M 45	G JUV VILA DE PUNHE	0:41:52
105	Pedro Carneiro	1975	M 45	GRUPO REC EIRENSE	0:38:44	166	João Maia	1976	M 45	CORONADO RUNNERS	0:41:57
106	Paulo Arrenega	1966	M 55	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:38:44	167	Miguel Lira	1975	M 45	VIANA RUNNING TEAM	0:42:02
107	Pedro Cunha	1980	M 40	VIZELA CORRE	0:38:46	168	José Alves	1964	M 55	M JUVENTUDE MERELIM	0:42:04
108	Jorge Fontes	1981	M 40	C D C NAVAIS	0:38:47	169	Manuel Palmeiro	1963	M 55	G C BRAGANÇA	0:42:04
109	Pedro Teixeira	1973	M 50	NASCIDOS PARA CORRER	0:38:49	170	Luís Rosa	1971	M 50	C ATLETISMO DE SEIA	0:42:04
110	Ramiro Ribeiro	1980	M 40	N BARROSAS AMADOR	0:38:52	171	Flávio Fernandes	1968	M 55	N BARROSAS AMADOR	0:42:07
111	Manuel Branquinho	1970	M 50	G JUV VILA DE PUNHE	0:38:52	172	José Dias	1961	M 60	INDIVIDUAL - BRAGA	0:42:09
112	Jorge Luz	1964	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:38:59	173	Tiago Ribeiro	1987	M 35	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:42:09
113	Filipe Vintém	1980	M 40	GD ESTALEIROS NAVAIS	0:39:09	174	João Capa	1969	M 50	ÁGUÍAS MISERICÓRDIA	0:42:10
114	Fernando Figueiredo	1964	M 55	A FIGUEIREDO RUNNERS	0:39:10	175	Ezequiel Fernandes	1974	M 45	ESCOLA DESP LIMIANA	0:42:15
115	João Carvalho	1980	M 40	A FIGUEIREDO RUNNERS	0:39:10	176	José Pais	1973	M 50	ESCOLA DESP LIMIANA	0:42:24
116	Lino Ferreira	1971	M 50	G D C GUILHOVAI	0:39:14	177	Luís Oliveira	1970	M 50	C BENFICA ALGUEIRÃO	0:42:25
117	Nuno Carvalho	1970	M 50	LIBERDADE F C	0:39:17	178	Augusto Ferreira	1973	M 50	C P T Bº CARCAVELOS	0:42:28
118	Francisco Pilar	1983	M 40	JUVENTUDE DE MAR	0:39:18	179	Paulo Madeira	1981	M 40	C F OLIVEIRA DOURO	0:42:30
119	Nuno Carvalho	1984	M 35	VIZELA CORRE	0:39:21	180	José Gonçalves	1966	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:42:32
120	Filipe Leite	1972	M 50	U DESP DA VárZEA	0:39:23	181	José Gonçalves	1972	M 50	MARATONA VILA CHã	0:42:35
121	Nicolau Santos	1960	M 60	G D C CASTELO PAIVA	0:39:25	182	João Caldeira	1980	M 40	GD MATA	0:42:38
122	Eduardo Brandão	1982	M 40	RUNRIVER - RIO TINTO	0:39:29	183	Davide Fernandes	1986	M 35	G JUV VILA DE PUNHE	0:42:39
123	Carlos Almeida	1973	M 45	G D R DA GRANJA	0:39:29	184	David Sousa	1967	M 55	C P T Bº CARCAVELOS	0:42:40
124	Abílio Costa	1965	M 55	C D S SALVADOR CAMPO	0:39:31	185	Pedro Costa	1976	M 45	LIBERDADE F C	0:42:40
125	João Alves	1970	M 50	G C BRAGANÇA	0:39:31	186	André Soares	1981	M 40	RUNRIVER - RIO TINTO	0:42:42
126	António Santos	1975	M 45	S C SALGUEIROS	0:39:36	187	Paulo Delgado	1976	M 45	GD MATA	0:42:47
127	Fernando Mendes	1969	M 50	GD MATA	0:39:40	188	Manuel Figueiredo	1965	M 55	A FIGUEIREDO RUNNERS	0:42:48
128	Adelino Silva	1972	M 50	RETORTA-QUINTA ARCAS	0:39:44	189	Albino Correia	1967	M 55	S C SALGUEIROS	0:42:55
129	Carmindo Soares	1968	M 50	M JUVENTUDE MERELIM	0:39:45	190	Guilherme Martins	1973	M 50	M JUVENTUDE MERELIM	0:42:56
