



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Benjamins Fem

Benjamins B Femininos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	273	Bárbara Moraes	ACR Mealhada	18	00:01:06
2	2	2.515	Maueza Tristão	Leões Apelaçonenses	16	00:01:07
3	3	2.279	Cintia Cunha	GA Navegadores	14	00:01:07
4	4	2.265	Bruna Pereira	ACR Mealhada	12	00:01:10
5	5	2.178	Carla Silva	Leões Apelaçonenses	10	00:01:11
6	6	259	Carla Figueiredo	ACR Mealhada	8	00:01:12
7	7	396	Ana Monteiro	CRD Arrudense	7	00:01:13
8	8	2.274	Veronica Silva	Sporting C Reboleira	6	00:01:14
9	9	1.770	Rita Serrão	ADC Catujal	5	00:01:15
10	10	2.182	Erica Marques	GD S. Domingos	4	00:01:16
11	11	2.229	Francisca Serrão	ADC Catujal	0	00:01:16
12	12	2.518	Rafaela Lima	Sporting C Reboleira	0	00:01:16
13	13	2.286	Evantina Gomes	GA Navegadores	0	00:01:17
14	14	2.359	Bruna Pereira	Sporting C Reboleira	0	00:01:19
15	15	2.249	Beatriz Marques	Sporting C Reboleira	0	00:01:20
16	16	2.510	Erica Costa	ACR Mealhada	0	00:01:20
17	17	260	Irina Domingos	ACR Mealhada	0	00:01:23
18	18	2.476	VERianeia Baldé	Sporting C Reboleira	0	00:01:25
19	19	261	Inês Carvalho	ACR Mealhada	0	00:01:26
20	20	2.284	Graça Ferreira	GA Navegadores	0	00:01:26
21	21	682	Fábia Santos	CDUL	0	00:01:27
22	22	2.266	Neuza Paula	ACR Mealhada	0	00:01:28
23	23	2.165	Raquel Almeida	Coop. A Sacavenense	0	00:01:29
24	24	2.247	Inês Pinto	Sporting C Reboleira	0	00:01:29
25	25	2.479	Anysia Silva	Sporting C Reboleira	0	00:01:30
26	26	2.477	Nádia Cardoso	Sporting C Reboleira	0	00:01:32
27	27	395	Ana Rita Fonseca	CA Patameiras	0	

Total dos Atletas

27



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Benjamins Masc

Benjamins B Masculinos

Pos.	Geral	Dorsal Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	2.183 Cipriano Miranda	GD S. Domingos	18	00:01:01
2	2	2.470 Amando Bamisilie	CDUL	16	00:01:01
3	3	2.287 Wilson Cabral	GA Navegadores	14	00:01:03
4	4	270 Sandro Lopes	ACR Mealhada	12	00:01:04
5	5	2.021 David Varela	Sporting C Reboleira	10	00:01:05
6	6	2.285 Dominique Samba	GA Navegadores	8	00:01:06
7	7	166 Luis Morgado	ARCD Vila de Rei	7	00:01:06
8	8	167 Ricardo Bernardo	ARCD Vila de Rei	6	00:01:07
9	9	269 Leandro Silva	ACR Mealhada	5	00:01:08
10	10	2.288 Indafa Sá	GA Navegadores	4	00:01:09
11	11	2.147 Alex Vizyuk	ACR Mealhada	0	00:01:09
12	12	829 Taiza da Silva	Sporting C Reboleira	0	00:01:10
13	13	2.469 Desir Bamisilie	CDUL	0	00:01:11
14	14	2 Sandro Gomes	Leões Apelaçonenses	0	00:01:12
15	15	687 Tiago Gomes	CDUL	0	00:01:12
16	16	2.315 Claudino Mendes	GD S. Domingos	0	00:01:13
17	17	2.101 Helio Alves	ACR Mealhada	0	00:01:14
18	18	1.963 Leonardo Major	Leões Apelaçonenses	0	00:01:22
19	19	2.509 André Pedroso	GD S. Domingos	0	00:01:23
20	20	2.370 Daniel Marinho	ACR Mealhada	0	00:01:25
21	21	684 Miguel Vilares	CDUL	0	00:01:26
22	22	2.238 Tomás Gomes	Leões Apelaçonenses	0	00:01:27
23	23	2.478 Fábio António	Sporting C Reboleira	0	00:01:29
24	24	2.100 Jeffeson Oliveira	ACR Mealhada	0	00:01:35
25	25	2.213 Ruben Gomes	CDUL	0	00:01:39
26	26	2.148 Pedro Lourenço	ACR Mealhada	0	
27	27	2.102 Afonso Vitorino	ACR Mealhada	0	

