

**1609 Metros Estrada**

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome               | Clube                                   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|--------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1391   | 00:03:29 | Hugo               | Clube De Praças Da Armada               | VET1M   |
| 2     | 2    | 1335   | 00:03:41 | Bruno Rolim        | Associação Jorge Pina                   | VET1M   |
| 3     | 1    | 1178   | 00:03:47 | Jonatas Xavier     | Clube Pedro Pessoa                      | SENM    |
| 4     | 3    | 270    | 00:03:51 | Bruno Loureiro     | Clube De Praças Da Armada               | VET1M   |
| 5     | 2    | 1309   | 00:03:57 | João Manso         | Level Health Clube                      | SENM    |
| 6     | 4    | 1318   | 00:04:01 | Tiago Santos       | Individual                              | VET1M   |
| 7     | 5    | 271    | 00:04:05 | Fábio Pratas       | Clube De Praças Da Armada               | VET1M   |
| 8     | 3    | 115    | 00:04:09 | Hugo Benevente     | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz | SENM    |
| 9     | 4    | 1372   | 00:04:13 | Pedro Pelado       | Clube Pedro Pessoa                      | SENM    |
| 10    | 5    | 526    | 00:04:17 | Felisberto Pereira | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro | SENM    |
| 11    | 6    | 937    | 00:04:20 | Tiago Farinha      | Grupo Desportivo De Chelas              | VET1M   |
| 12    | 7    | 378    | 00:04:28 | Pedro Santos       | Clube Do Sargento Da Armada             | VET1M   |
| 13    | 6    | 1316   | 00:04:31 | Diogo Cunha        | Individual                              | SENM    |
| 14    | 7    | 258    | 00:04:35 | Alaór Nascimento   | Clube De Praças Da Armada               | SENM    |
| 15    | 8    | 427    | 00:04:39 | Sérgio Palma       | Liberdade Futebol Clube                 | SENM    |
| 16    | 8    | 415    | 00:05:31 | Hélio Mota         | Indiv                                   | VET1M   |