130	Filipe Lima	1974	M 45	ESCOLA DESP LIMIANA	0:39:46	191	Nuno Silva	1971	M 50	BEJA ATLÉTICO CLUBE	0:42:58
131	Nelson Carvalhosa	1979	M 40	S C SALGUEIROS	0:39:46	192	Domingos Silva	1980	M 40	NASCIDOS PARA CORRER	0:43:04
132	João Pato	1988	M 35	C VETERANOS COIMBRA	0:39:48	193	Fernando Antunes	1956	M 65	INDIVIDUAL - BRAGA	0:43:10
133	Cesário Simões	1969	M 50	C ATLETISMO DE SEIA	0:39:52	194	Adão Mendes	1971	M 50	C D C NAVAIS	0:43:16
134	Vítor Azevedo	1971	M 50	TEAM EL COMANDANTE	0:39:53	195	Jacinto Correia	1964	M 55	MARATONA VILA CHã	0:43:21
135	Hernâni Francisco	1968	M 50	VITÓRIA F C	0:39:53	196	Tiago Ferraz	1981	M 40	GRUPO REC EIRENSE	0:43:23
136	Ricardo Carvalho	1983	M 40	RUNRIVER - RIO TINTO	0:40:02	197	António Oliveira	1974	M 45	G D R DA GRANJA	0:43:31
137	Agostinho Rodrigues	1964	M 55	A.MONT/E LECLERC BCL	0:40:03	198	Paulo Fernandes	1971	M 50	C P T Bº CARCAVELOS	0:43:35
138	Ricardo Saraiva	1970	M 50	GRUPO REC EIRENSE	0:40:06	199	Paulo Velez	1980	M 40	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:43:45
139	Jorge Cunha	1977	M 45	U DESP DA VárZEA	0:40:10	200	Luís Bidarra	1971	M 50	C ATLETISMO DE SEIA	0:43:49
140	Manuel Ribeiro	1974	M 45	A C VALE S MARTINHO	0:40:12	201	Rodrigo Silva	1977	M 45	C P T Bº CARCAVELOS	0:43:54
141	Jorge Marcelino	1973	M 50	INDUSTRIAL VIEIRENSE	0:40:12	202	António Maia	1975	M 45	C P T Bº CARCAVELOS	0:44:07
142	Paulo Oliveira	1969	M 50	S C ESPINHO	0:40:16	203	Paulo Faria	1969	M 50	C P T Bº CARCAVELOS	0:44:14
143	Ricardo Oliveira	1977	M 45	LIBERDADE F C	0:40:21	204	António Pereira	1954	M 65	NASCIDOS PARA CORRER	0:44:15
144	André Cruz	1981	M 40	G D R JUV RIBEIRAS	0:40:26	205	Sérgio Ferreira	1983	M 40	C C DESPORTO APDL	0:44:16
145	Bruno Monteiro	1981	M 40	NASCIDOS PARA CORRER	0:40:29	206	Joaquim Pinto	1974	M 45	G D R JUV RIBEIRAS	0:44:19
146	Jorge Campos	1975	M 45	C D S SALVADOR CAMPO	0:40:32	207	Rui Paquete	1982	M 40	C P T Bº CARCAVELOS	0:44:25
147	António Alves	1957	M 65	INDUSTRIAL VIEIRENSE	0:40:32	208	Jacinto Oliveira	1958	M 65	C P T Bº CARCAVELOS	0:44:30
148	José Monteiro	1957	M 65	C P T Bº CARCAVELOS	0:40:39	209	Nuno Silva	1979	M 40	CORONADO RUNNERS	0:44:55
149	Fernando Silva	1965	M 55	C D C NAVAIS	0:40:40	210	Domingos Pinto	1959	M 60	C F OLIVEIRA DOURO	0:44:58
150	António Palhares	1974	M 45	INDIVIDUAL - PORTO	0:40:41	211	Nuno Maio	1982	M 40	S C SALGUEIROS	0:45:10
151	José Veiga	1982	M 40	ESCOLA DESP LIMIANA	0:40:44	212	Manuel Carriço	1962	M 60	NASCIDOS PARA CORRER	0:45:19
152	António Fernandes	1973	M 50	GD ESTALEIROS NAVAIS	0:40:44	213	Ricardo Vendeira	1981	M 40	INDIVIDUAL - PORTO	0:45:28
153	Henrique Jorge	1974	M 45	NASCIDOS PARA CORRER	0:40:52	214	Fernando Rocha	1967	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:45:28
154	Arlindo Sousa	1963	M 60	A CLUBE ALFENENSE	0:40:58	215	Domingos Presas	1966	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:45:35



