

Lugar	Dorsal	Nome	Tempo					País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
			5 Km	10 Km	15 Km	20 Km	25 Km					
1	118	<b>Sandra Silva</b>	30:04	59:48	01:29:15	01:58:57	02:28:47	POR	CFOD	V40	21-09-75	<b>05:07:10</b>
							02:59:06		03:30:29	04:02:46	04:35:07	

Lugar	Dorsal	Nome	Tempo					País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo	
			5 Km	10 Km	15 Km	20 Km	25 Km						
1	140	<b>João Vieira</b>	24:22	47:52	01:10:45	01:33:16	01:55:37	POR	SCP	V40	20-02-76	<b>03:51:46</b>	
2	132	<b>Pedro Santos</b>	25:35	49:55	01:14:15	01:33:37	02:03:07	POR	JV	Sen	25-04-86	<b>04:17:04</b>	
3	146	<b>Pedro Isidro</b>	24:22	48:14	01:12:09	01:36:02	01:59:54	POR	SLB	Sen	17-07-85	<b>04:21:00</b>	~
4	112	<b>Cristiano António</b>	28:20	55:39	01:22:04	01:48:46	02:15:34	POR	CAS	Sen	15-10-88	<b>04:39:27</b>	
5	122	<b>Manuel Marques</b>	27:19	53:49	01:20:11	01:46:38	02:13:25	POR	CFOD	V40	04-09-78	<b>04:58:30</b>	
6	129	<b>Henrique Santos</b>	28:47	57:14	01:26:06	01:55:09	02:24:30	POR	GDD	V50	27-05-65	<b>05:01:39</b>	
	150	<b>Luís Sousa</b>						POR	SUOV	V40	16-04-74	<b>DNF</b>	<

Lugar	Dorsal	Nome	Tempo					País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo		
			5 Km	10 Km	15 Km	20 Km	25 Km							30 Km
1	145	<b>Mara Ribeiro</b>	26:11	52:12	01:18:08	01:44:03	02:09:58	02:35:39	POR	SLB	Sen	11-05-95	<b>03:00:56</b>	
2	1118	<b>Sandra Silva</b>	30:04	59:48	01:29:15	01:58:57	02:28:47	02:59:05	POR	CFOD	V40	21-09-75	<b>03:30:29</b>	
3	101	<b>Alexandra Lamas</b>	29:42	58:47	01:27:31	01:56:28	02:27:28	03:00:24	POR	ACRSD	V45	19-06-72	<b>03:35:08</b>	<

Lugar	Dorsal	Nome	Tempo					País	Clube	Escalação	D.N.	Tempo		
			5 Km	10 Km	15 Km	20 Km	25 Km							30 Km
1	1140	<b>João Vieira</b>	24:22	47:52	01:10:45	01:33:16	01:55:37	02:18:03	POR	SCP	V40	20-02-76	<b>02:40:14</b>	
2	148	<b>Miguel Rodrigues</b>	24:22	47:52	01:10:45	01:33:12	01:55:37	02:18:04	POR	SLB	Sen	01-11-96	<b>02:40:37</b>	~
3	147	<b>Miguel Carvalho</b>	24:21	47:52	01:10:45	01:33:27	01:56:07	02:18:20	POR	SLB	Sen	02-09-94	<b>02:42:34</b>	
4	134	<b>Hélder Santos</b>	24:23	48:14	01:11:59	01:35:25	01:58:50	02:22:58	POR	LMA-L	Sen	07-03-96	<b>02:48:41</b>	~
5	1132	<b>Pedro Santos</b>	25:34	49:55	01:14:15	01:38:30	02:03:07	02:27:28	POR	JV	Sen	25-04-86	<b>02:52:32</b>	
6	113	<b>Rui Coelho</b>	24:22	48:29	01:12:19	01:36:09	02:00:02	02:24:01	POR	CAS	Sen	26-09-94	<b>02:52:38</b>	
7	1146	<b>Pedro Isidro</b>	24:22	48:14	01:12:10	01:36:02	01:59:54	02:26:43	POR	SLB	Sen	17-07-85	<b>02:54:01</b>	
8	123	<b>Vítor Cabral</b>	27:19	53:49	01:20:11	01:46:38	02:12:34	02:33:16	POR	CFOD	S23	01-05-98	<b>03:02:03</b>	
9	1112	<b>Cristiano António</b>	28:20	55:39	01:22:04	01:48:46	02:15:34	02:42:34	POR	CAS	Sen	15-10-88	<b>03:09:44</b>	
10	1122	<b>Manuel Marques</b>	27:19	53:49	01:20:11	01:46:38	02:13:25	02:47:16	POR	CFOD	V40	04-09-78	<b>03:18:32</b>	
11	1129	<b>Henrique Santos</b>	28:47	57:13	01:26:06	01:55:09	02:24:30	02:54:22	POR	GDD	V50	27-05-65	<b>03:24:59</b>	
12	1150	<b>Luís Sousa</b>	26:09	53:17	01:20:38	01:49:52	02:21:28	02:52:58	POR	SUOV	V40	16-04-74	<b>03:26:48</b>	
13	111	<b>Luís Bidarra</b>	28:48	58:05	01:27:40	01:57:38	02:28:09	03:00:09	POR	CAS	V45	05-04-71	<b>03:33:39</b>	
14	130	<b>Ricardo Santos</b>	25:42	51:59	01:18:28	01:45:24	02:18:47	02:56:41	POR	GDPCD	V40	22-02-75	<b>03:36:35</b>	
	102	<b>Victor Silva</b>							POR	ADRAP	Sen	28-05-90	<b>DNF</b>	