**1609 Metros Estrada**

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome                | Clube                                       | Escalão |
|-------|------|--------|----------|---------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1244   | 00:04:42 | Marco Gomes         | Clube Pedro Pessoa                          | VET2M   |
| 2     | 2    | 652    | 00:05:24 | Bruno Carvalho      | Fcr Rossão                                  | VET2M   |
| 3     | 3    | 1374   | 00:05:47 | Ricardo Abreu       | Clube Pedro Pessoa                          | VET2M   |
| 4     | 4    | 1295   | 00:05:58 | Nelson Cruz         | Clube Pedro Pessoa                          | VET2M   |
| 5     | 1    | 1385   | 00:06:03 | Jose Texeira        | Natureza Ensina                             | VET3M   |
| 6     | 5    | 890    | 00:06:08 | Luis Marques        | Clube Pedro Pessoa                          | VET2M   |
| 7     | 6    | 123    | 00:06:12 | Luis Trindade       | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz     | VET2M   |
| 8     | 2    | 893    | 00:06:16 | Antonio Pedro Costa | Clube Pedro Pessoa                          | VET3M   |
| 9     | 3    | 136    | 00:06:20 | João Limão          | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz     | VET3M   |
| 10    | 7    | 567    | 00:06:25 | Nelson Lopes        | Serrado Futebol Clube                       | VET2M   |
| 11    | 4    | 1320   | 00:06:28 | Joaquim Saldanha    | Individual                                  | VET3M   |
| 12    | 8    | 1315   | 00:06:33 | Nuno Alves          | Olimpico Oeiras                             | VET2M   |
| 13    | 5    | 1078   | 00:06:39 | Cesar Correia       | Hut Runners Warriors                        | VET3M   |
| 14    | 6    | 109    | 00:06:43 | Paulo Almeida       | C.C.D. Das Autarquias De Almada             | VET3M   |
| 15    | 9    | 729    | 00:06:47 | Cipriano Rodrigues  | Liberdade Futebol Clube                     | VET2M   |
| 16    | 7    | 291    | 00:06:51 | Horácio Oliveira    | Clube De Praças Da Armada                   | VET3M   |
| 17    | 8    | 298    | 00:06:54 | Hélder Ramos        | Clube De Praças Da Armada                   | VET3M   |
| 18    | 10   | 436    | 00:06:58 | Júlio Rodrigues     | Liberdade Futebol Clube                     | VET2M   |
| 19    | 9    | 1241   | 00:07:03 | Ricardo Fernandes   | Cdr Ribeirinhos                             | VET3M   |
| 20    | 11   | 558    | 00:07:07 | Nuno Lopes          | Serrado Futebol Clube                       | VET2M   |
| 21    | 10   | 579    | 00:07:14 | Gonçalo Parreira    | Serrado Futebol Clube                       | VET3M   |
| 22    | 11   | 1022   | 00:07:19 | Nelson Lourenço     | Individual                                  | VET3M   |
| 23    | 12   | 941    | 00:07:23 | Carlos Rodrigues    | Grupo Desportivo De Chelas                  | VET3M   |
| 24    | 12   | 1375   | 00:07:28 | Nelson Monteiro     | Clube Pedro Pessoa                          | VET2M   |
| 25    | 13   | 532    | 00:07:31 | Vitor Joaquim       | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro     | VET3M   |
| 26    | 13   | 289    | 00:07:37 | Emanuel Seita       | Clube De Praças Da Armada                   | VET2M   |
| 27    | 14   | 560    | 00:07:40 | Gonçalo Oliveira    | Serrado Futebol Clube                       | VET2M   |
| 28    | 15   | 572    | 00:07:58 | Gonçalo Lopes       | Serrado Futebol Clube                       | VET2M   |
| 29    | 14   | 580    | 00:08:02 | Luis Filipe Costa   | Serrado Futebol Clube                       | VET3M   |
| 30    | 15   | 575    | 00:08:06 | Pedro Lopes         | Serrado Futebol Clube                       | VET3M   |
| 31    | 16   | 76     | 00:08:09 | Paulo Revés         | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | VET3M   |
| 32    | 16   | 101    | 00:08:13 | Henrique Veloso     | C.C.D. Das Autarquias De Almada             | VET2M   |
| 33    | 17   | 408    | 00:08:17 | Ricardo Campos      | Indiv                                       | VET2M   |
| 34    | 17   | 1360   | 00:08:21 | José Alves          | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz     | VET3M   |
| 35    | 18   | 48     | 00:08:24 | António Marques     | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | VET3M   |
| 36    | 18   | 1307   | 00:08:28 | Edmundo Silva       | Individual                                  | VET2M   |
| 37    | 19   | 432    | 00:08:33 | Alexandre Correia   | Liberdade Futebol Clube                     | VET2M   |
| 38    | 20   | 1057   | 00:08:39 | Paulo Algarvio      | Serrado Futebol Clube                       | VET2M   |
| 39    | 21   | 571    | 00:08:44 | Nuno Sobral         | Serrado Futebol Clube                       | VET2M   |
| 40    | 22   | 433    | 00:08:50 | Bruno Costa         | Liberdade Futebol Clube                     | VET2M   |
| 41    | 19   | 75     | 00:08:56 | Filipe Franco       | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | VET3M   |
| 42    | 20   | 531    | 00:09:00 | Manuel Pereira      | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro     | VET3M   |
| 43    | 23   | 72     | 00:09:10 | José Faias          | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | VET2M   |
| 44    | 21   | 381    | 00:09:20 | Francisco Silva     | Clube Do Sargento Da Armada                 | VET3M   |

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome          | Clube                   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|---------------|-------------------------|---------|
| 45    | 24   | 437    | 00:10:20 | Hugo Oliveira | Liberdade Futebol Clube | VET2M   |

