

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
1	121	JOSÉ CARLOS DA SILVA SOUSA	M	23		00:32:06	GD 3 STOS POPULARES
2	10	CARLOS SILVA	M	20		00:32:32	AD ANCEDE
3	50	MESSIAS DIAS	M	41		00:32:35	GD 3 STOS POPULARES
4	46	ADELINO JOSE	M	22		00:32:39	ACR CAMBRA
5	52	TIAGO MADUREIRA	M	32		00:33:40	GD 3 STOS POPULARES
6	51	MARIO SILVA	M	49		00:33:55	GD 3 STOS POPULARES
7	100	ANTONIO TEIXEIRA	M	33		00:34:06	alpendorada running team
8	106	RUI MIGUEL OLIVEIRA LOPES	M	36		00:34:08	CDCR dos CTT de Coimbra
9	204	ANTONIO CANECA	M	41		00:34:12	A.D.RIO LARGO C.E.
10	122	PAULO REIS	M	45		00:34:25	CD FEIRENSE
11	54	JOSE FERNANDES	M	49		00:34:29	GD 3 STOS POPULARES
12	205	ANTONIO OLIVEIRA	M	43		00:34:34	A.D.RIO LARGO C.E.
13	317	ALCINO SILVA	M	40		00:34:55	CIA ALPENDORADA
14	215	PAULO PILROTO	M	41		00:35:25	INDIVIDUAL
15	219	PAULO PINTO	M	44		00:36:13	A.D.RIO LARGO C.E.
16	102	JOSÉ FERNANDO	M	44		00:36:28	INDIVIDUAL
17	226	ISMAEL DA CUNHA QUEIROS	M	27		00:36:35	INDIVIDUAL
18	312	JOAO M G PEREIRA	M	30		00:36:51	INDIVIDUAL
19	14	PAULO DE JESUS OLIVEIRA	M	44		00:37:40	INDIVIDUAL
20	213	JOSE GOMES	M	49		00:37:43	A.D.RIO LARGO C.E.
21	315	VITOR PEREIRA	M	41		00:37:47	INDIVIDUAL
22	289	ANDRE PENIM	M	19		00:37:49	MARATONA CP
23	281	PAULO JOSE FERREIRA	M	39		00:37:50	f.c.penafiel
24	245	CARLOS BAPTISTA	M	49		00:38:02	INDIVIDUAL
25	217	RUI TAVARES	M	34		00:38:14	A.D.RIO LARGO C.E.
26	144	JOSE TAVARES	M	44		00:38:23	INDIVIDUAL
27	302	RODRIGO NUNES	M	51		00:38:39	CD FEIRENSE
28	249	VITOR OLIVEIRA	M	32		00:38:41	MAIA AC
29	186	MANUEL FERREIRA	M	60		00:38:58	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
30	209	CARLOS FERREIRA	M	38		00:39:01	A.D.RIO LARGO C.E.
31	140	PEDRO RIBEIRO	M	35		00:39:14	INDIVIDUAL
32	165	RICARDO SÉRGIO	M	33		00:39:26	INDIVIDUAL
33	103	ANTÓNIO DIAS	M	48		00:39:39	INDIVIDUAL
34	264	PAULO NEVES	M	26		00:39:46	A.C.Vermoil
35	246	FERNANDO BRANDÃO	M	50		00:39:49	INDIVIDUAL
36	154	PAULO ALEXANDRE DA SILVA	M	31		00:39:58	Porto Runners
37	195	JOSÉ SILVA	M	50		00:40:06	CiRAC
38	119	ORLANDO JORGE CORREIA	M	45		00:40:12	INDIVIDUAL
39	206	AUGUSTO SILVA	M	60		00:40:41	A.D.RIO LARGO C.E.

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
40	216	RUI FREITAS	M	32		00:40:47	A.D.RIO LARGO C.E.
41	208	CARLOS COELHO	M	37		00:40:57	A.D.RIO LARGO C.E.
42	240	ANTÓNIO NASCIMENTO	M	50		00:41:07	C.R.S.Tiago Oliveira do Douro
43	243	JOSE PEREIRA	M	46		00:41:21	INDIVIDUAL
44	114	RICARDO SOUSA	M	31		00:41:23	Run To Be Alive
45	101	HUGO CARMO	M	34		00:42:02	INDIVIDUAL
46	297	LEANDRO NEVES	M	28		00:42:18	USKE-NIANOS
47	265	ANTÓNIO NEVES	M	50		00:42:19	A.C.Vermoil
48	192	JORGE SILVA	M	43		00:42:21	CiRAC
49	260	HUGO ANDRÉ FERREIRA	M	31		00:42:28	H-Raki
50	125	LUÍS MARTINS	M	26		00:42:33	INDIVIDUAL
51	47	EVANDRO SILVA	M	41		00:42:38	CCD RENAULT CACIA
52	286	LUIS BRANCO	M	30		00:42:40	INDIVIDUAL
53	308	AMERICO SOUSA	M	50		00:42:41	INDIVIDUAL
54	176	MANUEL RODRIGUES	M	58		00:42:41	ArcoRun
55	16	JOAQUIM MANUEL PINTO VIEIRA	M	47		00:42:47	OS CACHOS
56	257	DANIEL ESPINHAL	M	32		00:42:49	INDIVIDUAL
57	231	MIGUEL PINTO	M	46		00:42:51	Freixorunners
58	181	PAULO GRILO	M	40		00:42:51	ArcoRun
59	252	HUMBERTO RIBEIRO	M	45		00:42:54	VAMOS A TODAS
60	138	ALBERTO ESPINHEIRA	M	50		00:42:54	Movol
61	15	SERGIO MARTINS	M	33		00:42:57	INDIVIDUAL
62	44	ANTONIO PENIM	M	45		00:43:00	INDIVIDUAL
63	228	ANTÓNIO AUGUSTO SILVA	M	49		00:43:01	Lousada Runners
64	27	FERNANDO GONÇALVES	M	54		00:43:02	JAM
65	21	MARIA LEITE	F	53		00:43:05	ACREFA
66	169	ARMINDO BASTOS	M	39		00:43:09	INDIVIDUAL
67	295	MARIO LOPES	M	47		00:43:15	INDIVIDUAL
68	244	JOÃO MIGUEL NATARIO	M	39		00:43:19	living
69	193	JOSÉ BELINHA	M	34		00:43:24	CiRAC
70	137	PAULO SILVA	M	46		00:43:26	Movol
71	113	NUNO FILIPE FIGUEIRINHAS	M	37		00:43:33	INDIVIDUAL
72	191	JOAQUIM OLIVEIRA	M	57		00:43:37	CiRAC
73	190	ALCIDES SALES	M	52		00:43:46	CiRAC
74	109	RAMIRO PINHO	M	51		00:43:46	INDIVIDUAL
75	39	DOMINGOS SILVA	M	55		00:43:52	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
76	149	RICHARD NOGUEIRA	M	39		00:43:53	Clube BTT Sanguedo
77	221	M. MATILDE BAPTISTA	F	46		00:43:57	JAM
78	128	FRANCISCO TERRA	M	32		00:44:03	The Office

