

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	534	LEONEL FERNANDES	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	SENIORES - MASC	0	00:30:31.96
2	669	CARLOS COSTA	347	C.U.A. BENAVENTENSE	SENIORES - MASC	0	00:30:33.64
3	299	MIGUEL BORGES	91	S.L. BENFICA	JUNIORES - MASC	0	00:30:53.35
4	227	MANUEL SOUSA	59	C.I. ARGONCILHE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:30:55.87
5	240	VITOR BARBOSA	63	G.DRAM. R. RETORTA	SENIORES - MASC	0	00:31:09.04
6	193	ANDRÉ ANICETO	44	A.C.R. VALE CAMBRA	SENIORES - MASC	0	00:31:16.38
7	670	JORGE PINTO	347	C.U.A. BENAVENTENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:31:40.17
8	14	BRUNO JOSE SOARES	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	SENIORES - MASC	0	00:31:44.56
9	95	AMÉRICO MOREIRA	26	CLUBE D. PÓVOA	SENIORES - MASC	0	00:31:46.40
10	1	MANUEL MAGALHÃES	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	SENIORES - MASC	0	00:31:49.40
11	392	MIHAIL LALEV	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	SENIORES - MASC	0	00:31:55.62
12	194	ANTÓNIO FERNANDES	44	A.C.R. VALE CAMBRA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:31:57.35
13	302	HEITOR FILIPE OLIVEIRA	97	CYCLONES / SANITOP	SENIORES - MASC	0	00:32:20.36
14	296	TUDOR MOLDOVAN	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	SENIORES - MASC	0	00:32:20.77
15	123	AIRES SOUSA	33	F.C. PENAFIEL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:32:23.17
16	85	FILIPE CRISOSTOMO	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	SENIORES - MASC	0	00:32:23.68
17	249	CARLOS SILVA	71	A.D. ANCEDE	SENIORES - MASC	0	00:32:25.20
18	396	ALBERTO ALMEIDA	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:32:30.09
19	44	PAULO BARBOSA	11	CASA BENFICA PAREDES	JUNIORES - MASC	0	00:32:35.37
20	338	AUGUSTO COSTA	114	N.A. TAIPAS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:32:46.53
21	536	HUGO ALMEIDA	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	SENIORES - MASC	0	00:33:02.28
22	233	AMADEU ROCHA	63	G.DRAM. R. RETORTA	SENIORES - MASC	0	00:33:04.55
23	88	MANUEL GOMES	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:33:23.34
24	257	JOAQUIM SILVA	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:33:25.85
25	985	DIOGO FERNANDES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:33:28.09
26	215	FLAVIO NUNES	50	MARATONA C.P.	SENIORES - MASC	0	00:33:30.72
27	6	JOSE MARTINS	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	SENIORES - MASC	0	00:33:32.36
28	221	ÂNGELO ARAÚJO	58	N.A. CUCUJÃES	SENIORES - MASC	0	00:33:33.36
29	403	TIAGO ANDRÉ MADUREIRA	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	SENIORES - MASC	0	00:33:37.56
30	496	PAULO FERREIRA	200	C.D. FEIRENSE	JUNIORES - MASC	0	00:33:38.36
31	222	BRUNO FREITAS	59	C.I. ARGONCILHE	SENIORES - MASC	0	00:33:40.11
32	397	ANTONIO VELHA	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:33:42.41
33	286	ANTONIO SILVA	86	A. MOINHO VERMOIM	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:33:45.05
34	428	VITOR BARBOSA	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	SENIORES - MASC	0	00:33:50.88
35	1108	JORGE MANUEL BRITO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:33:51.30
36	402	MARIO SILVA	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:34:12.12
37	426	PAULO SOUSA	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	SENIORES - MASC	0	00:34:14.22
38	201	TIAGO PINHO	44	A.C.R. VALE CAMBRA	SENIORES - MASC	0	00:34:16.13
39	1385	PAULO MIGUEL PEREIRA	426	CRAKS C. LAMEGO	SENIORES - MASC	0	00:34:16.39
40	235	FILIPE SILVA	63	G.DRAM. R. RETORTA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:34:17.49
41	495	LINO FERREIRA	200	C.D. FEIRENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:34:19.00
42	46	JOAO CAVADAS	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:34:22.19
43	902	ANTÓNIO COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:34:25.75
44	261	ORLANDO NEVES	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:34:25.93
45	617	SÉRGIO LIMA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - MASC	0	00:34:28.21
46	490	FRANCELINO RESENDE	200	C.D. FEIRENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:34:32.41
47	1388	AGOSTINHO TEIXEIRA	43	U.D. VÁRZEA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:34:33.10
48	300	PEDRO MENDES	91	S.L. BENFICA	SENIORES - MASC	0	00:34:34.69
49	390	JOÃO VILELA	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:34:36.31
50	278	ANDREIA SANTOS	79	JOMA	SENIORES - FEM	0	00:34:36.54

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