#### 1609 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome              | Clube   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|-------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1294   | 00:05:07 | Pedro Pessoa      | Clube Pedro Pessoa                            | VET4M   |
| 2     | 1    | 328    | 00:05:29 | António Branco    | Clube De Praças Da Armada                     | VET5M   |
| 3     | 2    | 1208   | 00:05:37 | Raul Correia Pena | C.D.R. Águias Unidas Atletimo Amora           | VET4M   |
| 4     | 3    | 312    | 00:05:43 | Fernando Santos   | Clube De Praças Da Armada                     | VET4M   |
| 5     | 2    | 334    | 00:05:52 | João Correia      | Clube De Praças Da Armada                     | VET5M   |
| 6     | 4    | 382    | 00:05:58 | José Gouveia      | Clube Do Sargento Da Armada                   | VET4M   |
| 7     | 5    | 894    | 00:06:03 | Pedro Lopes       | Clube Pedro Pessoa                            | VET4M   |
| 8     | 6    | 770    | 00:06:09 | Joao Xavier       | Clube Pedro Pessoa                            | VET4M   |
| 9     | 7    | 1239   | 00:06:19 | José Santos       | Casa Benfica Algueirao Men Martins            | VET4M   |
| 10    | 3    | 947    | 00:06:25 | José Dias         | Grupo Desportivo De Chelas                    | VET5M   |
| 11    | 4    | 1271   | 00:06:30 | José Silva        | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz       | VET5M   |
| 12    | 5    | 1209   | 00:06:37 | João Graça        | Clube De Atletismo Do Oeste                   | VET5M   |
| 13    | 8    | 321    | 00:06:41 | Mário Lourenço    | Clube De Praças Da Armada                     | VET4M   |
| 14    | 6    | 678    | 00:06:45 | Sérgio Santos     | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz       | VET5M   |
| 15    | 7    | 331    | 00:06:50 | António Marques   | Clube De Praças Da Armada                     | VET5M   |
| 16    | 9    | 1300   | 00:06:53 | Carlos Martins    | Clube Pedro Pessoa                            | VET4M   |
| 17    | 10   | 943    | 00:06:57 | Vitor Dias        | Grupo Desportivo De Chelas                    | VET4M   |
| 18    | 11   | 313    | 00:07:00 | João Rebelo       | Clube De Praças Da Armada                     | VET4M   |
| 19    | 8    | 177    | 00:07:05 | Rui Teixeira      | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz       | VET5M   |
| 20    | 12   | 657    | 00:07:11 | Carlos Machado    | Fcr Rossão                                    | VET4M   |
| 21    | 13   | 593    | 00:07:15 | Paulo Costa       | Sociedade Filarmónica União Artística Piedens | VET4M   |
| 22    | 14   | 677    | 00:07:20 | Luís Pires        | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz       | VET4M   |
| 23    | 9    | 182    | 00:07:24 | Vitor Marques     | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz       | VET5M   |
| 24    | 15   | 761    | 00:07:31 | Jose Seleiro      | Clube Pedro Pessoa                            | VET4M   |
| 25    | 10   | 99     | 00:07:35 | Diamantino Dias   | C.C.D. Das Autarquias De Almada               | VET5M   |
| 26    | 11   | 327    | 00:07:42 | António Barbosa   | Clube De Praças Da Armada                     | VET5M   |
| 27    | 12   | 535    | 00:09:09 | Luís Parro        | Parrorunners                                  | VET5M   |