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
79	194	JOSÉ SANTOS	M	49		00:44:05	CiRAC
80	277	JOÃO GRAÇA	M	34		00:44:06	NM ESPINHO
81	110	JOSÉ PEREIRA	M	33		00:44:07	Gaiola dos Loucos
82	251	JOSÉ RIBEIRO	M	48		00:44:13	VAMOS A TODAS
83	182	JOÃO COSTA	M	26		00:44:18	INDIVIDUAL
84	180	NUNO FERNANDES	M	33		00:44:18	ArcoRun
85	153	MARCO RICARDO	M	31		00:44:20	PORTUGAL RUNNING
86	189	ANTÓNIO SANTOS	M	54		00:44:38	CiRAC
87	224	PAULO ALEXANDRE SILVA	M	40		00:44:43	INDIVIDUAL
88	139	BRUNO BARBOSA	M	31		00:44:44	INDIVIDUAL
89	314	PEDRO VIEIRA	M	33		00:44:50	CIA ALPENDORADA
90	170	ALEXANDRE FERNANDES	M	36		00:44:53	ArcoRun
91	17	CARLOS MANUEL PINTO VIEIRA	M	45		00:44:57	OS CACHOS
92	225	MANUEL SANTOS SILVA	M	45		00:45:06	INDIVIDUAL
93	141	SÉRGIO GUIMBRA	M	35		00:45:16	INDIVIDUAL
94	179	NUNO BARBOSA	M	33		00:45:20	ArcoRun
95	164	BRUNO MARQUES	M	37		00:45:23	INDIVIDUAL
96	211	ILIDIO RIBEIRO	M	49		00:45:26	A.D.RIO LARGO C.E.
97	270	PAULO MOREIRA	M	44		00:45:31	INDIVIDUAL
98	268	FERNANDO MANUEL ZENHA	M	27		00:45:33	INDIVIDUAL
99	22	ABEL SANTOS	M	66		00:45:40	CALDAS S.JORGE SC
100	37	JOSE OLIVEIRA	M	31		00:45:47	TIAGO CADETE LIVING
101	262	NUNO RAPOSO	M	35		00:45:51	NM ESPINHO
102	166	FERNANDO MANUEL LOPES	M	57		00:45:55	INDIVIDUAL
103	272	NUNO VEIGA SILVA	M	47		00:45:58	INDIVIDUAL
104	233	VICTOR SIMÕES GOMES	M	50		00:45:58	INDIVIDUAL
105	145	RUI MANUEL PEREIRA	M	35		00:46:00	INDIVIDUAL
106	161	JAIME JÚNIOR	M	42		00:46:05	CCD/Renault CACIA
107	239	XAVIER SOUSA SANTOS	M	26		00:46:07	Os Malapeiros
108	214	MANUEL AMORIM	M	50		00:46:07	A.D.RIO LARGO C.E.
109	294	PEDRO GOMES	M	38		00:46:11	NM ESPINHO
110	279	NARCISO ARROMBA	M	59		00:46:13	INDIVIDUAL
111	107	RUI ARTUR COSTA	M	38		00:46:14	INDIVIDUAL
112	197	OSCAR MAGOLO	M	55		00:46:16	CiRAC
113	131	JORGE VIEIRA	M	38		00:46:19	The Office
114	238	RAUL XAVIER PEREIRA	M	32		00:46:26	Os Malapeiros
115	41	ALBERTO PAIVA	M	69		00:46:26	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
116	104	BRUNO SANTOS	M	31		00:46:34	Zé Nando Runners
117	142	JORGE DUARTE PINHEIRO	M	46		00:46:36	RUN 4 FUN

