

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
1	193	2906	Daniel Gregório	M	Seniores	Centro Atletismo Seia	0:25:28	3:14	0:51:48
2	43	1316	Bruno Batista	M	Seniores	CN Rio Maior	0:25:28	3:15	0:52:00
3	207	1195	José Gaspar	M	M40	Odimarque	0:25:30	3:18	0:52:54
4	140	1409	Tiago Marques	M	Seniores	Centro Atletismo Seia	0:25:30	3:18	0:52:59
5	170	1438	Pedro Arsénio	M	Seniores	Beja Atlético Clube	0:25:30	3:21	0:53:45
6	164	1432	Jorge Marcelino	M	M40	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	0:27:43	3:37	0:57:52
7	130	1399	Fabio Durão	M	Seniores	Clube Desportivo Ribeirense	0:27:41	3:37	0:57:53
8	126	1395	Rui Parrochinha	M	M40	Clube Desportivo Ribeirense	0:28:19	3:40	0:58:53
9	165	1433	Rui Cabeças	M	M45	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	0:28:53	3:43	0:59:32
10	132	1401	Gonçalo Cruz	M	Seniores		0:29:22	3:44	0:59:53
11	167	1435	Gabriel Rodrigues	M	M50	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	0:28:53	3:46	1:00:16
12	128	1397	António Silvino	M	M50	Clube Desportivo Ribeirense	0:29:01	3:49	1:01:05
13	117	1387	Ricardo Silva	M	Seniores	CLAC - Entroncamento	0:29:17	3:49	1:01:18
14	166	1434	João Domingos	M	M45	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	0:29:19	3:49	1:01:18
15	123	1392	Amândio Paulo	M	M45	Clube Desportivo Ribeirense	0:29:45	3:52	1:02:03
16	190	1455	Gilberto Fernandes	M	M55	A C R Frade de Cima	0:29:46	3:53	1:02:11
17	108	1379	Vitor Cardoso	M	M40	CLUVE- Clube Veteranos Atletismo Coimbra	0:30:02	3:53	1:02:23
18	21	1294	Jose Raimundo	M	M55	CR AMIEIRINHENSE	0:30:08	3:54	1:02:28
19	62	1335	Ricardo Simões	M	M50	C.C.D. O ALVITEJO	0:30:02	3:54	1:02:30
20	146	1414	Adriano Ribeiro	M	M30	União FCI de Tomar	0:29:52	3:55	1:02:51

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
21	133	1402	Claudio Cotrim	M	Seniores	CASA DO POVO DE ALCANENA	0:30:20	3:56	1:03:07
22	61	1334	Paulo Fernandes	M	M50	C.C.D. O ALVITEJO	0:30:15	3:58	1:03:28
23	154	1422	Francisco Inacio	M	M30	G.D.Zambujeira e Serra	0:30:35	3:58	1:03:42
24	90	1363	Sérgio Jerónimo	M	M40	A. C. S. MAMEDE	0:30:03	3:59	1:03:44
25	173	1441	Ambrósio Pereira Pereira	M	M40	União atlético povoense	0:30:25	3:59	1:03:50
26	136	1405	Tiago Tomas	M	Seniores	CCRD BURINHOSA	0:30:32	3:59	1:03:54
27	115	1385	Alcino Nunes	M	M45	CLAC - Entroncamento	0:31:16	4:01	1:04:27
28	63	1336	António Pais	M	M45	C.C.C. O ALVITEJO	0:31:04	4:02	1:04:40
29	177	1445	Sandro Jordão	M	M35	Róódinhas-Santos Silva /Oxygen gym	0:30:50	4:02	1:04:46
30	149	1417	Paulo Correia	M	M40		0:31:52	4:04	1:05:12
31	31	1304	Rui Filipe Vicente	M	Seniores	Róódinhas-Santos Silva /Oxygen gym	0:31:25	4:05	1:05:30
32	174	1442	João Dias Dias	M	M40	União atlético povoense	0:31:33	4:06	1:05:46
33	205	1193	José Queiros	M	M45	C.C.D. O ALVITEJO	0:31:40	4:07	1:06:07
34	137	1406	Dário Cabete	M	M40	CCRD BURINHOSA	0:31:46	4:08	1:06:10
35	175	1443	João Afonso Afonso	M	M60	União atlético povoense	0:31:33	4:08	1:06:16
36	18	1291	Nuno Evangelista	M	M35	A20km	0:31:32	4:08	1:06:17
37	36	1309	Paulo Silva	M	M45	Roodinhas-Santos Silva/ Oxygen gym	0:32:06	4:08	1:06:18
38	185	1452	Inacio Serrazina	M	M55	Crp Ribafria	0:31:35	4:09	1:06:28
39	594	1202	Luis Nobre	M	M45	Nobrebrindes	0:31:43	4:09	1:06:28
40	100	1371	João Pedro Oliveira	M	M40	CCDTMetroLx	0:32:45	4:09	1:06:32