Total dos Atletas 27



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Infantis Fem

Infantis Femininos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	1.817	Jessica Neves	SL Benfica	18	00:03:27
2	2	694	Rita Mineiro	CDUL	16	00:03:33
3	3	1.766	Inês Gouveia	Sporting C Reboleira	14	00:03:34
4	4	688	Adriana Lopes	CDUL	12	00:03:40
5	5	275	Rute Nunes	ACR Mealhada	10	00:03:43
6	6	277	Cláudia Silva	ACR Mealhada	8	00:03:46
7	7	417	Rafaela Matias	CRD Arrudense	7	00:03:46
8	8	274	Raquel Botelho	ACR Mealhada	6	00:03:52
9	9	1.965	Rosa Ezequiel	ACR Mealhada	5	00:03:55
10	10	2.358	Tânia Pereira	Sporting C Reboleira	4	00:03:57

Total dos Atletas 10



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Infantis Masc

Infantis Masculinos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	168	André Carvalho	ARCD Vila de Rei	18	00:03:09
2	2	699	Hugo Gil	CDUL	16	00:03:09
3	3	287	Danilo Aba	ACR Mealhada	14	00:03:22
4	4	2.283	Euclides Sanches	GA Navegadores	12	00:03:29
5	5	283	Rui Barros	ACR Mealhada	10	00:03:32
6	6	2.298	Ayrton Sá	GA Navegadores	8	00:03:36
7	7	9	Daniel S. Fernandes	Leões Apelaçonenses	7	00:03:38
8	8	2.511	Ricardo Costa	Leões Apelaçonenses	6	00:03:38
9	9	764	Flávio Santos	Paz Universal	5	00:03:44
10	10	2.282	Miguel Ferreira	GA Navegadores	4	00:03:50
11	11	2.519	Tiago Coutinho	CDUL	0	00:04:26
12	12	388	Tiago Fonseca	CA Patameiras	0	00:04:29
13	13	7	Ricardo Antunes	Leões Apelaçonenses	0	00:04:34

Total dos Atletas 13



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Iniciadas

Iniciadas

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	297	Amélia Vitorino	ACR Mealhada	18	00:03:06
2	2	151	Carolina Ramos	GD S. Domingos	16	00:03:10
3	3	820	Neuza Reis	Sporting C Reboleira	14	00:03:17
4	4	435	Mara Martinho	FC Alverca	12	00:03:19
5	5	152	Iris Gonçalves	GD S. Domingos	10	00:03:20
6	6	296	Débora Garcia	ACR Mealhada	8	00:03:28
7	7	170	Catarina Bernardo	ARCD Vila de Rei	7	00:03:30
8	8	434	Cláudia Acácio	FC Alverca	6	00:03:34
9	9	818	Nair Ramos	Sporting C Reboleira	5	00:03:38
10	10	2.234	Isamara Manuel	GD S. Domingos	4	00:03:42
11	11	169	Patrícia Bernardo	ARCD Vila de Rei	0	00:03:43
12	12	819	Odete Varela	Sporting C Reboleira	0	00:03:45
13	13	295	Andreia Botelho	ACR Mealhada	0	00:03:45
14	14	294	Mónica Cardoso	ACR Mealhada	0	00:03:58
15	15	2.513	Ivanisa Silva	Leões Apelaçenenses	0	00:04:07
16	16	410	Márcia Pereira	CRD Arrudense	0	00:04:29
17	17	301	Patrícia Delaunay	ACR Mealhada	0	00:04:31
18	18	299	Marisa Silva	ACR Mealhada	0	00:04:36