51	11	ANTÓNIO CATURNA	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:34:37.24
52	237	JOAQUIM ROCHA	63	G.DRAM. R. RETORTA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:34:39.05
53	427	SÉRGIO AZEVEDO	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	SENIORES - MASC	0	00:34:44.67
54	152	DANIEL CARNEIRO	38	MAIA A.C.	JUNIORES - MASC	0	00:34:45.97
55	43	VÍTOR DIAS	8	ATLETICO C. ALFENENSE	SENIORES - MASC	0	00:34:47.85
56	208	SARA CARVALHO	47	ADERCUS	SENIORES - FEM	0	00:34:51.56
57	1382	FÁBIO PAIVA	47	ADERCUS	SENIORES - MASC	0	00:34:51.76
58	899	ANTÓNIO CAMPOS	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:34:53.64
59	100	PEDRO PONTES	26	CLUBE D. PÓVOA	SENIORES - MASC	0	00:34:59.70
60	399	JOSE FERNANDES	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:03.78
61	305	BELMIRO FERREIRA	100	LEÕES GUARDA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:06.52
62	5	AMERICO PINHO	240	A.C.R.D. ESCAPÃES	SENIORES - MASC	0	00:35:13.74
63	1230	MIGUEL LEITÃO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:35:14.12
64	464	ALEXANDRE SANTOS	187	G.D.C. GUILHOVAI	SENIORES - MASC	0	00:35:16.36
65	518	JOSÉ TAVARES	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:19.99
66	349	ANTÓNIO OLIVEIRA	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:35:20.29
67	94	MANUEL COSTA	24	C.D.C. CODESSOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:22.65
68	492	JORGE LUZ	200	C.D. FEIRENSE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:24.58
69	616	SAMUEL NUNES	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - MASC	0	00:35:24.80
70	690	JOAQUIM SOUSA	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:35:28.54
71	665	JOAQUIM RODRIGUES	346	FEREIROLUX	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:30.30
72	10	TIAGO PINTO	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	JUNIORES - MASC	0	00:35:37.23
73	205	JOANA NUNES	47	ADERCUS	SENIORES - FEM	0	00:35:37.92
74	195	CARLOS TEIXEIRA	44	A.C.R. VALE CAMBRA	SENIORES - MASC	0	00:35:38.33
75	893	ÂNGELO FREITAS	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:35:39.39
76	238	MIGUEL MENDES	63	G.DRAM. R. RETORTA	SENIORES - MASC	0	00:35:39.44
77	468	BENJAMIM SOARES	187	G.D.C. GUILHOVAI	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:35:40.67
78	224	JOSE REIS	59	C.I. ARGONCILHE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:35:43.97
79	184	MARIO CARREIRA	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:35:44.26
80	683	BRUNO SANTIAGO	371	C.F. OLIVEIRA DOURO	SENIORES - MASC	0	00:35:44.67
81	183	JOAQUIM LOPES	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:47.81
82	130	BRUNO SILVA	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	SENIORES - MASC	0	00:35:50.06
83	232	ADELINO SILVA	63	G.DRAM. R. RETORTA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:35:50.62
84	908	ANTÓNIO JESUS	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:35:53.60
85	519	MANUEL VIEIRA VALENTE	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:35:55.33
86	539	PEDRO TERRA	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:35:56.75
87	107	CAMILO GUEDES	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:35:57.65
88	425	LUDGERO MOREIRA	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	SENIORES - MASC	0	00:36:00.37
89	264	FERNANDO SANTOS	77	G.D. LUZ VERDE	SENIORES - MASC	0	00:36:02.57
90	613	MARCELO COSTA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - MASC	0	00:36:03.23
91	267	MIGUEL OLIVEIRA	77	G.D. LUZ VERDE	SENIORES - MASC	0	00:36:09.77
92	391	MANUEL AZEVEDO	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:36:10.33
93	114	ALCINO SILVA	30	C.I.A. - ALPENDORADA	SENIORES - MASC	0	00:36:10.46
94	1368	VICTOR TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:36:11.00
95	90	PEDRO PEDROSA	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	SENIORES - MASC	0	00:36:13.79
96	4	SÓNIA FERNANDES	91	S.L. BENFICA	SENIORES - FEM	0	00:36:14.40
97	1234	NARCISO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:36:17.33
98	530	ORLANDO VALENTE	230	G.A.T.L. EDUCAÇÃO PAZ	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:36:18.83
99	65	JOÃO MARINHO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:36:20.21
100	191	JOSÉ CAMELO	42	S.C. SALGUEIROS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:36:22.78

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
101	259	JOSÉ MONTEIRO	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEI	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:36:23.57