#### 1609 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome                | Clube                                   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|---------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1363   | 00:05:53 | José Santos         | Clube Pedro Pessoa                      | VET6M   |
| 2     | 2    | 950    | 00:06:07 | Raul Rodrigues      | Grupo Desportivo De Chelas              | VET6M   |
| 3     | 3    | 1341   | 00:06:15 | Agostinho Gonçalves | C.D.R. Águias Unidas Atletimo Amora     | VET6M   |
| 4     | 4    | 344    | 00:06:23 | Manuel Amaro        | Clube De Praças Da Armada               | VET6M   |
| 5     | 1    | 345    | 00:06:27 | Adolfo Loureiro     | Clube De Praças Da Armada               | VET7M   |
| 6     | 5    | 585    | 00:06:37 | João Martins        | Serrado Futebol Clube                   | VET6M   |
| 7     | 6    | 340    | 00:06:44 | Fernando Sousa      | Clube De Praças Da Armada               | VET6M   |
| 8     | 1    | 1345   | 00:06:55 | Orlindo Figueiredo  | C.D.R. Águias Unidas Atletimo Amora     | VET8M   |
| 9     | 7    | 1098   | 00:07:01 | Manuel Palma        | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz | VET6M   |
| 10    | 2    | 205    | 00:07:08 | Rui Silva           | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz | VET7M   |
| 11    | 3    | 953    | 00:07:22 | Fernando Paulo      | Grupo Desportivo De Chelas              | VET7M   |
| 12    | 2    | 1336   | 00:07:29 | António Ribeiro     | C.D.R. Águias Unidas Atletimo Amora     | VET8M   |
| 13    | 4    | 1390   | 00:07:36 | Jorge Silva         | Ind                                     | VET7M   |
| 14    | 8    | 1388   | 00:07:42 | Manuel Nasimento    | Ind                                     | VET6M   |
| 15    | 9    | 197    | 00:07:50 | Fernando Vergamota  | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz | VET6M   |
| 16    | 10   | 372    | 00:08:37 | Albano Ginja        | Clube Do Sargento Da Armada             | VET6M   |
| 17    | 3    | 211    | 00:08:43 | Amílcar Póvoa       | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz | VET8M   |
| 18    | 5    | 350    | 00:08:55 | Ricardo Gaspar      | Clube De Praças Da Armada               | VET7M   |
| 19    | 4    | 353    | 00:09:03 | José Isidoro        | Clube De Praças Da Armada               | VET8M   |
| 20    | 6    | 94     | 00:09:11 | Armando Gonçalves   | C.C.D. Das Autarquias De Almada         | VET7M   |
| 21    | 11   | 1387   | 00:10:34 | Joao Cunha          | Ind                                     | VET6M   |
| 22    | 7    | 533    | 00:10:47 | António Mestre      | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro | VET7M   |
| 23    | 8    | 203    | 00:13:41 | Agapito Belga       | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz | VET7M   |
| 24    | 5    | 534    | 00:13:48 | Arménio Teotónio    | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro | VET8M   |
| 25    | 9    | 660    | 00:14:59 | Eurico Abrunhosa    | Fcr Rossão                              | VET7M   |

#### 1609 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome            | Clube                                       | Escalão |
|-------|------|--------|----------|-----------------|---|---------|
| 1     | 1    | 885    | 00:05:02 | Bruno Pessoa    | Clube Pedro Pessoa                          | JUVM    |
| 2     | 2    | 33     | 00:05:23 | Guilherme Faias | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | JUVM    |

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome             | Clube                                       | Escalão |
|-------|------|--------|----------|------------------|---|---------|
| 3     | 3    | 882    | 00:05:35 | Leonardo Moreira | Clube Pedro Pessoa                          | JUVM    |
| 4     | 4    | 883    | 00:05:41 | Rodolfo Moreira  | Clube Pedro Pessoa                          | JUVM    |
| 5     | 5    | 32     | 00:06:21 | Gonçalo Cardoso  | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | JUVM    |
| 6     | 6    | 518    | 00:06:28 | Simão José       | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro     | JUVM    |
| 7     | 7    | 1329   | 00:06:38 | Abulai Dabo      | Associação Jorge Pina                       | JUVM    |
| 8     | 8    | 1328   | 00:07:07 | Vicente Saraiva  | Associação Jorge Pina                       | JUVM    |
| 9     | 9    | 1332   | 00:07:23 | Gabriel Covas    | Associação Jorge Pina                       | JUVM    |
| 10    | 10   | 31     | 00:07:53 | Afonso Santos    | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | JUVM    |