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
118	155	RICARDO COELHO	M	35		00:46:39	Yes We Kenya
119	242	PEDRO MATOS	M	33		00:47:08	Porto Runners
120	38	CARLOS SOUSA	M	37		00:47:12	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
121	133	LUÍS PEREIRA	M	37		00:47:13	INDIVIDUAL
122	296	RICARDO PEDROSO	M	37		00:47:14	USKE-NIANOS
123	129	CARLOS PEREIRA	M	34		00:47:19	The Office
124	136	ARMANDO ROCHA	M	39		00:47:27	Movol
125	280	RAQUEL PINTO DE SOUSA	F	43		00:47:36	INDIVIDUAL
126	234	FILIPPE REIS SÁ COELHO	M	33		00:47:39	Os Malapeiros
127	178	MIGUEL MATOS	M	35		00:47:40	ArcoRun
128	175	LUÍS COSTA	M	27		00:47:42	ArcoRun
129	53	LILIANA RODRIGUES	F	43		00:47:43	GD 3 STOS POPULARES
130	218	VITOR PINTO	M	39		00:47:47	A.D.RIO LARGO C.E.
131	285	ALVARO GONCALVES	M	28		00:47:50	INDIVIDUAL
132	290	MANUEL F F SILVA	M	44		00:47:55	ArcoRun
133	36	EDUARDO COELHO	M	33		00:47:55	TIAGO CADETE LIVING
134	32	GASPAR CADETE	M	64		00:47:57	INDIVIDUAL
135	183	PEDRO M CORREIA	M	29		00:48:01	INDIVIDUAL
136	18	MANUEL FERNANDO MARTINS CARNEIRO	M	48		00:48:06	OS CACHOS
137	319	EDGAR SILVA	M	33		00:48:08	TIAGO CADETE LIVING
138	34	SERGIO MAGALHAES	M	31		00:48:15	TIAGO CADETE LIVING
139	184	CARLOS MOREIRA	M	32		00:48:17	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
140	185	ELISABETE SANTOS	F	35		00:48:17	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
141	276	GUALTER PEREIRA	M	29		00:48:22	INDIVIDUAL
142	201	DANIEL FILIPE DA SILVA SOUSA	M	37		00:48:26	INDIVIDUAL
143	31	NUNO AVELAR	M	29		00:48:29	INDIVIDUAL
144	318	JORGE DIAS	M	48		00:48:36	CIA ALPENDORADA
145	207	HENRIQUE SILVA	M	53		00:48:40	A.D.RIO LARGO C.E.
146	299	ALBERTO AZEVEDO	M	40		00:48:42	USKE-NIANOS
147	171	EDGAR MARQUES	M	35		00:48:43	ArcoRun
148	325	JOSE MAGALHAES	M	65		00:48:44	CI ALPENDORADA
149	237	HELDER MATOS	M	27		00:48:45	Os Malapeiros
150	210	FERNANDO COUTO	M	57		00:48:53	A.D.RIO LARGO C.E.
151	274	MARCO ALEXANDRE SANTOS	M	28		00:49:01	INDIVIDUAL
152	147	VITOR RITO	M	28		00:49:10	INDIVIDUAL
153	118	PEDRO MIGUEL MARQUES	M	28		00:49:11	INDIVIDUAL
154	316	JOSE VALENTE	M	44		00:49:17	INDIVIDUAL
155	287	RUI SÁ	M	35		00:49:18	INDIVIDUAL
156	162	MANUEL SILVA CORREIA	M	50		00:49:18	Clube BTT Sanguedo

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
157	12	ANDRE ALAO	M	18		00:49:20	Movol
158	278	JORGE RAMOS	M	35		00:49:25	ArcoRun
159	156	HÉLDER FERNANDES	M	32		00:49:35	Yes We Kenya
160	40	ANTONIO FERNADES	M	55		00:49:39	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
161	120	RUI PINTO FERREIRA	M	32		00:49:45	INDIVIDUAL
162	275	GEORGE MARTINS GRANGEIA	M	35		00:50:15	INDIVIDUAL
163	258	ULISSES CABRAL	M	43		00:50:18	VAMOS A TODAS
164	146	RUI MIGUEL VILELA	M	33		00:50:27	INDIVIDUAL
165	313	TALITO LARANJEIRA	M	65		00:50:32	A.D.RIO LARGO C.E.
166	232	ANDRE MIGUEL ANTUNES	M	38		00:50:32	S. S. Montepio
167	163	EDGAR SILVA ROCHA	M	53		00:50:32	Clube BTT Sanguedo
168	45	CONSTANTINO SOUSA	M	35		00:50:39	INDIVIDUAL
169	150	AGOSTINHO JOSÉ	M	51		00:50:43	Run To Be Alive
170	172	ISABEL ALMEIDA	F	41		00:50:58	ArcoRun
171	309	NUNO MOREIRA	M	41		00:50:58	INDIVIDUAL
172	307	PAULO MOREIRA	M	44		00:50:59	INDIVIDUAL
173	248	ARTUR BAPTISTA	M	41		00:51:12	INDIVIDUAL
174	247	PEDRO VEIGA	M	43		00:51:12	INDIVIDUAL
175	11	ARMANDO OLIVEIRA	M	72		00:51:26	INDIVIDUAL
176	30	LEANDRO RODRIGUES	M	31		00:51:28	TIAGO CADETE LIVING
177	35	LEANDRO COSTA	M	36		00:51:32	TIAGO CADETE LIVING
178	187	LIDIA MARQUES	F	40		00:51:33	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
179	177	PEDRO MELO	M	47		00:51:34	ArcoRun
180	222	DAMIAO PACHECO	M	32		00:51:51	Poteeentes
181	223	SANDRA ALMEIDA	F	25		00:51:51	Poteeentes
182	304	DANIEL MONTEIRO	M	23		00:51:53	INDIVIDUAL
183	26	SERGIO COSTA	M	31		00:51:58	LUSOS XXI
184	116	MARIA ARMINDA MOREIRA	F	41		00:52:03	Lousada Runners
185	173	ISABEL LOURENÇO	F	37		00:52:09	ArcoRun
186	174	GLÓRIA SANTOS	F	55		00:52:09	ArcoRun
187	167	MIGUEL MATIAS	M	39		00:52:13	INDIVIDUAL
188	23	RAMIRO MONTEIRO	M	64		00:52:18	CALDAS S.JORGE SC
189	188	ARTUR LUIS M. RODRIGUES	M	44		00:52:18	SILVA,SANTOS&SILVA
190	13	JORGE MOTA	M	37		00:52:30	INDIVIDUAL
191	25	JOAO CARVALHO	M	32		00:52:35	LUSOS XXI
192	42	MANUEL COUTO	M	66		00:52:46	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
193	292	ANTONIO ALVES	M	62		00:52:46	CIA ALPENDORADA
194	196	MANUEL NEIVA	M	63		00:52:46	CiRAC
195	203	ANA BORGES	F	38		00:52:47	A.D.RIO LARGO C.E.