102	83	ANDRE CORREIA	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	SENIORES - MASC	0	00:36:24.91
103	239	ORLANDO BARBOSA	63	G.DRAM. R. RETORTA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:36:26.82
104	3	FILIPA ALMEIDA	91	S.L. BENFICA	SENIORES - FEM	0	00:36:27.58
105	230	JOAQUIM RIBEIRO	60	S.C. BRAGA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:36:27.66
106	12	JOSÉ ROCHA	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	SENIORES - MASC	0	00:36:35.72
107	111	JOSÉ OLIVEIRA	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:36:40.28
108	639	ANTÓNIO MAGALHÃES	331	C.C.D. COELIMA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:36:42.30
109	288	JOSE COSTA	86	A. MOINHO VERMOIM	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:36:45.96
110	348	ANTÓNIO CANECA	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:36:47.22
111	491	JOEL CORREIA	200	C.D. FEIRENSE	SENIORES - MASC	0	00:36:47.86
112	260	LUÍS VILELA	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEI	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:36:50.61
113	203	ELISABETE AZEVEDO	47	ADERCUS	SENIORES - FEM	0	00:36:52.59
114	1156	JOSÉ VIEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:36:56.03
115	200	RUI AGUIAR	44	A.C.R. VALE CAMBRA	SENIORES - MASC	0	00:36:56.60
116	297	DAVID FERNANDES	90	ARADA A.C.	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:36:59.41
117	434	JOÃO NOGUEIRA	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - MASC	0	00:37:00.01
118	199	PAULO GOMES	44	A.C.R. VALE CAMBRA	JUNIORES - MASC	0	00:37:03.80
119	339	GUILHERME ROMANO	114	N.A. TAIPAS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:37:05.43
120	1420	JOAQUIM SILVA	101	ARPO POUSADENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:37:06.75
121	196	FILIFE FERREIRA	44	A.C.R. VALE CAMBRA	SENIORES - MASC	0	00:37:11.23
122	512	ANGELO SILVA RAMOS	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:37:11.56
123	52	AUGUSTO PEREIRA	16	C.C.D.CAMARA MUN.GONDOMA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:37:16.42
124	573	PEDRO CARVALHO	263	CCD-APDL	SENIORES - MASC	0	00:37:18.22
125	206	JOSÉ VEIGA	47	ADERCUS	SENIORES - MASC	0	00:37:18.91
126	736	JORGE MIGUEL ESTEVES	390	DESNÍVEL POSITIVO - DPS	JUNIORES - MASC	0	00:37:19.10
127	21	MÁRIO SILVA	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:37:23.45
128	124	ROSA MADUREIRA	33	F.C. PENAFIEL	SENIORES - FEM	0	00:37:24.83
129	332	ANTONIO LINO SOUTO	112	AGUAS DO PORTO SMAS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:37:25.24
130	87	MANUEL CARDOSO	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:37:25.80
131	1386	ANTÓNIO PINTO	426	CRAKS C. LAMEGO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:37:26.42
132	513	ARMANDO BASTOS	224	CALDAS S. JORGE S.C.	SENIORES - MASC	0	00:37:26.52
133	284	AGOSTINHO COSTA	86	A. MOINHO VERMOIM	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:37:27.75
134	498	ROGÉRIO CAMPOS	200	C.D. FEIRENSE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:37:28.00
135	25	SÉRGIO SOUSA	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:37:28.97
136	19	MANUEL DOURADO	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:37:30.07
137	121	MÁRIO CARVALHO	31	CLUBE OS 5 A HORA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:37:30.49
138	241	VITOR FERREIRA	63	G.DRAM. R. RETORTA	SENIORES - MASC	0	00:37:31.72
139	465	ANTÓNIO CRISTOVÃO	187	G.D.C. GUILHOVAI	SENIORES - MASC	0	00:37:33.01
140	225	MANUEL GOMES	59	C.I. ARGONCILHE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:37:33.44
141	180	FERNANDO SANTIAGO	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:37:34.25
142	400	JOSE SOUSA	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	SENIORES - MASC	0	00:37:36.32
143	1204	MARCO ANDRE MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:37:38.76
144	986	DIOGO FILIPE ALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:37:42.89
145	188	RICARDO LUÍS FERREIRA	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	SENIORES - MASC	0	00:37:43.40
146	674	JOSÉ OLIVEIRA	354	COMANDOS 87	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:37:46.76
147	192	CARLA MACHADO	43	U.D. VÁRZEA	VET.F40 - FEM	0	00:37:52.49
148	229	ALBERTO VALENTE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:37:52.57
149	243	TIAGO GOMES	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	SENIORES - MASC	0	00:37:53.60
150	1122	JOSE BORGES	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:37:54.52

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