#### 1609 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome               | Clube   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|--------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1389   | 00:05:45 | Ines Santos        | Clube Pedro Pessoa                            | SENF    |
| 2     | 1    | 881    | 00:05:53 | Debora Moreira     | Clube Pedro Pessoa                            | JUVF    |
| 3     | 1    | 1306   | 00:06:10 | Carla Pereira      | Ucrd Praiense                                 | VET1F   |
| 4     | 1    | 38     | 00:06:24 | Inês Cruz          | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica   | JUNF    |
| 5     | 2    | 1077   | 00:06:33 | Elsa Macao         | Hut Runners Warriors                          | VET1F   |
| 6     | 1    | 589    | 00:06:39 | Filomena Jesus     | Sociedade Filarmónica União Artística Piedens | VET2F   |
| 7     | 2    | 1310   | 00:06:51 | Sonia Martins      | Level Health Clube                            | VET2F   |
| 8     | 2    | 226    | 00:06:58 | Joana Antunes      | Clube De Praças Da Armada                     | SENF    |
| 9     | 3    | 249    | 00:07:02 | Teresa Silva       | Clube De Praças Da Armada                     | VET2F   |
| 10    | 2    | 28     | 00:07:07 | Bruna Silva        | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica   | JUVF    |
| 11    | 3    | 551    | 00:07:11 | Sílvia Antunes     | Serrado Futebol Clube                         | VET1F   |
| 12    | 3    | 1311   | 00:07:15 | Catia Morais       | Level Health Clube                            | SENF    |
| 13    | 3    | 888    | 00:07:19 | Marta Martins      | Clube Pedro Pessoa                            | JUVF    |
| 14    | 2    | 522    | 00:07:28 | Vanessa Sousa      | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro       | JUNF    |
| 15    | 4    | 245    | 00:07:32 | Fernanda Rebelo    | Clube De Praças Da Armada                     | VET2F   |
| 16    | 4    | 237    | 00:08:02 | Vanda Ferreira     | Clube De Praças Da Armada                     | VET1F   |
| 17    | 5    | 1361   | 00:08:17 | Diana Santos       | Liberdade Futebol Clube                       | VET1F   |
| 18    | 1    | 365    | 00:08:25 | Magnífica Alvaredo | Clube Do Sargento Da Armada                   | VET3F   |
| 19    | 5    | 1249   | 00:08:53 | Sandra Varela      | Natureza Ensina                               | VET2F   |
| 20    | 6    | 1102   | 00:09:46 | Conceição Marques  | Clube Do Sargento Da Armada                   | VET2F   |
| 21    | 4    | 476    | 00:09:51 | Erica Carvalho     | Monte Kapa Escola De Desporto                 | JUVF    |
| 22    | 6    | 1365   | 00:10:36 | Marcia Gonçalves   | Liberdade Futebol Clube                       | VET1F   |
| 23    | 7    | 1359   | 01:17:37 | Alix Barbosa       | Liberdade Futebol Clube                       | VET1F   |