Lugar	Equipa	Pontos
1	SLB S L BENFICA	12 (2+3+7)
2	CAS C ATLETISMO DE SEIA	28 (6+9+13)

Lugar	Dorsal	Nome	Tempo			País	Clube	Escalação	D.N.	Tempo
			5 Km	10 Km	15 Km					
1	2101	<b>Alexandra Lamas</b>	29:42	58:47	01:27:31	POR	ACRSD	V45	19-06-72	<b>01:56:28</b>
2	2118	<b>Sandra Silva</b>	30:04	59:48	01:29:15	POR	CFOD	V40	21-09-75	<b>01:58:57</b>
3	105	<b>Felicidade Rosa</b>	29:42	58:48	01:31:05	POR	CAG	V40	03-01-79	<b>02:06:18</b> <
4	104	<b>Maria Fátima Costa</b>	31:55	01:03:45	01:35:48	POR	CAG	V45	01-12-71	<b>02:09:12</b>
5	103	<b>Maria Mendes</b>	31:55	01:04:30	01:38:28	POR	CAG	V65	25-09-51	<b>02:13:35</b>
6	119	<b>Andreia Ribeiro</b>	33:27	01:07:30	01:42:15	POR	CFOD	V35	28-01-80	<b>02:18:55</b>
7	114	<b>Helena Rodrigues</b>	36:20	01:15:20	01:56:14	POR	CATUNES	V55	23-07-60	<b>02:40:12</b>

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	119	Andreia Ribeiro	POR	CFOD	V35	28-01-80	02:18:55

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo	
1	2118	Sandra Silva	POR	CFOD	V40	21-09-75	01:58:57	
2	105	Felicidade Rosa	POR	CAG	V40	03-01-79	02:06:18	<



Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	2101	Alexandra Lamas	POR	ACRSD	V45	19-06-72	01:56:28
2	104	Maria Fátima Costa	POR	CAG	V45	01-12-71	02:09:12

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	114	Helena Rodrigues	POR	CATUNES	V55	23-07-60	02:40:12

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



TAP PORTUGAL



Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	103	Maria Mendes	POR	CAG	V65	25-09-51	02:13:35

Lugar	Dorsal	Nome	Tempo			País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
			5 Km	10 Km	15 Km					
1	2140	<b>João Vieira</b>	24:22	47:52	01:10:45	POR	SCP	V40	20-02-76	<b>01:33:16</b>
2	2130	<b>Ricardo Santos</b>	25:42	51:59	01:18:28	POR	GDPCD	V40	22-02-75	<b>01:45:24</b>
3	2122	<b>Manuel Marques</b>	27:19	53:49	01:20:11	POR	CFOD	V40	04-09-78	<b>01:46:38</b>
4	2150	<b>Luís Sousa</b>	26:09	53:17	01:20:38	POR	SUOV	V40	16-04-74	<b>01:49:52</b>
5	107	<b>Francisco Reis</b>	26:22	53:59	01:23:19	POR	CAG	V55	14-08-60	<b>01:53:04</b>
6	2129	<b>Henrique Santos</b>	28:47	57:14	01:26:06	POR	GDD	V50	27-05-65	<b>01:55:09</b>
7	2111	<b>Luís Bidarra</b>	28:48	58:05	01:27:40	POR	CAS	V45	05-04-71	<b>01:57:39</b>
8	121	<b>Hélder Ribeiro</b>	30:45	01:01:22	01:31:44	POR	CFOD	V40	09-09-76	<b>02:03:11</b>
9	108	<b>Paulo Ramos</b>	32:17	01:04:40	01:37:49	POR	CAG	V45	01-12-69	<b>02:08:36</b>
10	2151	<b>Malcolm Martin</b>	32:00	01:03:44	01:35:53	GBR	GBR	V60	26-01-55	<b>02:09:00</b>
11	109	<b>Carlos Paiva</b>	32:17	01:04:41	01:37:50	POR	CAG	V45	21-03-69	<b>02:12:26</b>
12	115	<b>João Rodrigues</b>	32:50	01:04:56	01:38:47	POR	CATUNES	V55	27-11-59	<b>02:13:18</b>
13	116	<b>Daniel Cabrita</b>	34:16	01:07:53	01:41:39	POR	CATUNES	V45	16-05-73	<b>02:16:26</b>
14	144	<b>José Oliveira</b>	35:59	01:14:48	01:58:42	POR	SFUAB	V60	26-07-57	<b>02:44:18</b>