151	629	FILIPE VILHENA	322	LEONE RUNNERS	SENIORES - MASC	0	00:37:54.99
152	197	GERMANO NADAIS	44	A.C.R. VALE CAMBRA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:37:57.39
153	356	JOSÉ GOMES	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:00.77
154	219	VASCO FIGUEIREDO	52	DASDIKES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:04.76
155	1266	PAULO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:06.50
156	582	HUGO BASTOS	271	IN ACTION	SENIORES - MASC	0	00:38:07.63
157	1387	PAULO PEREIRA	426	CRAKS C. LAMEGO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:08.12
158	1360	TIAGO CASTRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:08.21
159	1219	MARK MACEDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:09.37
160	521	ANIBAL OLIVEIRA	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:38:10.73
161	642	CARLOS PEREIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:11.10
162	540	JOSÉ CARLOS SÁ	239	C.C.D.R. FUNDO VILA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:12.17
163	370	ANTÓNIO DIAS	132	G.R. ESTRELA BONFIM	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:38:12.78
164	9	SONIA PINTO	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	SENIORES - FEM	0	00:38:15.15
165	1028	FILIPE ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:18.86
166	526	ANTÓNIO FONTES	230	G.A.T.L. EDUCAÇÃO PAZ	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:19.66
167	125	ALEXANDRE MATOS	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:26.06
168	289	MANUEL ALVES	86	A. MOINHO VERMOIM	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:38:26.85
169	223	BRUNO SANTOS	59	C.I. ARGONCILHE	SENIORES - MASC	0	00:38:29.12
170	209	ABILIO SOUSA	48	CLUBE MILLENNIUM BCP	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:38:29.73
171	1165	LUCIANO VOZNIAK	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:30.50
172	659	PAULO DOMINGUES	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	SENIORES - MASC	0	00:38:31.23
173	688	ANTÓNIO AMADOR	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:32.17
174	682	ANTONIO RUELA	371	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:38:33.61
175	256	JOAQUIM RIBEIRO	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:38:35.21
176	23	PORFIRIO ROCHA	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:36.01
177	689	JOÃO CASAL	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:39.01
178	394	JOÃO GONÇALVES	152	A.R.C. AGUIAS ALVELOS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:40.31
179	1090	JOÃO MANUEL SOARES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:41.35
180	361	AVELINO FREITAS	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	SENIORES - MASC	0	00:38:43.19
181	329	MANUEL GOMES	105	A.R. NEGRELOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:38:45.31
182	398	JOAQUIM GODINHO	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:38:46.84
183	1389	LUÍSA OLIVEIRA	86	A. MOINHO VERMOIM	SENIORES - FEM	0	00:38:48.46
184	797	TIAGO COSTA	406	KAIZEN	SENIORES - MASC	0	00:38:50.15
185	1140	JOSÉ MANUEL MONTEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:51.29
186	1271	PAULO SOARES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:38:52.46
187	1436	CARLOS BRANCO	322	LEONE RUNNERS	SENIORES - MASC	0	00:38:56.73
188	303	ANTÓNIO MAGALHÃES	100	LEÕES GUARDA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:38:58.82
189	395	NARCISO MARQUES	152	A.R.C. AGUIAS ALVELOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:38:59.05
190	327	ARMANDO MARQUES	105	A.R. NEGRELOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:02.88
191	645	MODESTO VIEIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:04.69
192	606	FRANCISCO NOVAIS	305	VITÓRIA S.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:07.45
193	494	JOSÉ SOUSA	200	C.D. FEIRENSE	SENIORES - MASC	0	00:39:08.96
194	97	FATIMA SILVA	26	CLUBE D. PÓVOA	VET.F40 - FEM	0	00:39:13.83
195	265	FRANCISCO TEIXEIRA	77	G.D. LUZ VERDE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:14.85
196	472	ABÍLIO MOREIRA	190	TERRORES ASFALTO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:15.08
197	202	CARINA MARQUES	47	ADERCUS	SENIORES - FEM	0	00:39:16.01
198	84	FERNANDO MENDES	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:39:18.29
199	1224	MIGUEL ÂNGELO VELUDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:39:20.60
200	379	ADÃO MENDES	142	A.D.R. OUTEIRENSE	SENIORES - MASC	0	00:39:22.76

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