Total dos Atletas 18



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Iniciados

Iniciados

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	2.497	Gonçalo Silva	GA Navegadores	18	00:02:45
2	2	432	Gonçalo Cláudio	FC Alverca	16	00:02:59
3	3	438	Filipe Fraqueiro	FC Alverca	14	00:03:02
4	4	149	João Miranda	GD S. Domingos	12	00:03:03
5	5	15	Miguel Simões	Leões Apelaçenenses	10	00:03:05
6	6	1.780	Mário Real	CRD Arrudense	8	00:03:09
7	7	2.501	Admilson Carlos	GA Navegadores	7	00:03:13
8	8	2.214	Bruno Henriques	GD S. Domingos	6	00:03:14
9	9	13	Ivan Santos	Leões Apelaçenenses	5	00:03:14
10	10	2.496	Licino Sissé	GA Navegadores	4	00:03:15
11	11	2.512	Bruno Farinha	Leões Apelaçenenses	0	00:03:15
12	12	14	Ailton Fredir	Leões Apelaçenenses	0	00:03:16
13	13	293	Juary Tavares	ACR Mealhada	0	00:03:17
14	14	289	Ruben Conchinho	ACR Mealhada	0	00:03:18
15	15	288	Cláudio Morais	ACR Mealhada	0	00:03:18
16	16	423	Vitor Biosa	CRD Arrudense	0	00:03:20
17	17	430	David Guerra	FC Alverca	0	00:03:22
18	18	830	Jelson Tavares	Sporting C Reboleira	0	00:03:24
19	19	2.517	André Guerreiro	ACR Mealhada	0	00:03:24
20	20	2.235	Colin Nascimento	GD S. Domingos	0	00:03:29
21	21	433	Filipe Silva	FC Alverca	0	00:03:29
22	22	431	Ruben Pinto	FC Alverca	0	00:03:29
23	23	12	Adriano Gomes	Leões Apelaçenenses	0	00:03:30
24	24	2.381	Rodrigo Silvestre	Ingleses FC	0	00:03:36
25	25	171	David Sousa	ARCD Vila de Rei	0	00:03:37
26	26	738	Pedro Rodrigues	Ingleses FC	0	00:04:09

Total dos Atletas

26



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Juvenis Fem

Juvenis Femininos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	444	Jéssica Cruz	FC Alverca	18	00:03:26
2	2	446	Ionela Segarceanu	FC Alverca	16	00:03:30
3	3	150	Vânia Fernandes	GD S. Domingos	14	00:03:33
4	4	302	Margarida Vitorino	ACR Mealhada	12	00:03:39
5	5	74	Rafaela Ferreira	Leões Apelaçonenses	10	00:03:41
6	6	440	Bruna Macedo	FC Alverca	8	00:03:46
7	7	303	Sara Machado	ACR Mealhada	7	00:03:49
8	8	75	Aurora Lopes	Leões Apelaçonenses	6	00:04:01
9	9	2.184	Debora Marques	GD S. Domingos	5	00:04:12

Total dos Atletas 9



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Juvenis Masc

Juvenis Masculinos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	173	Cristiano Pedro	ARCD Vila de Rei	18	00:02:42
2	2	815	Ivo Fernandes	Sporting C Reboleira	16	00:02:44
3	3	823	Juilson Mendes	Sporting C Reboleira	14	00:02:45
4	4	310	Carlos Figueiredo	ACR Mealhada	12	00:02:45
5	5	2.191	Vasco Porto	FC Alverca	10	00:02:54
6	6	304	Ricardo Garcia	ACR Mealhada	8	00:02:57
7	7	306	Rui Graça	ACR Mealhada	7	00:03:00
8	8	441	Luis Cláudio	FC Alverca	6	00:03:02
9	9	305	Rui Caneira	ACR Mealhada	5	00:03:04
10	10	2.215	Hernani Silva	GD S. Domingos	4	00:03:12
11	11	2.360	Ruben Dias	Sporting C Reboleira	0	00:03:15
12	12	2.516	Pedro Santosa	CRD Arrudense	0	00:03:18
13	13	2.181	Rafael pedro	GD S. Domingos	0	00:03:28
14	14	443	Matheus Silva	FC Alverca	0	00:03:30

Total dos Atletas 14



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Juniores Femininos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	51	2.280	Issa Tavares	GA Navegadores	18	00:11:48
2	93	457	Alina Segarceanu	FC Alverca	16	00:13:24
3	104	313	Débora Durães	ACR Mealhada	14	00:13:58
4	118	816	Liliana Pereira	Sporting C Reboleira	12	00:14:27
5	121	77	Marta Gomes	Leões Apelaçenenses	10	00:14:43
6	130	339	Lina Silva	CA Vale Figueira	8	00:15:41
7	132	455	Tejma Silva	FC Alverca	7	00:15:55
8	137	912	Cátia Barros	Sporting C Reboleira	6	00:16:12
9	140	2.357	Claúdia Vanessa	Sporting C Reboleira	5	00:16:32
10	144	2.281	Vanessa Ferreira	GA Navegadores	4	00:18:57