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
41	104	1375	Ângelo Lourenço Silva	M	M30	CCDTMetroLx	0:32:45	4:09	1:06:32
42	39	1312	Gonçalo Roque	M	M40	Chester's Team	0:32:41	4:10	1:06:45
43	76	1349	Rui Fernandes	M	M40		0:32:27	4:10	1:06:55
44	77	1350	Antonio Silva	M	M50	CASA DO POVO DE ALCANENA	0:32:33	4:10	1:06:55
45	98	1369	Nuno Matos Pita	M	M40	CCDTMetroLx	0:32:45	4:11	1:07:01
46	122	1391	Paulo Ferreira	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	0:31:24	4:12	1:07:15
47	67	1340	Vítor Gomes	M	M60	C.C.D. O ALVITEJO	0:31:47	4:12	1:07:27
48	155	1423	Mario Lopo	M	Seniores	G.D.Zambujeira e Serra	0:31:47	4:13	1:07:38
49	203	1191	Pedro Marques	M	M50	Conquista Ginásio	0:32:36	4:15	1:08:03
50	208	1196	Nuno Lorvão	M	M45	CCRD BURINHOSA	0:32:54	4:15	1:08:13
51	19	1292	Rui Pisco	M	M40	A20km	0:32:42	4:17	1:08:32
52	188	1453	Rui Lucas	M	Seniores	ACBATALHA	0:32:45	4:17	1:08:37
53	129	1398	Luís Calado	M	Seniores	Clube Desportivo Ribeirense	0:32:49	4:17	1:08:38
54	99	1370	Orlando Lopes Silva	M	M60	CCDTMetroLx	0:32:57	4:17	1:08:41
55	209	1197	Helder Carreira	M	M40		0:32:56	4:17	1:08:42
56	89	1362	Nélio Vieira	M	Seniores	A. C. S. MAMEDE	0:32:56	4:17	1:08:47
57	153	1421	Emanuel Marques	M	M45	G.D.Zambujeira e Serra	0:32:58	4:18	1:09:01
58	160	1428	Rui Aguiar	M	M40	G.D.Zambujeira e Serra	0:32:36	4:18	1:09:01
59	56	1329	Fábio Silvestre	M	Seniores	HCT Running Team	0:34:33	4:19	1:09:05
60	210	1198	Rafael Pinto	M	Seniores	Clube Desportivo Moitense	0:34:11	4:20	1:09:20

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
61	204	1192	Luis Queirós	M	M40	C.C.D. O ALVITEJO	0:33:35	4:21	1:09:42
62	9	1284	Henrique Nunes	M	M45	ACRM Silveirinha Grande Claras	0:34:07	4:21	1:09:44
63	197	2910	Carlos Pinto	M	M45	Clube Desportivo Moitense	0:33:35	4:21	1:09:46
64	191	1456	Márcio Sousa	M	M35	CPR. A-do-Barbas	0:34:29	4:21	1:09:48
65	127	1396	Miguel Gineto	M	M40	Clube Desportivo Ribeirense	0:33:08	4:21	1:09:51
66	6	1281	Amilcar Costa	M	M45	ACRM Silveirinha Grande Claras	0:33:56	4:22	1:10:00
67	168	1436	Carlos Simões	M	M50	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	0:34:12	4:23	1:10:20
68	51	1324	Luis Reis	M	M55	CAOB	0:33:27	4:24	1:10:25
69	206	1194	António Duarte	M	M55	A C R Frade de Cima	0:34:11	4:25	1:10:43
70	186	1199	Daniel Campos	M	M30	A20km	0:34:42	4:25	1:10:49
71	15	1288	Peter Steinhausen	M	M65	individual	0:33:21	4:25	1:10:54
72	178	1446	Vitor Ferreira	M	M50	CASA DO POVO DE ALCANENA	0:34:40	4:26	1:11:00
73	48	1321	Nuno Martins	M	M40	100 team	0:34:40	4:27	1:11:18
74	92	1365	Diogo Ferreira Diogo	M	M40	clube veteranos do lis	0:34:34	4:27	1:11:26
75	52	1325	Francisco Gaspar	M	M30	União FCI de Tomar	0:34:36	4:28	1:11:34
76	1	1276	Acácio Gomes	M	M40	ARCD MENDIGA	0:34:40	4:29	1:11:56
77	44	1317	José Manuel Vicente Faustino José Faustino	M	M60	individual	0:34:32	4:30	1:12:04
78	194	2907	Nuno Jorge	M	M40	Clube Desportivo Moitense	0:34:43	4:31	1:12:20
79	152	1420	João Calçada	M	M45	G.D.Zambujeira e Serra	0:35:03	4:31	1:12:23
80	157	1425	Eurico Agostinho	M	M55	G.D.Zambujeira e Serra	0:35:04	4:32	1:12:36