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
196	254	SOLANGE CABRAL	F	37		00:52:47	VAMOS A TODAS
197	212	JOSE FALCÃO	M	61		00:52:49	A.D.RIO LARGO C.E.
198	253	RODRIGO MORAIS	M	47		00:53:21	VAMOS A TODAS
199	108	MARGARIDA RIBEIRO NEVES	F	48		00:53:35	INDIVIDUAL
200	303	SÉRGIO REIS	M	28		00:53:43	INDIVIDUAL
201	241	JOSÉ ELÍSIO	M	40		00:53:44	INDIVIDUAL
202	263	PEDRO GOMES	M	40		00:53:57	INDIVIDUAL
203	273	JOÃO PEDRO REIS	M	32		00:53:58	INDIVIDUAL
204	168	MIGUEL ÂNGELO M. LIMA	M	33		00:54:03	Clube de Atletismo Os Limas
205	157	JÚLIO PINTO	M	34		00:54:08	Yes We Kenya
206	151	MANUEL LUIS	M	52		00:54:19	INDIVIDUAL
207	259	RICARDO BASTOS	M	48		00:54:20	LEBRES DO SADO
208	284	AMÍLCAR ALMEIDA PINTO	M	44		00:55:06	INDIVIDUAL
209	132	RUI AMARAL	M	46		00:55:09	INDIVIDUAL
210	29	PAULO PINTO	M	43		00:55:41	TIAGO CADETE LIVING
211	282	JOAQUIM PINTO FERREIRA	M	41		00:55:58	f.c.penafiel
212	271	NUNO ANDRÉ BARBOSA	M	33		00:56:05	INDIVIDUAL
213	261	NELSON LOPES	M	33		00:56:16	INDIVIDUAL
214	267	HELDER TEIXEIRA	M	35		00:56:22	INDIVIDUAL
215	143	HELENA TELINO	F	33		00:56:28	RUN 4 FUN
216	220	MARINHA MARQUES BAPTISTA	F	48		00:57:04	JAM
217	198	SUSANA MONTEIRO	F	28		00:57:06	Running Class Hp Arrábida
218	199	JOSÉ SILVA	M	35		00:57:18	Running Class Hp Arrábida
219	43	JOAQUIM SILVA	M	62		00:57:32	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
220	235	ANA ALEXANDRA SILVA	F	28		00:58:19	Os Malapeiros
221	123	ANDRÉ GUEDES MAKRILLOÚ	M	39		00:58:56	Running Class Hp Arrábida
222	320	SARA PEREIRA	F	38		00:58:59	TIAGO CADETE LIVING
223	200	CARMEN MAIO	F	39		00:59:20	Running Class Hp Arrábida
224	202	ALBERTO SILVA	M	73		00:59:43	A.D.RIO LARGO C.E.
225	49	XAVIER OLIVEIRA	M	31		01:00:44	INDIVIDUAL
226	127	VANDA LOPES	F	44		01:01:02	Running Class Hp Arrábida
227	288	MARIANA MAGRO	F	36		01:01:16	INDIVIDUAL
228	48	JOAO FELIX	M	37		01:01:16	INDIVIDUAL
229	300	PEDRO OLIVEIRA	M	32		01:01:46	USKE-NIANOS
230	152	ANA GOMES	F	30		01:01:53	PORTUGAL RUNNING
231	159	CATARINA ARAÚJO DA ROCHA	F	23		01:02:12	INDIVIDUAL
232	158	PAULO OLIVEIRA DA COSTA	M	26		01:02:13	INDIVIDUAL
233	310	CARLA SILVA	F	27		01:02:29	INDIVIDUAL
234	230	JOSÉ ROSENDO	M	53		01:03:34	Lousada Runners

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
235	236	VITOR RENATO DUARTE	M	33		01:03:52	Os Malapeiros
236	283	HELENA RIBEIRO	F	30		01:03:53	Caetano Runners
237	124	LOURENÇO MARQUES	M	41		01:04:54	Caetano Runners
238	105	ÂNGELA MARIA MORAIS	F	35		01:05:19	INDIVIDUAL
239	269	ANDREIA RIBEIRO	F	36		01:05:37	INDIVIDUAL
240	115	SOFIA SÁ	F	25		01:07:25	INDIVIDUAL
241	255	MARIA FONSECA	F	43		01:08:00	VAMOS A TODAS
242	256	CONCEIÇÃO MACHADO	F	40		01:08:02	VAMOS A TODAS
243	250	MÓNICA BRAGA MARGARIDE	F	37		01:08:27	INDIVIDUAL
244	266	JORGE ESTEVES	M	50		01:08:31	INDIVIDUAL
245	28	CARLA CALVO	F	44		01:09:01	TIAGO CADETE LIVING
246	20	ALEXANDRA I M O GONÇALVES	F	41		01:15:21	INDIVIDUAL
247	19	LUIS M S G OLIVEIRA	M	41		01:15:21	INDIVIDUAL
248	298	PEDRO NEVES	M	35		01:23:27	USKE-NIANOS