216	Anselmo Moreira	1954	M 65	C F OLIVEIRA DOURO	0:45:44	254	Paulo Pereira	1971	M 50	GD ESTALEIROS NAVAIS	0:51:08
217	Rogério Sarmiento	1960	M 60	NASCIDOS PARA CORRER	0:45:49	255	Francisco Farropas	1946	M 75	C UNIÃO IDANHENSE	0:51:09
218	Amândio Silva	1962	M 60	C P T Bº CARCAVELOS	0:45:50	256	Manuel Martins	1945	M 75	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:51:22
219	Virgílio Vieira	1978	M 40	NASCIDOS PARA CORRER	0:45:55	257	Adriano Pinto	1951	M 70	MILLENIUM BCP	0:51:31
220	José Morais	1968	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:45:55	258	Alexandre Reis	1960	M 60	C BENFICA ALGUEIRÃO	0:51:49
221	Paulo Fernandes	1971	M 50	GD MATA	0:45:57	259	Armando Lacerda	1954	M 65	GRUPO DESP DIANA	0:52:09
222	José Sousa	1972	M 50	C BENFICA ALGUEIRÃO	0:46:16	260	Porfírio Saraiva	1958	M 65	RUNRIVER - RIO TINTO	0:52:26
223	Eduardo Pinto	1960	M 60	NASCIDOS PARA CORRER	0:46:22	261	Fernando Ferreira	1978	M 45	CORONADO RUNNERS	0:52:51
224	Paulo Sérgio	1970	M 50	NASCIDOS PARA CORRER	0:46:25	262	Marco Vaz	1978	M 45	N BARROSAS AMADOR	0:53:00
225	Henri Costa	1979	M 40	CORONADO RUNNERS	0:46:28	263	Joaquim Almeida	1958	M 65	MARATONA VILA CHÂ	0:53:15
226	Narciso Oliveira	1957	M 65	A TEATRO CONSTRUÇÃO	0:46:31	264	Luís Queiroz	1970	M 50	GD MATA	0:53:15
227	Aurélio Costa	1968	M 55	A CLUBE ALFENENSE	0:46:33	265	Adão Dias	1951	M 70	NASCIDOS PARA CORRER	0:53:20
228	Paulo Jorge	1969	M 50	S C SALGUEIROS	0:46:35	266	José Coutinho	1970	M 50	G JUV VILA DE PUNHE	0:53:31
229	Fernando Chamusca	1950	M 70	A NATUREZA ENSINA	0:46:42	267	Miguel Barqueiro	1974	M 45	C P T Bº CARCAVELOS	0:54:29
230	Adelino Moutinho	1947	M 75	BOAVISTA F C	0:46:42	268	Leandro Santos	1957	M 65	A CLUBE VERMOIL	0:55:09
231	Carlos Freitas	1971	M 50	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:46:46	269	Eugénio Mendes	1961	M 60	A CLUBE VERMOIL	0:55:11
232	João Cunha	1965	M 55	NK ATLETISMO RORIZ	0:46:50	270	José Sousa	1962	M 60	NASCIDOS PARA CORRER	0:55:26
233	José Gomes	1953	M 70	C D C NAVAIS	0:46:52	271	Gabriel Santos	1965	M 55	NASCIDOS PARA CORRER	0:56:01
234	Jóice Jesus	1975	M 45	NASCIDOS PARA CORRER	0:47:24	272	José Reigada	1956	M 65	GD ESTALEIROS NAVAIS	0:58:06
235	Carlos Eusébio	1972	M 50	C D C NAVAIS	0:47:30	273	Rui Santos	1973	M 50	NASCIDOS PARA CORRER	0:58:23
236	Silvério Pinto	1965	M 55	C P T Bº CARCAVELOS	0:47:36	274	Henrique Pestana	1946	M 75	G D R JUV RIBEIRAS	0:59:22
237	Henrique Baessa	1972	M 50	G C BRAGANÇA	0:47:45	275	Fernando Santos	1943	M 80	ATLETAS FIM SEMANA	0:59:22
238	Hélder Ferreira	1977	M 45	C D S SALVADOR CAMPO	0:47:47	276	Isaías Peralta	1947	M 75	MARATONA VILA CHÂ	1:01:13
239	José Fernandes	1950	M 70	C BENFICA ALGUEIRÃO	0:47:49	277	Nuno Soares	1983	M 40	S S T S JOÃO MADEIRA	1:02:32
240	José Pereira	1965	M 55	S C ESPINHO	0:48:00	278	Josué Fernandes	1948	M 75	S S T S JOÃO MADEIRA	1:02:44
241	Sérgio Mendes	1978	M 40	C P T Bº CARCAVELOS	0:48:13	279	Alfredo Santos	1955	M 65	A CLUBE VERMOIL	1:04:49
242	João Cerqueira	1971	M 50	G JUV VILA DE PUNHE	0:48:34	280	Auspício Fernandes	1942	M 80	C F OLIVEIRA DOURO	1:08:45
243	Ivan Santiago	1978	M 45	ESP G C BRAGANÇA	0:48:48	281	Joaquim Neiva	1943	M 80	N A ZONA DA ABÓBODA	1:14:53
244	António Santos	1966	M 55	G D C GUILHOVAI	0:48:56						
245	Ricardo Pina	1979	M 40	C P T Bº CARCAVELOS	0:48:59						
246	Américo Pereira	1971	M 50	C F OLIVEIRA DOURO	0:49:10						
247	Francisco Mateus	1965	M 55	A CLUBE ALFENENSE	0:49:32						
248	António Neto	1956	M 65	E ATLETISMO TROFA	0:49:34						
249	Emanuel Madureira	1961	M 60	NASCIDOS PARA CORRER	0:49:43						
250	Paulo Araújo	1973	M 45	G D R JUV RIBEIRAS	0:49:53						
251	Sérgio Crista	1978	M 45	G D R JUV RIBEIRAS	0:50:03						
252	Manuel Ferreira	1976	M 45	CORONADO RUNNERS	0:50:41						
253	David Fernandes	1957	M 65	G D C GUILHOVAI	0:50:51						