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
81	151	1419	João Maria Inácio	M	Seniores	ADCR Painho	0:35:16	4:34	1:13:05
82	181	1448	Narciso Cordeiro	M	M50	O PASTOR ARRIMALANO	0:35:49	4:34	1:13:08
83	183	1450	Fernando Jacinto	M	M50	Gasoutos-Grupo Atlético dos Soutos	0:35:01	4:34	1:13:12
84	192	1457	Joaquim Gomes	M	M65	CPR. A-do-Barbas	0:35:04	4:34	1:13:15
85	144	1413	Dinis Prudencio	M	M45	Modira	0:34:37	4:35	1:13:20
86	156	1424	Antonio Clara	M	M55	G.D.Zambujeira e Serra	0:35:04	4:35	1:13:25
87	202	1190	Adriano Araujo	M	M40	Conquista Ginásio	0:35:17	4:35	1:13:35
88	25	1298	Helder Valadas	M	M35	Os Perigosos	0:35:50	4:36	1:13:36
89	131	1400	Pedro Pereira	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	0:34:28	4:36	1:13:49
90	26	1299	Marco Caseiro	M	M35	Os Perigosos	0:35:01	4:37	1:13:54
91	196	2909	Ricardo Vicente	M	M45	Clube Desportivo Moitense	0:34:49	4:39	1:14:27
92	116	1386	Carlos Vítor Antunes	M	M50	CLAC - Entroncamento	0:34:52	4:39	1:14:30
93	59	1332	Ricardo Seara	M	M40	HCT Running Team	0:36:39	4:40	1:14:42
94	79	1352	Abílio Gaspar	M	M55	G.D.C. Eirapedrense	0:36:52	4:40	1:14:44
95	120	1389	António Palmeira	M	M40	Clube Desportivo Ribeirense	0:35:29	4:40	1:14:54
96	169	1437	Acácio Campos	M	M55	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	0:34:12	4:42	1:15:13
97	88	1361	Filipe Tomás	M	M65	A. C. S. MAMEDE	0:36:52	4:43	1:15:32
98	184	1451	Rui Carreira	M	M50	Gasoutos-Grupo Atlético dos Soutos	0:36:00	4:43	1:15:43
99	87	1360	João Carvalho	M	Seniores		0:37:15	4:45	1:16:05
100	72	1345	André Wiborg	M	M55	WL84	0:38:00	4:45	1:16:08