Total de registros: 248

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

F2034

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	223	SANDRA ALMEIDA	F	25	00:51:51	Poteentes
2	143	HELENA TELINO	F	33	00:56:28	RUN 4 FUN
3	198	SUSANA MONTEIRO	F	28	00:57:06	Running Class Hp Arrábida
4	235	ANA ALEXANDRA SILVA	F	28	00:58:19	Os Malapeiros
5	152	ANA GOMES	F	30	01:01:53	PORTUGAL RUNNING
6	159	CATARINA ARAÚJO DA ROCHA	F	23	01:02:12	INDIVIDUAL
7	310	CARLA SILVA	F	27	01:02:29	INDIVIDUAL
8	283	HELENA RIBEIRO	F	30	01:03:53	Caetano Runners
9	115	SOFIA SÁ	F	25	01:07:25	INDIVIDUAL

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

F3544

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	280	RAQUEL PINTO DE SOUSA	F	43	00:47:36	INDIVIDUAL
2	53	LILIANA RODRIGUES	F	43	00:47:43	GD 3 STOS POPULARES
3	185	ELISABETE SANTOS	F	35	00:48:17	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
4	172	ISABEL ALMEIDA	F	41	00:50:58	ArcoRun
5	187	LIDIA MARQUES	F	40	00:51:33	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
6	116	MARIA ARMINDA MOREIRA	F	41	00:52:03	Lousada Runners
7	173	ISABEL LOURENÇO	F	37	00:52:09	ArcoRun
8	203	ANA BORGES	F	38	00:52:47	A.D.RIO LARGO C.E.
9	254	SOLANGE CABRAL	F	37	00:52:47	VAMOS A TODAS
10	320	SARA PEREIRA	F	38	00:58:59	TIAGO CADETE LIVING
11	200	CARMEN MAIO	F	39	00:59:20	Running Class Hp Arrábida
12	127	VANDA LOPES	F	44	01:01:02	Running Class Hp Arrábida
13	288	MARIANA MAGRO	F	36	01:01:16	INDIVIDUAL
14	105	ÂNGELA MARIA MORAIS	F	35	01:05:19	INDIVIDUAL
15	269	ANDREIA RIBEIRO	F	36	01:05:37	INDIVIDUAL
16	255	MARIA FONSECA	F	43	01:08:00	VAMOS A TODAS
17	256	CONCEIÇÃO MACHADO	F	40	01:08:02	VAMOS A TODAS
18	250	MÓNICA BRAGA MARGARIDE	F	37	01:08:27	INDIVIDUAL
19	28	CARLA CALVO	F	44	01:09:01	TIAGO CADETE LIVING
20	20	ALEXANDRA I M O GONÇALVES	F	41	01:15:21	INDIVIDUAL

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

F4599

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	21	MARIA LEITE	F	53	00:43:05	ACREFA
2	221	M. MATILDE BAPTISTA	F	46	00:43:57	JAM
3	174	GLÓRIA SANTOS	F	55	00:52:09	ArcoRun
4	108	MARGARIDA RIBEIRO NEVES	F	48	00:53:35	INDIVIDUAL
5	220	MARINHA MARQUES BAPTISTA	F	48	00:57:04	JAM

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M1819

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	289	ANDRE PENIM	M	19	00:37:49	MARATONA CP
2	12	ANDRE ALAO	M	18	00:49:20	Movol

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M2034

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	121	JOSÉ CARLOS DA SILVA SOUSA	M	23	00:32:06	GD 3 STOS POPULARES
2	10	CARLOS SILVA	M	20	00:32:32	AD ANCEDE
3	46	ADELINO JOSE	M	22	00:32:39	ACR CAMBRA
4	52	TIAGO MADUREIRA	M	32	00:33:40	GD 3 STOS POPULARES
5	100	ANTONIO TEIXEIRA	M	33	00:34:06	alpendorada running team
6	226	ISMAEL DA CUNHA QUEIROS	M	27	00:36:35	INDIVIDUAL
7	312	JOAO M G PEREIRA	M	30	00:36:51	INDIVIDUAL
8	217	RUI TAVARES	M	34	00:38:14	A.D.RIO LARGO C.E.
9	249	VITOR OLIVEIRA	M	32	00:38:41	MAIA AC
10	165	RICARDO SÉRGIO	M	33	00:39:26	INDIVIDUAL
11	264	PAULO NEVES	M	26	00:39:46	A.C.Vermoil
12	154	PAULO ALEXANDRE DA SILVA	M	31	00:39:58	Porto Runners
13	216	RUI FREITAS	M	32	00:40:47	A.D.RIO LARGO C.E.
14	114	RICARDO SOUSA	M	31	00:41:23	Run To Be Alive
15	101	HUGO CARMO	M	34	00:42:02	INDIVIDUAL
16	297	LEANDRO NEVES	M	28	00:42:18	USKE-NIANOS
17	260	HUGO ANDRÉ FERREIRA	M	31	00:42:28	H-Raki
18	125	LUÍS MARTINS	M	26	00:42:33	INDIVIDUAL
19	286	LUIS BRANCO	M	30	00:42:40	INDIVIDUAL
20	257	DANIEL ESPINHAL	M	32	00:42:49	INDIVIDUAL
21	15	SERGIO MARTINS	M	33	00:42:57	INDIVIDUAL
22	193	JOSÉ BELINHA	M	34	00:43:24	CiRAC
23	128	FRANCISCO TERRA	M	32	00:44:03	The Office
24	277	JOÃO GRAÇA	M	34	00:44:06	NM ESPINHO
25	110	JOSÉ PEREIRA	M	33	00:44:07	Gaiola dos Loucos
26	182	JOÃO COSTA	M	26	00:44:18	INDIVIDUAL
27	180	NUNO FERNANDES	M	33	00:44:18	ArcoRun
28	153	MARCO RICARDO	M	31	00:44:20	PORTUGAL RUNNING
29	139	BRUNO BARBOSA	M	31	00:44:44	INDIVIDUAL
30	314	PEDRO VIEIRA	M	33	00:44:50	CIA ALPENDORADA
31	179	NUNO BARBOSA	M	33	00:45:20	ArcoRun
32	268	FERNANDO MANUEL ZENHA	M	27	00:45:33	INDIVIDUAL
33	37	JOSE OLIVEIRA	M	31	00:45:47	TIAGO CADETE LIVING
34	239	XAVIER SOUSA SANTOS	M	26	00:46:07	Os Malapeiros
35	238	RAUL XAVIER PEREIRA	M	32	00:46:26	Os Malapeiros
36	104	BRUNO SANTOS	M	31	00:46:34	Zé Nando Runners
37	242	PEDRO MATOS	M	33	00:47:08	Porto Runners
38	129	CARLOS PEREIRA	M	34	00:47:19	The Office
39	234	FILIPE REIS SÁ COELHO	M	33	00:47:39	Os Malapeiros
40	175	LUÍS COSTA	M	27	00:47:42	ArcoRun

