

**k30 (119)**

**5 C**

PI	Stno Name	YB Club	Cl.	Time
1	116 Ricardo Moreira	86 U. D. R. Zona Alta - Torre	Sen M	2:30:27
2	102 Nélio	89 A.C.S.MAMEDE	Sen M	2:32:00
3	1 Diogo Baena	83 OFFTEL RUNNERS	Sen M	2:45:46
4	49 Ganiho	84 OFFTEL RUNNERS	Sen M	2:48:04
5	62 Hugo Seguro	83 Caracol Trail Team	Sen M	2:48:34
6	38 Pedro Freitas	81 Caracol Trail Team	Sen M	2:48:36
7	47 duarte	87 INDIVIDUAL	Sen M	2:53:50
8	121 Filipe Almeida	81 CCRD ARRIMAL	Sen M	2:55:40
9	64 Gil Vicente	73 Caracol Trail Team	M40	2:57:36
10	128 Licínio Sousa	71 INDIVIDUAL	M40	2:58:41
11	90 Sara de Brito	70 CA Barreira	F40	2:58:43
12	77 DANIEL JAULINO	65 clube veteranos do lis	M40	2:58:44
13	28 Fernando Miguel	72 ARSC TOLEDO	M40	3:00:30
14	20 jose cordeiro	63 Pé na Pinha	M50	3:07:07
15	103 Fernandes	86 Caracol Trail Team	Sen M	3:07:40
16	104 Aníbal Godinho	64 Caracol Trail Team	M50	3:07:41
17	129 Joaquim Figueira	72 Canhões da Nazaré	M40	3:09:15
18	91 Zeartur	69 NEL - Pédatleta	M40	3:10:15
19	87 Jorge Agostinho	58 CA Barreira	M50	3:10:27
20	89 Paulo Cruz	70 CA Barreira	M40	3:10:37
21	54 nuno boniek	69 Caracol Trail Team	M40	3:11:51
22	88 Miguel Saraiva	68 CA Barreira	M40	3:12:37
23	52 PEDRO FAUSTINO	75 Chitas de Alcobaça	Sen M	3:15:07
24	118 Rodolfo Deyllot	66 CCRD ARRIMAL	M40	3:15:43
25	122 Gonçalo Ferreira	82 OFFTEL RUNNERS	Sen M	3:20:55
26	41 LUIS MARTINS	79 G.D.R Figueiras-Marinha (	Sen M	3:28:50
27	9 Nuno Lopes	76 Here for Beer	Sen M	3:29:06
28	97 Gonçalo Macide	84 INDIVIDUAL	Sen M	3:29:07
29	119 Pedro Gomes	87 CCRD ARRIMAL	Sen M	3:29:47
30	115 João Almeida	72 Corridas e Petiscadas	M40	3:29:55
31	19 Edgar	76 c.r.amieirinhense	Sen M	3:29:58
32	51 R. Bota	86 INDIVIDUAL	Sen M	3:30:37
33	43 Gonçalo Barreiro	74 OFFTEL RUNNERS	Sen M	3:30:55
34	39 Manuel Carreira	58 clube veteranos do lis	M50	3:31:56
35	70 Lino Franco	75 OFFTEL RUNNERS	Sen M	3:32:56
36	71 Paulo Crespo	73 GTeam	M40	3:33:00
37	61 Jocelina Ferreira	73 Clube SEM (Sempre em M	F40	3:33:27
38	50 João Bota	73 INDIVIDUAL	M40	3:34:19
39	120 Arménio Coelho	76 CCRD ARRIMAL	Sen M	3:34:30
40	2 Mário Carvalho	58 OFFTEL RUNNERS	M50	3:34:33
41	114 MES	77 OFFTEL RUNNERS	Sen M	3:35:14
42	29 Amorim	73 INDIVIDUAL	M40	3:36:10
43	8 Pedro Amaral	66 Here for Beer	M40	3:38:53
44	112 António Amador	68 INDIVIDUAL	M40	3:41:50
45	60 Branco	76 Follow Me	Sen M	3:43:09
46	11 Vitor Simões	60 Here for Beer	M50	3:43:11
47	69 Diogo	85 Trail do Dragão	Sen M	3:44:09
48	86 André Rodrigues	71 CA Barreira	M40	3:44:40
49	57 Miranda	47 CAOB Clube de Atletismo	M60	3:46:55
50	27 kruguer	78 INDIVIDUAL	Sen M	3:47:23