#### 1609 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome                        | Clube                                       | Escalão |
|-------|------|--------|----------|-----------------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 23     | 00:05:24 | André Franco                | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICM   |
| 2     | 2    | 25     | 00:05:30 | Gustavo Faias               | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICM   |
| 3     | 3    | 1229   | 00:05:37 | Afonso Matos                | Vitória .Fc. Setubal                        | INICM   |
| 4     | 4    | 1228   | 00:05:45 | Tomás Matos                 | Vitória .Fc. Setubal                        | INICM   |
| 5     | 5    | 638    | 00:06:01 | Miguel Oliveira             | Fcr Rossão                                  | INICM   |
| 6     | 6    | 27     | 00:06:06 | Ruben Silva                 | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICM   |
| 7     | 7    | 640    | 00:06:12 | Fábio Teixeira              | Fcr Rossão                                  | INICM   |
| 8     | 8    | 1039   | 00:06:19 | Leonardo Silva              | Monte Kapa Escola De Desporto               | INICM   |
| 9     | 9    | 931    | 00:06:25 | Cristiano Ronaldo           | Grupo Desportivo De Chelas                  | INICM   |
| 10    | 10   | 685    | 00:06:29 | Guilherme Freitas Gonçalves | Indiv                                       | INICM   |
| 11    | 11   | 508    | 00:06:38 | Rui Ferreira                | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro     | INICM   |
| 12    | 12   | 424    | 00:06:44 | Guilherme Correia           | Liberdade Futebol Clube                     | INICM   |
| 13    | 1    | 872    | 00:06:51 | Carolina Seleiro            | Clube Pedro Pessoa                          | INICF   |
| 14    | 2    | 19     | 00:06:56 | Diana Branco                | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICF   |
| 15    | 3    | 932    | 00:07:02 | Viviane Costa               | Grupo Desportivo De Chelas                  | INICF   |
| 16    | 4    | 933    | 00:07:09 | Eliane Costa                | Grupo Desportivo De Chelas                  | INICF   |
| 17    | 5    | 20     | 00:07:13 | Leonor André                | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICF   |
| 18    | 13   | 24     | 00:07:17 | Cláudio Revés               | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICM   |
| 19    | 6    | 1376   | 00:07:25 | Biarriz Correia             | Grupo Desportivo De Chelas                  | INICF   |
| 20    | 7    | 637    | 00:07:32 | Tatiana Rocha               | Fcr Rossão                                  | INICF   |
| 21    | 8    | 18     | 00:07:36 | Joana Magarreiro            | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INICF   |
| 22    | 9    | 644    | 00:09:09 | Beatriz Teixeira            | Fcr Rossão                                  | INICF   |

#### 600 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome          | Clube                                   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|---------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1217   | 00:00:44 | Tiago Machado | Clube Pedro Pessoa                      | INFM    |
| 2     | 2    | 506    | 00:00:50 | Ernesto Kiaku | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro | INFM    |

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome              | Clube                                       | Escalão |
|-------|------|--------|----------|-------------------|---|---------|
| 3     | 1    | 868    | 00:00:53 | Sara Monteiro     | Clube Pedro Pessoa                          | INFF    |
| 4     | 3    | 635    | 00:01:08 | Gabriel Abrunhosa | Fcr Rossão                                  | INFM    |
| 5     | 4    | 507    | 00:01:13 | Leonardo Brandão  | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro     | INFM    |
| 6     | 2    | 216    | 00:01:18 | Inês Francisco    | Individual                                  | INFF    |
| 7     | 3    | 766    | 00:01:23 | Beatriz Vicente   | Clube Pedro Pessoa                          | INFF    |
| 8     | 4    | 785    | 00:01:28 | Inês Neves        | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INFF    |
| 9     | 5    | 760    | 00:01:33 | Duarte Moita      | Clube Pedro Pessoa                          | INFM    |
| 10    | 6    | 859    | 00:01:37 | Vasco Lopes       | Clube Pedro Pessoa                          | INFM    |
| 11    | 7    | 867    | 00:01:41 | Ryan Ba           | Clube Pedro Pessoa                          | INFM    |
| 12    | 5    | 14     | 00:01:45 | Joana Tomé        | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INFF    |
| 13    | 8    | 1380   | 00:01:49 | Kevin Teixeira    | Monte Kapa Escola De Desporto               | INFM    |
| 14    | 6    | 1173   | 00:01:54 | Ema Simao         | Clube Pedro Pessoa                          | INFF    |
| 15    | 7    | 1379   | 00:01:58 | Diana Correia     | Monte Kapa Escola De Desporto               | INFF    |
| 16    | 9    | 1364   | 00:02:03 | Tomàs Sousa       | Clube Pedro Pessoa                          | INFM    |
| 17    | 10   | 858    | 00:02:10 | Daniel Rubio      | Clube Pedro Pessoa                          | INFM    |
| 18    | 8    | 764    | 00:02:16 | Michelle Elmer    | Clube Pedro Pessoa                          | INFF    |
| 19    | 9    | 862    | 00:02:20 | Rita Alves        | Clube Pedro Pessoa                          | INFF    |
| 20    | 10   | 1131   | 00:02:24 | Joana Rosa        | Clube Pedro Pessoa                          | INFF    |
| 21    | 11   | 17     | 00:02:28 | Francisco Marques | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | INFM    |
| 22    | 11   | 454    | 00:02:32 | Melissa Mendes    | Monte Kapa Escola De Desporto               | INFF    |
| 23    | 12   | 456    | 00:02:36 | Silvana Moreira   | Monte Kapa Escola De Desporto               | INFF    |
| 24    | 13   | 634    | 00:02:44 | Lara Pinheiro     | Fcr Rossão                                  | INFF    |
| 25    | 14   | 1292   | 00:02:52 | Lucia Valente     | Grupo Desportivo De Chelas                  | INFF    |
| 26    | 15   | 614    | 00:16:31 | Vanessa Pereira   | Sucesso Imediato                            | INFF    |