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M2034

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
41	285	ALVARO GONCALVES	M	28	00:47:50	INDIVIDUAL
42	36	EDUARDO COELHO	M	33	00:47:55	TIAGO CADETE LIVING
43	183	PEDRO M CORREIA	M	29	00:48:01	INDIVIDUAL
44	319	EDGAR SILVA	M	33	00:48:08	TIAGO CADETE LIVING
45	34	SERGIO MAGALHAES	M	31	00:48:15	TIAGO CADETE LIVING
46	184	CARLOS MOREIRA	M	32	00:48:17	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
47	276	GUALTER PEREIRA	M	29	00:48:22	INDIVIDUAL
48	31	NUNO AVELAR	M	29	00:48:29	INDIVIDUAL
49	237	HELDER MATOS	M	27	00:48:45	Os Malapeiros
50	274	MARCO ALEXANDRE SANTOS	M	28	00:49:01	INDIVIDUAL
51	147	VITOR RITO	M	28	00:49:10	INDIVIDUAL
52	118	PEDRO MIGUEL MARQUES	M	28	00:49:11	INDIVIDUAL
53	156	HÉLDER FERNANDES	M	32	00:49:35	Yes We Kenya
54	120	RUI PINTO FERREIRA	M	32	00:49:45	INDIVIDUAL
55	146	RUI MIGUEL VILELA	M	33	00:50:27	INDIVIDUAL
56	30	LEANDRO RODRIGUES	M	31	00:51:28	TIAGO CADETE LIVING
57	222	DAMIAO PACHECO	M	32	00:51:51	Poteeentes
58	304	DANIEL MONTEIRO	M	23	00:51:53	INDIVIDUAL
59	26	SERGIO COSTA	M	31	00:51:58	LUSOS XXI
60	25	JOAO CARVALHO	M	32	00:52:35	LUSOS XXI
61	303	SÉRGIO REIS	M	28	00:53:43	INDIVIDUAL
62	273	JOÃO PEDRO REIS	M	32	00:53:58	INDIVIDUAL
63	168	MIGUEL ÂNGELO M. LIMA	M	33	00:54:03	Clube de Atletismo Os Limas
64	157	JÚLIO PINTO	M	34	00:54:08	Yes We Kenya
65	271	NUNO ANDRÉ BARBOSA	M	33	00:56:05	INDIVIDUAL
66	261	NELSON LOPES	M	33	00:56:16	INDIVIDUAL
67	49	XAVIER OLIVEIRA	M	31	01:00:44	INDIVIDUAL
68	300	PEDRO OLIVEIRA	M	32	01:01:46	USKE-NIANOS
69	158	PAULO OLIVEIRA DA COSTA	M	26	01:02:13	INDIVIDUAL
70	236	VITOR RENATO DUARTE	M	33	01:03:52	Os Malapeiros

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M3539

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	106	RUI MIGUEL OLIVEIRA LOPES	M	36	00:34:08	CDCR dos CTT de Coimbra
2	281	PAULO JOSE FERREIRA	M	39	00:37:50	f.c.penafiel
3	209	CARLOS FERREIRA	M	38	00:39:01	A.D.RIO LARGO C.E.
4	140	PEDRO RIBEIRO	M	35	00:39:14	INDIVIDUAL
5	208	CARLOS COELHO	M	37	00:40:57	A.D.RIO LARGO C.E.
6	169	ARMINDO BASTOS	M	39	00:43:09	INDIVIDUAL
7	244	JOÃO MIGUEL NATARIO	M	39	00:43:19	living
8	113	NUNO FILIPE FIGUEIRINHAS	M	37	00:43:33	INDIVIDUAL
9	149	RICHARD NOGUEIRA	M	39	00:43:53	Clube BTT Sanguedo
10	170	ALEXANDRE FERNANDES	M	36	00:44:53	ArcoRun
11	141	SÉRGIO GUIMBRA	M	35	00:45:16	INDIVIDUAL
12	164	BRUNO MARQUES	M	37	00:45:23	INDIVIDUAL
13	262	NUNO RAPOSO	M	35	00:45:51	NM ESPINHO
14	145	RUI MANUEL PEREIRA	M	35	00:46:00	INDIVIDUAL
15	294	PEDRO GOMES	M	38	00:46:11	NM ESPINHO
16	107	RUI ARTUR COSTA	M	38	00:46:14	INDIVIDUAL
17	131	JORGE VIEIRA	M	38	00:46:19	The Office
18	155	RICARDO COELHO	M	35	00:46:39	Yes We Kenya
19	38	CARLOS SOUSA	M	37	00:47:12	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
20	133	LUÍS PEREIRA	M	37	00:47:13	INDIVIDUAL
21	296	RICARDO PEDROSO	M	37	00:47:14	USKE-NIANOS
22	136	ARMANDO ROCHA	M	39	00:47:27	Movol
23	178	MIGUEL MATOS	M	35	00:47:40	ArcoRun
24	218	VITOR PINTO	M	39	00:47:47	A.D.RIO LARGO C.E.
25	201	DANIEL FILIPE DA SILVA SOUSA	M	37	00:48:26	INDIVIDUAL
26	171	EDGAR MARQUES	M	35	00:48:43	ArcoRun
27	287	RUI SÁ	M	35	00:49:18	INDIVIDUAL
28	278	JORGE RAMOS	M	35	00:49:25	ArcoRun
29	275	GEORGE MARTINS GRANGEIA	M	35	00:50:15	INDIVIDUAL
30	232	ANDRE MIGUEL ANTUNES	M	38	00:50:32	S. S. Montepio
31	45	CONSTANTINO SOUSA	M	35	00:50:39	INDIVIDUAL
32	35	LEANDRO COSTA	M	36	00:51:32	TIAGO CADETE LIVING
33	167	MIGUEL MATIAS	M	39	00:52:13	INDIVIDUAL
34	13	JORGE MOTA	M	37	00:52:30	INDIVIDUAL
35	267	HELDER TEIXEIRA	M	35	00:56:22	INDIVIDUAL
36	199	JOSÉ SILVA	M	35	00:57:18	Running Class Hp Arrábida
37	123	ANDRÉ GUEDES MAKRILLOÚ	M	39	00:58:56	Running Class Hp Arrábida
38	48	JOAO FELIX	M	37	01:01:16	INDIVIDUAL
39	298	PEDRO NEVES	M	35	01:23:27	USKE-NIANOS