51	75 Manuel Victorino	49 CCD ALVITEJO	M60	3:48:39
52	13 Sandro Vilela	76 Amigos do descanso	Sen M	3:48:40
53	74 João Martins	68 Caracol Trail Team	M40	3:49:57
54	44 alegre	61 ARSC TOLEDO	M50	3:50:27
55	113 Ricardo	83 INDIVIDUAL	Sen M	3:50:47
56	98 Campos	75 INDIVIDUAL	Sen M	3:51:00
57	5 Ana Paula Santos	62 INDIVIDUAL	F50	3:52:38
58	126 Valdemar	60 INDIVIDUAL	M50	3:52:39
59	4 Hélder S G Pinto	76 INDIVIDUAL	Sen M	3:52:42
60	73 João Rosa	96 GTeam	Sen M	3:52:44
61	117 JP Queirós	66 NEL - Pédatleta	M40	3:53:08
62	101 Sérgio Silva	73 SR Jardoeira / RUNCROSE	M40	3:57:26
63	23 Sérgio Artilheiro	80 INDIVIDUAL	Sen M	3:58:21
64	32 Pedro Vicente	74 Pé na Pinha	M40	3:58:48
65	68 Grande Águia	78 Trail do Dragão	Sen M	4:00:44
66	100 João Salgueiro	70 OFFTEL RUNNERS	M40	4:01:56
67	109 justino	76 INDIVIDUAL	Sen M	4:01:58
68	59 Antonio Agostinho	54 INDIVIDUAL	M60	4:03:00
69	3 Kepha	74 Cavalinhos Runners	Sen M	4:04:04
70	84 João Filipe Ribeiro	74 NEL - Pédatleta	Sen M	4:10:36
71	36 Paulo Ubaldo	68 INDIVIDUAL	M40	4:10:58
72	125 SANDRO CORDEIRO	77 INDIVIDUAL	Sen M	4:11:34
73	26 Joao Gomes	62 Pé na Pinha	M50	4:12:56
74	96 Mário Fernandes	72 Thermoplay Portugal	M40	4:12:58
75	24 Marco Ribeiro	69 INDIVIDUAL	M40	4:13:25
76	35 Anabela Santos	74 INDIVIDUAL	F40	4:13:27
77	40 FERNANDO SANTOS	60 G.D.R Figueiras-Marinha (	M50	4:14:55
78	17 João Pires	86 INDIVIDUAL	Sen M	4:14:58
79	12 André Goucha	74 NEL - Pédatleta	M40	4:15:48
80	46 jose martins	65 INDIVIDUAL	M40	4:15:51
81	55 VITOR DINIS	71 NEL - Pédatleta	M40	4:15:52
82	67 Tiago Cruz	82 Trail do Dragão	Sen M	4:16:08
83	10 João Santos	71 Here for Beer	M40	4:17:09
84	72 Patricia Rosa	91 GTeam	Sen F	4:19:10
85	81 Rui Monteiro	81 GTeam	Sen M	4:19:12
86	56 caminhosoeste	71 CaminhosOeste	M40	4:22:18
87	111 Pedro Vendeirinho	65 OFFTEL RUNNERS	M40	4:23:52
88	58 Brandão	59 CAOB Clube de Atletismo	M50	4:23:59
89	99 JOÃO SANTOS	47 ARSC TOLEDO	M60	4:26:02
90	80 Fernando Miguel	74 INDIVIDUAL	M40	4:26:16
91	15 João Tiago	82 INDIVIDUAL	Sen M	4:27:24
92	85 Adriana Ascenso	77 CA Barreira	Sen F	4:35:24
93	79 Tina	63 juventude vidigalense	F50	4:37:52
94	127 Ana Domingues	71 NEL - Pédatleta	F40	4:41:36
95	66 Miguel Cruz	77 Trail do Dragão	Sen M	4:42:21
96	65 Ivo	85 Trail do Dragão	Sen M	4:42:23
97	110 Mário Salgueiro	76 OFFTEL RUNNERS	Sen M	4:44:31
98	42 Joana Frazão	83 INDIVIDUAL	Sen F	4:49:42
99	76 Telmo Oliveira	78 porto de mos a correr	Sen M	4:49:45
100	123 Laminha	67 Cross Laminha	M40	4:49:47
101	518 Simone Pereira	93 INDIVIDUAL	Sen F	5:04:37
102	7 Pedro Pereira	80 INDIVIDUAL	Sen M	5:04:40
103	108 Sofia portela	76 Não fazemos nem mais ur	Sen F	5:05:48
104	48 SÓNIA REIS	75 NEL - Pédatleta	Sen F	5:05:54
105	83 Nuno Ferreira	78 OFFTEL RUNNERS	Sen M	5:06:38
	106 Rui Casaleiro	68 OFFTEL RUNNERS	M40	mp

93 Paulo Carvalho	87 Pocariça Runners	Sen M	mp
124 Jorge Rodrigues	69 NEL - Pédatleta	M40	mp
94 P Pascoal	84 Pocariça Runners	Sen M	mp
107 Pedro Sola	75 INDIVIDUAL	Sen M	dnf
25 Paulo Loureiro	71 NEL - Pédatleta	M40	dns
82 Marco Lopes	77 Caracol Trail Team	Sen M	dns
63 Marco Trindade	74 NEL - Pédatleta	Sen M	dns
37 Tiago Godinho	92 Caracol Trail Team	Sen M	dns
45 major	74 ARSC TOLEDO	M40	dns
78 DAVID OLIVEIRA	75 clube veteranos do lis	Sen M	dns
14 Henrique Borges	60 Amigos do descanso	M50	dns
92 João Ribeiro	92 Pocariça Runners	Sen M	dns
105 MARIO PIRES	59 INDIVIDUAL	M50	dns