201	383	LUIS RIBEIRO	142	A.D.R. OUTEIRENSE	SENIORES - MASC	0	00:39:23.42
202	1357	TELMO SAMPAIO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:39:25.51
203	179	EDUARDO BRANDAO	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	SENIORES - MASC	0	00:39:26.49
204	493	JOSÉ OLIVEIRA	200	C.D. FEIRENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:27.16
205	668	NELSON COSTA	346	FEREIROLUX	SENIORES - MASC	0	00:39:28.15
206	340	AMÉRICO COELHO	118	C.I.R.A.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:28.73
207	1384	LUÍS FONSECA	426	CRAKS C. LAMEGO	SENIORES - MASC	0	00:39:29.46
208	26	ABILIO MARQUES	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:39:30.96
209	306	CARLOS FRIAS	100	LEÕES GUARDA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:39:32.04
210	263	CARLOS BARROSO	77	G.D. LUZ VERDE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:32.71
211	1383	MÓNICA SIMÕES	47	ADERCUS	SENIORES - FEM	0	00:39:33.11
212	648	EUGÉNIO LATA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - MASC	0	00:39:34.07
213	1421	JOSÉ PEIXOTO	101	ARPO POUSADENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:34.77
214	1419	CARLOS FERREIRA	101	ARPO POUSADENSE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:34.89
215	415	MARCELO ARAÚJO	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - MASC	0	00:39:34.95
216	309	LEOPOLDO FERNANDES	100	LEÕES GUARDA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:39:36.29
217	1145	JOSÉ MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:39:36.85
218	372	JOAQUIM FANGUEIRO	132	G.R. ESTRELA BONFIM	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:39:37.42
219	1002	ERNESTO PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:37.56
220	459	EDUARDO OLIVEIRA	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:39:38.00
221	424	FERNANDO RAMOS	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:38.09
222	1258	PAULO CÉSAR SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:39:38.11
223	604	PEDRO REIS	300	AASM - TRIATLO	SENIORES - MASC	0	00:39:41.69
224	365	MANUEL RIBEIRO	128	A.D. CASTELÕES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:43.53
225	925	ANTONIO ROCHA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:39:45.95
226	574	SÉRGIO GAIÃO	263	CCD-APDL	SENIORES - MASC	0	00:39:46.09
227	77	CÉLIO RIBEIRO	19	C.ATL. VILA BOA BISPO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:39:51.13
228	520	MÁRIO COSTA	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:51.39
229	48	MÁRIO DIAS	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	SENIORES - MASC	0	00:39:53.94
230	787	CÁTIA GALHARDO	402	GARMIN-C. OLIMPICO OEIRAS	SENIORES - FEM	0	00:39:55.26
231	788	SERGIO CLARO	402	GARMIN-C. OLIMPICO OEIRAS	SENIORES - MASC	0	00:39:55.58
232	345	JOSÉ SILVA	118	C.I.R.A.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:39:57.06
233	641	AURELIO VIEIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	SENIORES - MASC	0	00:39:57.87
234	576	AUGUSTO OLIVEIRA	267	PAREDES AVENTURA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:39:58.53
235	93	JOSÉ FERREIRA	24	C.D.C. CODESSOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:40:01.10
236	91	RUI VELOSO	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	SENIORES - MASC	0	00:40:01.13
237	1369	VÍTOR ALEXANDRE LEAL	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:05.33
238	996	EDUARDO CAMILO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:06.13
239	276	PAULO MANUEL OLIVEIRA	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:08.04
240	351	CARLOS COELHO	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	SENIORES - MASC	0	00:40:09.02
241	437	VITOR PINTO	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - MASC	0	00:40:10.43
242	1101	JOAQUIM FERNANDO FERN	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:13.78
243	32	JOAQUIM FIGUEIREDO	7	A.C.R. VIGOROSA	JUNIORES - MASC	0	00:40:14.18
244	1422	RAÚL CARVALHO	101	ARPO POUSADENSE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:40:15.31
245	30	DEOLINDA OLIVEIRA	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.F40 - FEM	0	00:40:16.87
246	1083	JOÃO DUARTE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:19.88
247	646	RENATO SILVA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - MASC	0	00:40:20.01
248	990	DOMINGOS MANUEL PRESA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:40:22.60
249	68	PAULO JORGE VENTURA	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:40:22.77
250	245	OSVALDO GONÇALVES	65	C.P. EDP FAFE	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:40:25.55