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M4044

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	50	MESSIAS DIAS	M	41	00:32:35	GD 3 STOS POPULARES
2	204	ANTONIO CANECA	M	41	00:34:12	A.D.RIO LARGO C.E.
3	205	ANTONIO OLIVEIRA	M	43	00:34:34	A.D.RIO LARGO C.E.
4	317	ALCINO SILVA	M	40	00:34:55	CIA ALPENDORADA
5	215	PAULO PILROTO	M	41	00:35:25	INDIVIDUAL
6	219	PAULO PINTO	M	44	00:36:13	A.D.RIO LARGO C.E.
7	102	JOSÉ FERNANDO	M	44	00:36:28	INDIVIDUAL
8	14	PAULO DE JESUS OLIVEIRA	M	44	00:37:40	INDIVIDUAL
9	315	VITOR PEREIRA	M	41	00:37:47	INDIVIDUAL
10	144	JOSE TAVARES	M	44	00:38:23	INDIVIDUAL
11	192	JORGE SILVA	M	43	00:42:21	CiRAC
12	47	EVANDRO SILVA	M	41	00:42:38	CCD RENAULT CACIA
13	181	PAULO GRILO	M	40	00:42:51	ArcoRun
14	224	PAULO ALEXANDRE SILVA	M	40	00:44:43	INDIVIDUAL
15	270	PAULO MOREIRA	M	44	00:45:31	INDIVIDUAL
16	161	JAIME JÚNIOR	M	42	00:46:05	CCD/Renault CACIA
17	290	MANUEL F F SILVA	M	44	00:47:55	ArcoRun
18	299	ALBERTO AZEVEDO	M	40	00:48:42	USKE-NIANOS
19	316	JOSE VALENTE	M	44	00:49:17	INDIVIDUAL
20	258	ULISSES CABRAL	M	43	00:50:18	VAMOS A TODAS
21	309	NUNO MOREIRA	M	41	00:50:58	INDIVIDUAL
22	307	PAULO MOREIRA	M	44	00:50:59	INDIVIDUAL
23	248	ARTUR BAPTISTA	M	41	00:51:12	INDIVIDUAL
24	247	PEDRO VEIGA	M	43	00:51:12	INDIVIDUAL
25	188	ARTUR LUIS M. RODRIGUES	M	44	00:52:18	SILVA,SANTOS&SILVA
26	241	JOSÉ ELÍSIO	M	40	00:53:44	INDIVIDUAL
27	263	PEDRO GOMES	M	40	00:53:57	INDIVIDUAL
28	284	AMÍLCAR ALMEIDA PINTO	M	44	00:55:06	INDIVIDUAL
29	29	PAULO PINTO	M	43	00:55:41	TIAGO CADETE LIVING
30	282	JOAQUIM PINTO FERREIRA	M	41	00:55:58	f.c.penafiel
31	124	LOURENÇO MARQUES	M	41	01:04:54	Caetano Runners
32	19	LUIS M S G OLIVEIRA	M	41	01:15:21	INDIVIDUAL