**10 km Adaptado | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

1	João Monteiro	1985	M 35	PENTA CLUBE COVILHã	0:35:17
2	Paulo Benevente	1979	M 40	ASS JORGE PINA	0:37:24
3	Ricardo Rodrigues	1976	M 45	TEAM EL COMANDANTE	0:38:30
4	Leonel Alves	2002	SUB-23	JUNI - J U NUM IDEAL	0:42:18
5	Sérgio Sousa	1975	M 45	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	0:46:50



## Feminina - Sub 20

Posicao	Clube	Pontos
1	MAIA A C	9.0
2	SPORTING C P	24.0

## Masculina - Sub 20

Posicao	Clube	Pontos
1	SPORTING C P	9.0
2	E A ROSA OLIVEIRA	23.0
3	N BARROSAS AMADOR	67.0

## Feminina

Posicao	Clube	Pontos
1	SPORTING C P	11.0
2	C DESP FEIRENSE	22.0
3	S CLUBE DE BRAGA	23.0
4	RECREIO DESP ÁGUEDA	30.0
5	C D S SALVADOR CAMPO	49.0
6	C DESP C S LAVRA	100.0
7	A C R SRA DESTERRO	131.0
8	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	134.0
9	S C SALGUEIROS	141.0
10	E ATLETISMO TROFA	149.0
11	RUNRIVER - RIO TINTO	170.0
12	CA MACEDO CAVALEIROS	173.0
13	G C BRAGANÇA	190.0
14	C ESCOLA ESTREITO	201.0
15	LIBERDADE F C	206.0

## Masculina

Posicao	Clube	Pontos
1	SPORTING C P	7.0
2	S CLUBE DE BRAGA	33.0
3	S C SALGUEIROS	93.0
4	C DESP FEIRENSE	98.0
5	VITÓRIA F C	99.0
6	A C D JARDIM SERRA	110.0
7	A R CASAENSE - EAC	111.0
8	C ATLETISMO DE SEIA	116.0
9	CA MACEDO CAVALEIROS	117.0
10	G D C GUILHOVAI	120.0
11	U F C TOMAR	141.0
12	A C R VALE DE CAMBRA	160.0
13	RUN TEJO-PREV.SPRAIN	187.0
14	S C ESPINHO	207.0
15	F C VIZELA	218.0
16	VITÓRIA S C	223.0
17	G D C CASTELO PAIVA	224.0
18	VIZELA CORRE	279.0
19	E A ROSA OLIVEIRA	292.0
20	GRUPO REC EIRENSE	295.0



Posicao	Clube	Pontos
21	C D S SALVADOR CAMPO	309.0
22	G C BRAGANÇA	327.0
23	RUNRIVER - RIO TINTO	398.0
24	A C R SRA DESTERRO	400.0
25	MARATONA VILA CHã	436.0
26	N BARROSAS AMADOR	444.0



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



ANOS  
1921 - 2021



## Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
-------	------------	-------------------------	------------------------	---------------------	----------------------------	---------------------------	------------------------



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



ANOS  
1921 - 2021

## Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-20	27	11	38	27	11	38
SUB-23	24	16	40	24	16	40
SEN	103	40	143	103	40	143
M 35	41	25	66	41	25	66
M 40	75	19	94	75	19	94
M 45	69	25	94	69	25	94
M 50	62	10	72	62	10	72
M 55	38	9	47	38	9	47
M 60	16	4	20	16	4	20
M 65	20	1	21	20	1	21
M 70	5	1	6	5	1	6
M 75	6	0	6	6	0	6
M 80	3	1	4	3	1	4



## Designação Clubes

Sigla

Nome

Associação



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



ANOS  
1921 - 2021