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	2140	João Vieira	POR	SCP	V40	20-02-76	01:33:16
2	2130	Ricardo Santos	POR	GDPCD	V40	22-02-75	01:45:24
3	2122	Manuel Marques	POR	CFOD	V40	04-09-78	01:46:38
4	2150	Luís Sousa	POR	SUOV	V40	16-04-74	01:49:52
5	121	Hélder Ribeiro	POR	CFOD	V40	09-09-76	02:03:11

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo	
1	2111	Luís Bidarra	POR	CAS	V45	05-04-71	01:57:39	
2	108	Paulo Ramos	POR	CAG	V45	01-12-69	02:08:36	
3	109	Carlos Paiva	POR	CAG	V45	21-03-69	02:12:26	<
4	116	Daniel Cabrita	POR	CATUNES	V45	16-05-73	02:16:26	

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	2129	Henrique Santos	POR	GDD	V50	27-05-65	01:55:09

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



TAP PORTUGAL



Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	107	Francisco Reis	POR	CAG	V55	14-08-60	01:53:04
2	115	João Rodrigues	POR	CATUNES	V55	27-11-59	02:13:18



Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	2151	Malcolm Martin	GBR	GBR	V60	26-01-55	02:09:00
2	144	José Oliveira	POR	SFUAB	V60	26-07-57	02:44:18

## 20 KM Veteranos Masculinos

Class Geral	Class Escalão	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Pontos
1	1	2140	João Vieira	SCP	M40	8
2	2	2130	Ricardo Santos	GDPCD	M40	7
3	3	2122	Manuel Marques	CFOD	M40	6
4	4	2150	Luís Sousa	SUOV	M40	5
5	1	107	Francisco Reis	CAG	M55	8
6	1	2129	Henrique Santos	GDD	M50	8
7	1	2111	Luís Bidarra	CAS	M45	8
8	5	121	Hélder Ribeiro	CFOD	M40	4
9	2	108	Paulo Ramos	CAG	M45	7
10	1	2151	Malcolm Martin	GBR	M60	8
11	3	109	Carlos Paiva	CAG	M45	6
12	2	115	João Rodrigues	CATUNES	M55	7
13	4	116	Daniel Cabrita	CATUNES	M45	5
14	2	144	José Oliveira	SFUAB	M60	7

## 20 KM Veteranos Femininos

Class Geral	Class Escalão	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Pontos
1	1	2101	Alexandra Lamas	ACRSD	F45	8
2	1	2118	Sandra Silva	CFOD	F40	8
3	2	105	Felicidade Rosa	CAG	F40	7
4	2	104	Maria Fátima Costa	CAG	F45	7
5	1	103	Maria Mendes	CAG	F65	8
6	1	119	Andreia Ribeiro	CFOD	F35	8
7	1	114	Helena Rodrigues	CATUNES	F55	8

## Classificação colectiva

1ª	CAG	C A Galinheiras	43	6 atletas
2ª	CFOD	C F Oliveira Douro	26	4 atletas
3ª	CATUNES	C A Tunes	20	3 atletas

Lugar	Dorsal	Nome		País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo	
		5 Km	10 Km						
1	125	<b>Edna Barros</b>		POR	COP	Sen	18-12-96	<b>01:11:50</b>	
		23:44	47:37						
2	126	<b>Carolina Costa</b>		POR	COP	S23	12-03-98	<b>01:14:02</b>	
		25:34	50:05						
3	137	<b>Vitória Oliveira</b>		POR	SCP	Sen	30-08-92	<b>01:17:41</b>	
		25:48	51:26						
4	127	<b>Maria Bernardo</b>		POR	COP	S23	19-10-99	<b>01:18:31</b>	
		25:47	51:26						
5	110	<b>Andreia Sousa</b>		POR	CAS	S23	01-12-98	<b>01:19:33</b>	
		26:36	52:55						
6	135	<b>Andreia Reis</b>		POR	NLUZ	S23	12-11-99	<b>01:28:42</b>	<<
		28:53	58:44						
7	138	<b>Inês Reis</b>		POR	SCP	S23	17-07-99	<b>01:29:58</b>	
		27:23	57:45						
	136	<b>Vera Santos</b>		POR	SCP	V35	03-12-81	<b>DNF</b>	<<<

Lugar	Dorsal	Nome 5 Km	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo	
1	133	<b>Joana Pontes</b> 25:48	POR	LMA-L	Jun	22-03-00	<b>51:17</b>	
2	120	<b>Raquel Pimentel</b> 26:39	POR	CFOD	Jun	26-06-01*	<b>54:06</b>	
3	139	<b>Catarina Santos</b> 27:03	POR	SCP	Jun	02-10-01*	<b>55:41</b>	
4	128	<b>Andreia Lourenço</b> 30:55	POR	CPPEA	Jun	19-10-00	<b>01:02:58</b>	<

Lugar	Dorsal	Nome	País	Clube	Escalão	D.N.	Tempo
1	143	Rúben Santos 5 Km 23:01	POR	SCP	Jun	05-06-00	<b>46:52</b>
2	149	João Bernardo 23:30	POR	SLB	Jun	14-11-01*	<b>47:18</b>