### 300 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome               | Clube                                       | Escalão |
|-------|------|--------|----------|--------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1060   | 00:00:57 | Rafael Carpinteiro | Sucesso Imediato                            | BENJBM  |
| 2     | 2    | 597    | 00:01:05 | Simão Antunes      | Sucesso Imediato                            | BENJBM  |
| 3     | 3    | 217    | 00:01:09 | Tiago Francisco    | Individual                                  | BENJBM  |
| 4     | 4    | 601    | 00:01:13 | Miguel Ribeiro     | Sucesso Imediato                            | BENJBM  |
| 5     | 5    | 1176   | 00:01:19 | Miguel Simoes      | Clube Pedro Pessoa                          | BENJBM  |
| 6     | 6    | 599    | 00:01:22 | Martim Marques     | Sucesso Imediato                            | BENJBM  |
| 7     | 7    | 598    | 00:01:26 | Rafael Pereira     | Sucesso Imediato                            | BENJBM  |
| 8     | 8    | 600    | 00:01:30 | Rafael Vaz         | Sucesso Imediato                            | BENJBM  |
| 9     | 1    | 1381   | 00:01:34 | Iris Borba         | Fcr Rossão                                  | BENJBF  |
| 10    | 2    | 504    | 00:01:37 | Janice Andrade     | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro     | BENJBF  |
| 11    | 9    | 632    | 00:01:47 | Tiago Oliveira     | Fcr Rossão                                  | BENJBM  |
| 12    | 10   | 1386   | 00:01:53 | Duarte Oliveira    | Clube De Praças Da Armada                   | BENJBM  |
| 13    | 11   | 849    | 00:02:00 | Francisco Pombo    | Clube Pedro Pessoa                          | BENJBM  |
| 14    | 3    | 1383   | 00:02:04 | Critiana Areias    | Ind   | BENJBF  |
| 15    | 4    | 1215   | 00:02:08 | Priscila Marcelino | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz     | BENJBF  |
| 16    | 5    | 11     | 00:02:12 | Camila Fonseca     | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | BENJBF  |
| 17    | 6    | 853    | 00:02:16 | Filipa Chainho     | Clube Pedro Pessoa                          | BENJBF  |
| 18    | 7    | 854    | 00:03:04 | Clara Almeida      | Clube Pedro Pessoa                          | BENJBF  |
| 19    | 12   | 1324   | 00:03:17 | Sandro Correia     | Associação Jorge Pina                       | BENJBM  |
| 20    | 8    | 422    | 00:03:21 | Mariana Correia    | Liberdade Futebol Clube                     | BENJBF  |
| 21    | 9    | 1382   | 00:03:25 | Mara Nogueira      | Ind   | BENJBF  |
| 22    | 10   | 1384   | 00:03:29 | Vitoria Nogueira   | Ind   | BENJBF  |
| 23    | 13   | 10     | 00:03:33 | Santiago Marques   | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | BENJBM  |
| 24    | 11   | 1286   | 00:03:36 | Lara Caldas        | Fcr Rossão                                  | BENJBF  |