Total dos Atletas 10



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Juniores Masculinos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	15	147	Edmir Correia	GD S. Domingos	18	00:10:11
2	32	824	Uelsany Silva	Sporting C Reboleira	16	00:11:09
3	34	19	João Costa	Leões Apelaçonenses	14	00:11:13
4	49	459	Tiago Santos	FC Alverca	12	00:11:41
5	53	2.522	Gil Mendes	Leões Apelaçonenses	10	00:11:51
6	58	454	Rui Lopes	FC Alverca	8	00:12:10

Total dos Atletas 6



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Seniores Femininos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	36	128	Susana Adelino	CCD CM Loures	18	00:11:24
2	75	79	Luciana Pereira	Leões Apelaçonenses	16	00:12:44
3	125	2.329	Lucia Lopes	Sporting C Reboleira	14	00:15:02
4	126	317	Cátia Rodrigues	ACR Mealhada	12	00:15:11
5	136	2.488	Marlene Pina	GD S. Domingos	10	00:16:10

Total dos Atletas 5



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Seniores Masculinos

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	1	178	João Brito	ARCD Vila de Rei	18	00:09:14
2	2	180	Daniel Fernandes	ARCD Vila de Rei	16	00:09:27
3	4	363	Bruno Lourenço	CA Patameiras	14	00:09:38
4	5	884	Luis Brito	CUA Benaventense	12	00:09:40
5	8	1.927	Fábio Oliveira	GDU Caxienses	10	00:09:46
6	10	2.521	Fabian Downs	Individual	8	00:09:51
7	18	466	João Acácio	FC Alverca	7	00:10:19
8	31	27	Miguel Ruivo	Leões Apelaçonenses	6	00:11:05
9	46	2.153	Nelson Natori	GD S. Domingos	5	00:11:37
10	55	926	José Silva	FC Alverca	4	00:11:55
11	61	2.198	Luís Gonçalves	ADC Catujal	0	00:12:15
12	65	2.199	Daniel Gonçalves	ADC Catujal	0	00:12:23
13	82	253	Sérgio Teles	ADC Catujal	0	00:12:58
14	90	2.093	Gilberto Pedro	ARCD Vila de Rei	0	00:13:15
15	113	29	Paulo Esperança	Leões Apelaçonenses	0	00:14:23
16	114	1.655	José Pereira	Leões Apelaçonenses	0	00:14:24
17	117	250	João Silva	ADC Catujal	0	00:14:26

Total dos Atletas 17



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranas F35

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	85	475	Luísa Monteiro	FC Alverca	18	00:13:03
2	99	762	Isabel Santos	Paz Universal	16	00:13:41
3	102	125	Manuela Barreto	CCD CM Loures	14	00:13:50
4	119	718	Fernanda Gil	CDUL	12	00:14:33
5	128	397	Ana Paula	CRD Arrudense	10	00:15:28
6	139	144	Maria José Dias	GD S. Domingos	8	00:16:22

Total dos Atletas 6



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranas F45

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	38	2.332	Lucilia Soares	SL Benfica	18	00:11:30
2	54	2.505	Manuela Dias	AA Maфра	16	00:11:52
3	89	143	Anabela Carvalho	GD S. Domingos	14	00:13:12
4	112	87	Lina Valente	Leões Apelaçonenses	12	00:14:21
5	131	480	Deolinda António	FC Alverca	10	00:15:47
6	143	165	Vanda Augusto	GA Super Estrelas	8	00:18:01

Total dos Atletas 6



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranas F55

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	103	775	Cacilda Branco	CCD O Alvitejo	18	00:13:52
2	109	763	Fátima Abreu	Paz Universal	16	00:14:14
3	115	347	Alice Gomes	CD Olivais e Moscavide	14	00:14:26
4	145	342	Teresa Brito	CA Vale Figueira	12	00:19:36