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
251	1437	PEDRO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:26.66
252	517	JOSÉ LUÍS CARVALHO	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:27.46
253	104	ANDRÉ SOARES	27	CLUBE D. CANDAL	SENIORES - MASC	0	00:40:29.33
254	269	AMARO SILVA	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:40:30.58
255	328	LUIS MARTINS	105	A.R. NEGRELOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:40:32.63
256	1023	FERNANDO SOUSA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:40:32.88
257	910	ANTONIO JORGE VALE	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:34.10
258	1364	TIAGO SERRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:36.68
259	190	FERNANDO CAMELO	42	S.C. SALGUEIROS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:40:38.86
260	127	ANTÓNIO GOMES	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:40:41.04
261	988	DIOGO SERRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:41.77
262	1060	HÉLDER PINHEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:43.91
263	384	ANDRÉ PINTO	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES - MASC	0	00:40:45.57
264	1151	JOSÉ SÁ	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:46.90
265	335	JOAQUIM ALVES	112	AGUAS DO PORTO SMAS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:40:47.65
266	664	DAVIDE SOUSA	346	FEREIROLUX	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:50.73
267	1018	FERNANDO POMBO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:40:50.89
268	615	RICARDO SILVA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - MASC	0	00:40:51.29
269	98	JOAQUIM MOREIRA	26	CLUBE D. PÓVOA	JUNIORES - MASC	0	00:40:51.58
270	1050	GIL SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:51.74
271	537	MANUEL FERREIRA	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:40:52.52
272	1159	LEANDRO AGOSTINHO LIM	0	INDIVIDUAL	JUNIORES - MASC	0	00:40:53.32
273	175	RUI ALVES	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	SENIORES - MASC	0	00:40:54.00
274	1098	JOAQUIM AIRES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:40:54.09
275	156	JOSÉ SILVA	38	MAIA A.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:40:55.45
276	293	EMANUEL PINHEIRO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - MASC	0	00:40:56.45
277	102	VITOR GOMES	26	CLUBE D. PÓVOA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:56.92
278	477	MÁRIO ARAÚJO	190	TERRORES ASFALTO	SENIORES - MASC	0	00:40:57.04
279	315	ALVARO SOUSA	101	ARPO POUSADENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:40:58.01
280	926	ANTÓNIO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:01.19
281	108	FERNANDO SANTOS	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:01.25
282	275	MANUEL ANTÓNIO CARNEI	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:01.46
283	1262	PAULO JORGE SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:02.38
284	528	JOSE LEITE	230	G.A.T.L. EDUCAÇÃO PAZ	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:05.49
285	1373	VITOR FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:06.21
286	1286	PEDRO RESENDE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:08.34
287	447	JOAQUIM ANDRADE	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:10.08
288	139	AMILCAR SILVA	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	SENIORES - MASC	0	00:41:11.71
289	1080	JOÃO CARLOS EIRAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:12.38
290	551	LUIS BORGES	253	KILOS MODA ATLETISMO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:13.93
291	594	ILÍDEO PEIXOTO	294	CAVE ESPOSENDE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:15.26
292	310	LUCIANO VIEIRA	100	LEÕES GUARDA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:16.07
293	1337	SALVADOR FERNANDO SIL	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:18.35
294	75	ANTONIO CORREIA	19	C.ATL. VILA BOA BISPO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:19.53
295	1301	RICARDO CEREJEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:20.98
296	883	ANABELA LOPES FARIA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:41:22.24
297	1442	FRANCISCO COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:22.88
298	1095	JOAO SEIXAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:25.15
299	527	HUGO FARDILHA	230	G.A.T.L. EDUCAÇÃO PAZ	SENIORES - MASC	0	00:41:26.06
300	656	CLEMENTE TEIXEIRA	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:26.66