### 150 Metros Estrada

| Lugar | Esc. | Dorsal | Tempo    | Nome              | Clube                                   | Escalão |
|-------|------|--------|----------|-------------------|---|---------|
| 1     | 1    | 1355   | 00:00:38 | Lucas Azinheira   | Clube Pedro Pessoa                      | BENJAM  |
| 2     | 2    | 1250   | 00:00:45 | Joao Carvalho     | Clube Pedro Pessoa                      | BENJAM  |
| 3     | 3    | 1378   | 00:00:48 | Guilherme Correia | Monte Kapa Escola De Desporto           | BENJAM  |
| 4     | 4    | 1327   | 00:00:52 | Gonçalo Martins   | Associação Jorge Pina                   | BENJAM  |
| 5     | 1    | 630    | 00:01:07 | Soraia Pinto      | Fcr Rossão                              | BENJAF  |
| 6     | 5    | 441    | 00:01:15 | Eder Gonçalves    | Monte Kapa Escola De Desporto           | BENJAM  |
| 7     | 6    | 1023   | 00:01:21 | Tomás Lourenço    | Individual                              | BENJAM  |
| 8     | 2    | 503    | 00:01:28 | Vânia Andrade     | Nucleo Desportivo Juvenil Do Laranjeiro | BENJAF  |
| 9     | 7    | 627    | 00:01:36 | Tomas Pratas      | Clube De Praças Da Armada               | BENJAM  |
| 10    | 8    | 843    | 00:01:40 | Daniel Chainho    | Clube Pedro Pessoa                      | BENJAM  |

| <b>Lugar</b> | <b>Esc.</b> | <b>Dorsal</b> | <b>Tempo</b> | <b>Nome</b>        | <b>Clube</b>                                | <b>Escalão</b> |
|--------------|-------------|---------------|--------------|--------------------|---|----------------|
| 11           | 9           | 1377          | 00:01:45     | Kelvim Borges      | Monte Kapa Escola De Desporto               | BENJAM         |
| 12           | 10          | 8             | 00:01:49     | Dinis Santos       | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | BENJAM         |
| 13           | 11          | 840           | 00:01:54     | Vasco Rosa         | Clube Pedro Pessoa                          | BENJAM         |
| 14           | 12          | 1325          | 00:01:58     | Timmy Armour       | Associação Jorge Pina                       | BENJAM         |
| 15           | 3           | 765           | 00:02:03     | Nicole Elmer       | Clube Pedro Pessoa                          | BENJAF         |
| 16           | 13          | 1269          | 00:02:07     | Yuri Simões        | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz     | BENJAM         |
| 17           | 4           | 1322          | 00:02:12     | Mariana Duarte     | Associação Jorge Pina                       | BENJAF         |
| 18           | 5           | 540           | 00:02:17     | Raquel Ferreira    | Serrado Futebol Clube                       | BENJAF         |
| 19           | 14          | 1097          | 00:02:21     | Gonçalo Faias      | Amigos Do Atletismo Da Charneca De Caparica | BENJAM         |
| 20           | 6           | 1321          | 00:02:25     | Diana Lopes        | Associação Jorge Pina                       | BENJAF         |
| 21           | 15          | 420           | 00:02:29     | Tálio Barbosa      | Liberdade Futebol Clube                     | BENJAM         |
| 22           | 16          | 606           | 00:02:34     | Gustavo Ribeiro    | Sucesso Imediato                            | BENJAM         |
| 23           | 17          | 419           | 00:02:37     | Lourenço Martins   | Liberdade Futebol Clube                     | BENJAM         |
| 24           | 7           | 1216          | 00:02:42     | Ashley Marcelino   | Clube Atletismo Amigos Do Parque Da Paz     | BENJAF         |
| 25           | 18          | 607           | 00:02:49     | Santiago Marques   | Sucesso Imediato                            | BENJAM         |
| 26           | 8           | 314           | 00:02:56     | Margarida Loureiro | Clube De Praças Da Armada                   | BENJAF         |
| 27           | 19          | 1326          | 00:15:18     | Daniel Duarte      | Associação Jorge Pina                       | BENJAM         |