Total dos Atletas 4



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M35

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	3	883	Raul Caetano	CUA Benaventense	18	00:09:32
2	7	136	Fernando Miranda	GD S. Domingos	16	00:09:44
3	9	472	Paulo Durães	FC Alverca	14	00:09:49
4	16	471	Ambrósio Pereira	FC Alverca	12	00:10:12
5	17	473	João Dias	FC Alverca	10	00:10:15
6	26	112	Hugo Adelino	CCD CM Loures	8	00:10:39
7	27	2.514	Pedro Semedo	SL Benfica	7	00:10:45
8	33	2.524	Orlando Carvalho	FC O Despertar	6	00:11:10
9	40	223	Jorge Almeida	Coop. A Sacavenense	5	00:11:31
10	50	919	Carlos Marques	CRD Arrudense	4	00:11:45
11	68	766	Hélder Teixeira	Paz Universal	0	00:12:34
12	69	2.494	Fernando Mota	FC O Despertar	0	00:12:34
13	76	2.146	André Gomes	CDUL	0	00:12:46
14	91	2.158	Luis Antunes	Leões Apelaçonenses	0	00:13:18
15	94	37	Luis Damião	Leões Apelaçonenses	0	00:13:30
16	111	727	João Lopes	CDUL	0	00:14:17

Total dos Atletas 16



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M40

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	6	476	Alexandre Monteiro	FC Alverca	18	00:09:41
2	11	828	José Antunes	Sporting C Reboleira	16	00:09:57
3	12	784	Pompílio Vaz	CCD O Alvitejo	14	00:10:02
4	20	122	Luis Lopes	CCD CM Loures	12	00:10:21
5	22	117	Jorge Oliveira	CCD CM Loures	10	00:10:27
6	25	2.491	Luciano Conceição	FC O Despertar	8	00:10:36
7	35	2.520	José Cunha	Leões Apelaçonenses	7	00:11:15
8	43	736	António Cardoso	CDUL	6	00:11:35
9	48	365	Carlos Fonseca	CA Patameiras	5	00:11:39
10	52	41	Jorge Ferreira	Leões Apelaçonenses	4	00:11:50
11	63	2.374	Jorge Leitão	Leões Apelaçonenses	0	00:12:21
12	67	40	Paulo Santos	Leões Apelaçonenses	0	00:12:27
13	72	123	Luis Lourenço	CCD CM Loures	0	00:12:42

Total dos Atletas 13



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M45

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	13	49	João Gomes	Leões Apelaçonenses	18	00:10:06
2	19	126	Paulo Póvoa	CCD CM Loures	16	00:10:20
3	29	767	Armando Santos	Paz Universal	14	00:10:50
4	42	728	Manuel Rodrigues	CDUL	12	00:11:34
5	45	331	António Mina	CA Vale Figueira	10	00:11:37
6	60	47	José Silva	Leões Apelaçonenses	8	00:12:14
7	66	51	Américo Amaro	Leões Apelaçonenses	7	00:12:24
8	70	2.499	Inrique Barros	GA Navegadores	6	00:12:38
9	71	163	António Torres	GA Super Estrelas	5	00:12:38
10	77	227	Carlos Conceição	Coop. A Sacavenense	4	00:12:49
11	83	503	Manuel Fonseca	SL Campolide	0	00:13:02
12	86	48	José Morais	Leões Apelaçonenses	0	00:13:04
13	98	726	Ernesto Alves	CDUL	0	00:13:40

Total dos Atletas 13



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M50

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	14	101	Aires Pratas	CCD CM Loures	18	00:10:09
2	21	60	António Vale	Leões Apelaçonenses	16	00:10:24
3	23	109	Eurico Charneca	CCD CM Loures	14	00:10:29
4	24	105	António Henriques	CCD CM Loures	12	00:10:30
5	30	57	Fernando Fernandes	Leões Apelaçonenses	10	00:11:02
6	41	350	Gilberto Morais	CD Olivais e Moscavide	8	00:11:31
7	47	899	Arsénio Fernandes	CCD O Alvitejo	7	00:11:38
8	62	1.645	Domingos Penedo	Leões Apelaçonenses	6	00:12:16
9	73	2.508	Vitor Antunes	Coop. A Sacavenense	5	00:12:42
10	74	544	António Fernandes	CA Vale Figueira	4	00:12:43
11	80	357	Albino Tomás	CA Patameiras	0	00:12:55
12	81	373	Óscar Santos	CA Patameiras	0	00:12:56
13	84	108	Elísio Costa	CCD CM Loures	0	00:13:02
14	88	230	Venâncio Guerreiro	Coop. A Sacavenense	0	00:13:09
15	107	58	José Cardoso	Leões Apelaçonenses	0	00:14:05
16	120	102	António Caçador	CCD CM Loures	0	00:14:37