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
101	158	1426	Lucas Delgado	M	M60	G.D.Zambujeira e Serra	0:36:49	4:45	1:16:14
102	121	1390	João Justo	M	M40	Clube Desportivo Ribeirense	0:35:30	4:46	1:16:17
103	74	1347	Jorge Delgado	M	M30	Casa do Benfica da Figueira da Foz	0:34:30	4:46	1:16:25
104	22	1295	Joao Prospero	M	M65	CR AMIEIRINHENSE	0:36:51	4:46	1:16:30
105	55	1328	João Guerra	M	M40	HCT Running Team	0:36:07	4:47	1:16:35
106	163	1431	António Manuel De Oliveira Leitão	M	M55	Individual	0:35:36	4:50	1:17:22
107	50	1323	Hans Ardeel	M	M45	Quinta da Badula	0:36:52	4:51	1:17:37
108	65	1338	Amílcar Santana	M	M65	C.C.D. O ALVITEJO	0:37:30	4:51	1:17:44
109	182	1449	José Fernandes	M	M55	C.C.D. O ALVITEJO	0:36:51	4:51	1:17:44
110	80	1353	Jorge Gomes	M	M55	G.D.C. Eirapedrense	0:37:58	4:51	1:17:46
111	107	1378	Jose Peixoto	M	M55		0:36:43	4:52	1:17:55
112	7	1282	João Sintra Sintra	M	M55	ACRM Silveirinha Grande Claras	0:36:51	4:53	1:18:12
113	33	1306	Vitor Parreira	M	M60	Clube de Atletismo da Nazaré	0:37:20	4:53	1:18:20
114	109	1380	Carlos Teixeira	M	M55	Lebres e Tartarugas	0:37:42	4:54	1:18:24
115	32	1305	Gonçalo Coelho	M	M35	Clube Sosi/taxis dos Moleanos	0:37:59	4:56	1:19:07
116	195	2908	Mario Duarte	M	M55	Clube Desportivo Moitense	0:37:24	4:56	1:19:11
117	38	1311	Fernando Verissimo	M	M55	Chester's Team	0:39:07	4:57	1:19:13
118	41	1314	Jorge Duarte	M	M40	Chester's Team	0:39:07	4:57	1:19:13
119	3	1278	Leandro Gomes	M	Seniores	ARCD MENDIGA	0:37:32	4:59	1:19:47
120	593	1201	José Nobre	M	M35	Nobrebrindes	0:36:40	4:59	1:19:54

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
121	2	1277	Pedro Gomes	M	Seniores	ARCD MENDIGA	0:37:32	4:59	1:19:59
122	49	1322	Guy Cyriel Cobbaert	M	M50	Quinta da Badula	0:38:41	5:00	1:20:02
123	139	1408	Artur Costa	M	M35	RX RUNNERS	0:36:32	5:01	1:20:24
124	11	1286	José Marques	M	M40	Clube de Atletismo da Nazaré	0:37:33	5:01	1:20:27
125	118	1388	José Garraão	M	M55	CLAC - Entroncamento	0:37:45	5:02	1:20:34
126	28	1301	Carlos Sousa	M	M60	Os Perigosos	0:37:14	5:02	1:20:44
127	150	1418	Diogo Venda	M	Seniores	Fuas Bike Team	0:37:25	5:05	1:21:23
128	17	1290	Martinho Delgado Delgado	M	M60	individual	0:38:32	5:05	1:21:33
129	37	1310	Helder José Santos Martins	M	M35		0:38:53	5:06	1:21:48
130	68	1341	Joaquim Martins	M	M55	C.C.D. O ALVITEJO	0:37:53	5:07	1:21:57
131	57	1330	Paulo Bertolo	M	M30	HCT Running Team	0:40:09	5:08	1:22:22
132	58	1331	Daniel Fialho	M	M30	HCT Running Team	0:40:09	5:08	1:22:22
133	106	1377	Ricardo Triães	M	M40	RX RUNNERS	0:38:26	5:09	1:22:38
134	171	1439	Bruno Oliveira	M	Seniores		0:41:12	5:15	1:24:08
135	138	1407	Rui Ventura	M	M55	CCRD BURINHOSA	0:41:36	5:16	1:24:26
136	102	1373	Carlos Jesus Moreira	M	M60	CCDTMetroLx	0:41:57	5:17	1:24:45
137	35	1308	Rodrigo Sousa	M	M30	Paroquia do Alqueidão	0:40:13	5:18	1:25:00
138	34	1307	Igor Silva	M	Seniores	Arrimalanos	0:40:13	5:18	1:25:01
139	73	1346	Frederico Wiborg	M	M45	WL84	0:43:24	5:19	1:25:09
140	125	1394	Domingos Lavinha	M	M55	Clube Desportivo Ribeirense	0:39:31	5:20	1:25:26

Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
141	198	1186	Carlo Carreira	M	M55		0:40:12	5:20	1:25:28
142	27	1300	José Henriques	M	M60	Os Perigosos	0:40:45	5:20	1:25:34
143	103	1374	Francisco Gomes Plínio	M	M60	CCDTMetroLx	0:41:28	5:25	1:26:51
144	4	1279	João Graça	M	M60	ACRM Silveirinha Grande Claras	0:40:17	5:25	1:26:52
145	12	1287	Albino Oliveira	M	M65	GTT - Armazém do Caffé	0:41:58	5:26	1:27:04
146	148	1416	Luciano Ramos	M	M55	Clube de Atletismo Os Pesados	0:43:21	5:29	1:27:47
147	75	1348	Armando Delgado	M	M60	Casa do Benfica da Figueira da Foz	0:42:39	5:29	1:27:57
148	20	1293	Nuno Belo	M	M40	SS CGD	0:40:40	5:30	1:28:14
149	187	1200	Luís Conceição	M	M55	CCRD BURINHOSA	0:43:57	5:36	1:29:38
150	94	1367	José Martins José	M	M55	clube veteranos do lis	0:41:44	5:36	1:29:38
151	172	1440	Carlos Garcia Garcia	M	M55		0:43:17	5:39	1:30:35
152	113	1383	José Correia	M	M55	Almeirim	0:43:18	5:39	1:30:35
153	40	1313	Julio Parreira	M	M65	Chester's Team	0:43:19	5:39	1:30:36
154	46	1319	Nuno Mauricio	M	M35	HCT Running Team	0:44:10	5:41	1:31:10
155	81	1354	Luis Oliveira	M	M40	G.D.C. Eirapedrense	0:44:18	5:43	1:31:36
156	78	1351	Manuel Santos	M	M60	G.D.C. Eirapedrense	0:44:18	5:43	1:31:37
157	176	1444	Luis Prazeres	M	M45	Eirapedrense	0:44:52	5:53	1:34:22
158	105	1376	Manuel Pereira	M	M60	Clínica dos Relógios	0:45:08	6:01	1:36:18
159	84	1357	Luiz Rosa	M	M60	CLUBE ATLETISMO AMIGOS DE BELÉM	0:45:26	6:01	1:36:18
160	180	1447	Tomé Silva	M	Seniores		0:45:12	6:03	1:37:03



Geral Masculina



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Ritmo	Tempo
161	69	1342	Vítor Rodrigues	M	M50	C.C.D. O ALVITEJO	0:47:34	6:16	1:40:25
162	70	1343	Henrique Ruas	M	M65	C.C.D. O ALVITEJO	0:47:54	6:29	1:43:58
163	24	1297	Fernando Cunha Fernandes Fernandes	M	M65	CCDTML	0:50:58	6:48	1:49:00
164	23	1296	João Barbosa Barbosa	M	M55	CCDTML	0:50:59	6:49	1:49:04



Geral Feminina

Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Categoria	Equipa	7.8 km	Pace	Chip Time
1	42	1315	Margarida Dionísio	F	Seniores Femininas	Associação Cultural e recreativa senhora do Desterro	0:30:05	3:57	1:03:14
2	47	1320	Alexandra Oliveira	F	Seniores Femininas	União Clube Eirense	0:32:33	4:10	1:06:54
3	114	1384	Dulcínea Silva	F	F40	GAC	0:32:56	4:17	1:08:42
4	64	1337	Ana Margarida	F	F40	C.C.D. O ALVITEJO	0:36:51	4:47	1:16:46
5	134	1403	Vanda Jeronimo	F	F35	CCRD BURINHOSA	0:36:59	4:50	1:17:24
6	135	1404	Carmen Almeida	F	F35	CCRD BURINHOSA	0:39:31	5:13	1:23:30
7	189	1454	Ana Raquel	F	Seniores Femininas	ACBATALHA	0:40:34	5:20	1:25:34
8	45	1318	Sónia Vicente	F	F40	HCT Running Team	0:44:10	5:41	1:31:10
9	93	1366	Ana Paula Martins Ana Paula	F	F40	clube veteranos do lis	0:45:46	5:56	1:35:09
10	53	1326	Claudia Nobre	F	F40		0:44:39	6:01	1:36:18
11	71	1344	Elisabete Águas	F	F40	C.C.D. O ALVITEJO	0:45:57	6:01	1:36:30
12	111	1382	Joana Fernandes	F	F35	Lebres e Tartarugas	0:56:38	6:49	1:49:04
13	110	1381	Joana Teixeira	F	F35	Lebres e Tartarugas	0:58:20	7:05	1:53:32