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
301	1164	LUCIANO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:28.64
302	1297	RAUL PIZARRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:29.31
303	991	DUARTE ROCHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:29.70
304	298	MANUEL FERREIRA	90	ARADA A.C.	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:30.26
305	505	BRUNO SANTIAGO	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	SENIORES - MASC	0	00:41:31.37
306	393	DAVID GONÇALVES	152	A.R.C. AGUIAS ALVELOS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:41:31.76
307	907	ANTONIO GILBERTO JESUS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:31.91
308	657	JOAO MARTINS	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	SENIORES - MASC	0	00:41:32.18
309	1333	RUI OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:33.42
310	101	RUI LEITES	26	CLUBE D. PÓVOA	SENIORES - MASC	0	00:41:35.07
311	86	JOÃO SANTOS	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	SENIORES - MASC	0	00:41:35.75
312	423	AMÉLIA VIEIRA	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	SENIORES - FEM	0	00:41:36.25
313	218	PEDRO RODRIGUES	52	DASDIKES	SENIORES - MASC	0	00:41:36.96
314	555	ANTÓNIO BARBOSA	255	CENTRO ATL. HERMESINDE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:37.31
315	1155	JOSE TAVARES	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:37.61
316	1292	PEDRO SILVA PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:38.40
317	163	RUI EUSÉBIO	38	MAIA A.C.	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:39.05
318	575	PEDRO EZEQUIEL	265	JAVIP	SENIORES - MASC	0	00:41:39.85
319	471	NORBERTO OLIVEIRA	187	G.D.C. GUILHOVAI	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:43.53
320	1312	ROBERTO E A TORRES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:43.97
321	270	FERNANDO ALVIM MAIA	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:44.36
322	651	JOÃO GOMES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:41:45.12
323	330	SERGIO MARTINS	105	A.R. NEGRELOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:46.51
324	103	VÍTOR RODRIGUES	26	CLUBE D. PÓVOA	SENIORES - MASC	0	00:41:47.15
325	22	NELSON MARQUES	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	SENIORES - MASC	0	00:41:47.27
326	538	MÁRIO OLIVEIRA	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:50.21
327	362	MARIO NOGUEIRA	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:41:55.65
328	76	BRUNO CAETANO	19	C.ATL. VILA BOA BISPO	SENIORES - MASC	0	00:41:56.60
329	17	DOMINGOS SANTOS	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	SENIORES - MASC	0	00:41:57.37
330	1171	LUIS AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:41:57.76
331	894	ÂNGELO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:41:58.72
332	364	JOSÉ MAGALHÃES	128	A.D. CASTELÕES	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:41:59.72
333	992	DUARTE SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:02.54
334	211	MARK VELHOTE	49	CLUBE VODAFONE	SENIORES - MASC	0	00:42:02.94
335	561	DAVID SILVA SOUSA	256	SUNSET RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:03.43
336	946	BRUNO MADUREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:42:04.63
337	1328	RUI LEMOS COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:06.99
338	795	EUCLIDES COIMBRA	406	KAIZEN	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:08.03
339	702	PAULO MIGUEL FREITAS	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	SENIORES - MASC	0	00:42:08.63
340	522	LÚÍS PINHO	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:10.29
341	244	VÍTOR SILVA	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	JUNIORES - MASC	0	00:42:10.60
342	515	CARLOS FERREIRA	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:11.78
343	583	LEANDRO PINTO	273	TRIPLAGITADA-C. TRIATLO	SENIORES - MASC	0	00:42:12.42
344	350	CARLOS CARDOSO	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:13.62
345	352	DANIEL LOPES	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	SENIORES - MASC	0	00:42:13.66
346	1186	MANUEL AUGUSTO FERREI	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:14.21
347	149	CÁTIA COSTA	38	MAIA A.C.	SENIORES - FEM	0	00:42:14.44
348	20	MÁRIO DUARTE	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:17.54
349	544	MANUEL SANTOS	248	C. ORIENTAÇÃO MINHO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:19.89
350	254	FERNANDO PEREIRA	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEI	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:42:25.95