Total dos Atletas 16



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M55

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	28	743	João Franco	AMCR Fonte Grada	18	00:10:47
2	37	364	Carlos Antunes	CA Patameiras	16	00:11:28
3	39	103	António Valério	CCD CM Loures	14	00:11:30
4	44	164	Manuel Chamusca	GA Super Estrelas	12	00:11:36
5	57	63	Januário Coelho	Leões Apelaçenenses	10	00:12:07
6	59	367	Hermínio Alves	CA Patameiras	8	00:12:10
7	64	119	José Marques	CCD CM Loures	7	00:12:22
8	87	853	Tam Afonso	Açoreana Clube Banif	6	00:13:06
9	97	2.523	Jorge Subtil	Individual	5	00:13:36
10	101	129	Vitor Moreira	CCD CM Loures	4	00:13:47
11	108	116	Jorge Jesus	CCD CM Loures	0	00:14:11
12	110	232	Carlos Pereira	Coop. A Sacavenense	0	00:14:15
13	116	184	Adriano Silva	ARCD Bº Santiago	0	00:14:26
14	129	2.506	Jorge Mendonça	EPAL	0	00:15:38

Total dos Atletas 14



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M60

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	56	922	Eduardo Tanganhito	Sporting C Reboleira	18	00:11:58
2	79	118	José Aruil	CCD CM Loures	16	00:12:54
3	92	903	Fernando Branco	CCD O Alvitejo	14	00:13:21
4	95	115	Joaquim Adelino	CCD CM Loures	12	00:13:34
5	96	124	Manuel Tiago	CCD CM Loures	10	00:13:36
6	100	352	João Ribeiro	CD Olivais e Moscavide	8	00:13:44
7	105	856	Joaquim Araújo	AA Pego Longo	7	00:13:59
8	122	234	António Pereira	Coop. A Sacavenense	6	00:14:47
9	138	236	António Neves	Coop. A Sacavenense	5	00:16:17

Total dos Atletas 9



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Classificações

Prova Principal

Veteranos M65

Pos.	Geral	Dorsal	Nome Atleta	Equipa	Pontos	Tempos
1	78	746	António Monteiro	AMCR Fonte Grada	18	00:12:52
2	106	353	Jeremias Ribeiro	CD Olivais e Moscavide	16	00:14:03
3	123	745	Francisco Cipriano	AMCR Fonte Grada	14	00:14:48
4	124	2.323	Carlos Beirão	FC Alverca	12	00:14:51
5	127	106	Carlos Gadunhas	CCD CM Loures	10	00:15:17
6	133	2.409	Artur Marcelino	Coop. A Sacavenense	8	00:16:00
7	134	2.408	Leopoldino Marcelino	Coop. A Sacavenense	7	00:16:01
8	135	107	Carlos Pereira	CCD CM Loures	6	00:16:10
9	141	110	Fernando Pereira	CCD CM Loures	5	00:16:39
10	142	114	João Ramos	CCD CM Loures	4	00:16:54
11	146	338	Francisco Casaca	CA Vale Figueira	0	00:19:37

Total dos Atletas 11



Rampa do Moinho

Apelação

quarta-feira, 10 Junho, 2009

Pontos das Equipas

N.º	Nome da Equipa	Pontos
15	FC Alverca	254
1	Leões Apelaçenenses	224
10	ACR Mealhada	211
2	CCD CM Loures	210
33	Sporting C Reboleira	170
3	GD S. Domingos	164
87	GA Navegadores	121
5	ARCD Vila de Rei	90
24	CDUL	90
31	CCD O Alvitejo	53
29	Paz Universal	51
26	AMCR Fonte Grada	50
12	CD Olivais e Moscavide	46
13	CA Patameiras	43
47	SL Benfica	43
7	Coop. A Sacavenense	40
14	CRD Arrudense	36
11	CA Vale Figueira	34
41	CUA Benaventense	30
4	GA Super Estrelas	25
109	AA Mafra	16
81	FC O Despertar	14
0	Individual	13
58	GDU Caxienses	10
35	AA Pego Longo	7
34	Açoreana Clube Banif	6
8	ADC Catujal	5

Total de equipas: 27