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M4549

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	51	MARIO SILVA	M	49	00:33:55	GD 3 STOS POPULARES
2	122	PAULO REIS	M	45	00:34:25	CD FEIRENSE
3	54	JOSE FERNANDES	M	49	00:34:29	GD 3 STOS POPULARES
4	213	JOSE GOMES	M	49	00:37:43	A.D.RIO LARGO C.E.
5	245	CARLOS BAPTISTA	M	49	00:38:02	INDIVIDUAL
6	103	ANTÓNIO DIAS	M	48	00:39:39	INDIVIDUAL
7	119	ORLANDO JORGE CORREIA	M	45	00:40:12	INDIVIDUAL
8	243	JOSE PEREIRA	M	46	00:41:21	INDIVIDUAL
9	16	JOAQUIM MANUEL PINTO VIEIRA	M	47	00:42:47	OS CACHOS
10	231	MIGUEL PINTO	M	46	00:42:51	Freixorunners
11	252	HUMBERTO RIBEIRO	M	45	00:42:54	VAMOS A TODAS
12	44	ANTONIO PENIM	M	45	00:43:00	INDIVIDUAL
13	228	ANTÓNIO AUGUSTO SILVA	M	49	00:43:01	Lousada Runners
14	295	MARIO LOPES	M	47	00:43:15	INDIVIDUAL
15	137	PAULO SILVA	M	46	00:43:26	Movol
16	194	JOSÉ SANTOS	M	49	00:44:05	CiRAC
17	251	JOSÉ RIBEIRO	M	48	00:44:13	VAMOS A TODAS
18	17	CARLOS MANUEL PINTO VIEIRA	M	45	00:44:57	OS CACHOS
19	225	MANUEL SANTOS SILVA	M	45	00:45:06	INDIVIDUAL
20	211	ILIDIO RIBEIRO	M	49	00:45:26	A.D.RIO LARGO C.E.
21	272	NUNO VEIGA SILVA	M	47	00:45:58	INDIVIDUAL
22	142	JORGE DUARTE PINHEIRO	M	46	00:46:36	RUN 4 FUN
23	18	MANUEL FERNANDO MARTINS CARNEIRO	M	48	00:48:06	OS CACHOS
24	318	JORGE DIAS	M	48	00:48:36	CIA ALPENDORADA
25	177	PEDRO MELO	M	47	00:51:34	ArcoRun
26	253	RODRIGO MORAIS	M	47	00:53:21	VAMOS A TODAS
27	259	RICARDO BASTOS	M	48	00:54:20	LEBRES DO SADO
28	132	RUI AMARAL	M	46	00:55:09	INDIVIDUAL

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M5054

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	302	RODRIGO NUNES	M	51	00:38:39	CD FEIRENSE
2	246	FERNANDO BRANDÃO	M	50	00:39:49	INDIVIDUAL
3	195	JOSÉ SILVA	M	50	00:40:06	CiRAC
4	240	ANTÓNIO NASCIMENTO	M	50	00:41:07	C.R.S.Tiago Oliveira do Douro
5	265	ANTÓNIO NEVES	M	50	00:42:19	A.C.Vermoil
6	308	AMERICO SOUSA	M	50	00:42:41	INDIVIDUAL
7	138	ALBERTO ESPINHEIRA	M	50	00:42:54	Movol
8	27	FERNANDO GONÇALVES	M	54	00:43:02	JAM
9	190	ALCIDES SALES	M	52	00:43:46	CiRAC
10	109	RAMIRO PINHO	M	51	00:43:46	INDIVIDUAL
11	189	ANTÓNIO SANTOS	M	54	00:44:38	CiRAC
12	233	VICTOR SIMÕES GOMES	M	50	00:45:58	INDIVIDUAL
13	214	MANUEL AMORIM	M	50	00:46:07	A.D.RIO LARGO C.E.
14	207	HENRIQUE SILVA	M	53	00:48:40	A.D.RIO LARGO C.E.
15	162	MANUEL SILVA CORREIA	M	50	00:49:18	Clube BTT Sanguedo
16	163	EDGAR SILVA ROCHA	M	53	00:50:32	Clube BTT Sanguedo
17	150	AGOSTINHO JOSÉ	M	51	00:50:43	Run To Be Alive
18	151	MANUEL LUIS	M	52	00:54:19	INDIVIDUAL
19	230	JOSÉ ROSENDO	M	53	01:03:34	Lousada Runners
20	266	JORGE ESTEVES	M	50	01:08:31	INDIVIDUAL

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M5559

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	176	MANUEL RODRIGUES	M	58	00:42:41	ArcoRun
2	191	JOAQUIM OLIVEIRA	M	57	00:43:37	CiRAC
3	39	DOMINGOS SILVA	M	55	00:43:52	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
4	166	FERNANDO MANUEL LOPES	M	57	00:45:55	INDIVIDUAL
5	279	NARCISO ARROMBA	M	59	00:46:13	INDIVIDUAL
6	197	OSCAR MAGOLO	M	55	00:46:16	CiRAC
7	210	FERNANDO COUTO	M	57	00:48:53	A.D.RIO LARGO C.E.
8	40	ANTONIO FERNADES	M	55	00:49:39	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO

1ª CORRIDA DE ESPINHO - 21/07/2013

Relatório por Faixas Etárias

M6099

Class	Num	Nome	Sx	Idd	T. Bruto	Equipe
1	186	MANUEL FERREIRA	M	60	00:38:58	Clube de Corrida In&Out Parque da Aguda
2	206	AUGUSTO SILVA	M	60	00:40:41	A.D.RIO LARGO C.E.
3	22	ABEL SANTOS	M	66	00:45:40	CALDAS S.JORGE SC
4	41	ALBERTO PAIVA	M	69	00:46:26	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
5	32	GASPAR CADETE	M	64	00:47:57	INDIVIDUAL
6	325	JOSE MAGALHAES	M	65	00:48:44	CI ALPENDORADA
7	313	TALITO LARANJEIRA	M	65	00:50:32	A.D.RIO LARGO C.E.
8	11	ARMANDO OLIVEIRA	M	72	00:51:26	INDIVIDUAL
9	23	RAMIRO MONTEIRO	M	64	00:52:18	CALDAS S.JORGE SC
10	42	MANUEL COUTO	M	66	00:52:46	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
11	292	ANTONIO ALVES	M	62	00:52:46	CIA ALPENDORADA
12	196	MANUEL NEIVA	M	63	00:52:46	CiRAC
13	212	JOSE FALCÃO	M	61	00:52:49	A.D.RIO LARGO C.E.
14	43	JOAQUIM SILVA	M	62	00:57:32	C.ATL OS AMIGOS DE GRIJO
15	202	ALBERTO SILVA	M	73	00:59:43	A.D.RIO LARGO C.E.