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
351	134	JOSÉ LEITE	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:28.80
352	89	MANUEL JOAQUIM NETO	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:29.90
353	805	HÉLIO MACHADO	408	MOUTADOS TEAM	SENIORES - MASC	0	00:42:30.79
354	548	ARTUR ARAÚJO	253	KILOS MODA ATLETISMO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:31.04
355	804	FILIPE COSTA	408	MOUTADOS TEAM	SENIORES - MASC	0	00:42:33.88
356	591	ANTÓNIO FARIA	294	CAVE ESPOSENDE	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:42:34.64
357	1338	SANDRO CASTRO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:34.84
358	1279	PEDRO MACHADO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:34.92
359	154	GILBERTO MELO	38	MAIA A.C.	SENIORES - MASC	0	00:42:38.28
360	1059	HÉLDER OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:42:39.14
361	933	ARMINDO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:42:39.78
362	1415	AAAA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:42:40.23
363	294	MIGUEL PAIVA	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:41.26
364	549	HELDER FERREIRA	253	KILOS MODA ATLETISMO	SENIORES - MASC	0	00:42:44.04
365	1022	FERNANDO ROCHA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:44.82
366	945	BRUNO LIMA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:42:44.93
367	809	TIAGO CUNHA	408	MOUTADOS TEAM	SENIORES - MASC	0	00:42:45.65
368	216	CARLOS FERNANDES	52	DASDIKES	SENIORES - MASC	0	00:42:46.46
369	504	BRUNO COSTA	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	SENIORES - MASC	0	00:42:47.12
370	570	CARLOS FLOR	263	CCD-APDL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:47.99
371	552	PEDRO SILVA	253	KILOS MODA ATLETISMO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:48.71
372	1179	LUIS MIGUEL ESTEVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:42:49.33
373	800	JOAO PAULO CORREIA	407	LOUSADA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:50.14
374	685	MIGUEL FURTADO	371	C.F. OLIVEIRA DOURO	SENIORES - MASC	0	00:42:50.69
375	113	RICARDO SOUSA	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:50.79
376	280	CELESTINO SILVA	82	CAFÉ PONTO FINAL-CONF.PAUL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:51.55
377	165	ALBERTO MARQUES	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	SENIORES - MASC	0	00:42:52.09
378	747	JOSÉ MIGUEL SILVA	393	ESC. SEC. TOMAZ PELAYO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:52.84
379	1143	JOSÉ MARIZ	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:42:55.72
380	421	ANIBAL ALMEIDA	160	S.S S.JOÃO MADEIRA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:42:56.02
381	711	SERGIO SANTOS	377	ALPENDORADA RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:42:57.55
382	389	TIAGO FERNANDO COSTA	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES - MASC	0	00:42:58.48
383	1274	PEDRO CARDOSO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:01.79
384	388	RUI FILIPE SANTOS	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES - MASC	0	00:43:01.98
385	1078	JOAO ANTÓNIO PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:02.31
386	1011	FERNANDO DUARTE MART	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:02.46
387	242	JOSÉ GOMES	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:02.72
388	137	VITOR LOPES	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:02.97
389	672	ANTÓNIO CARVALHO	354	COMANDOS 87	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:04.61
390	359	ALBERTO RODRIGUES	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	SENIORES - MASC	0	00:43:05.50
391	343	JOSÉ AMÉRICO	118	C.I.R.A.C.	SENIORES - MASC	0	00:43:06.76
392	38	JOSÉ ENCARNAÇÃO	8	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:07.31
393	1430	MARCO MORAIS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:08.88
394	577	VITOR ANDRADE	267	PAREDES AVENTURA	SENIORES - MASC	0	00:43:08.88
395	1370	VITOR COELHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:09.71
396	160	NUNO MARQUES	38	MAIA A.C.	SENIORES - MASC	0	00:43:10.55
397	1189	MANUEL FERNANDO OLIVE	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:10.61
398	54	BRUNO VINHÓS	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:43:11.33
399	53	AFONSO TEIXEIRA	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:43:11.42
400	989	DIONÍSIO SOUSA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:11.87

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
401	793	JOSÉ ANTÓNIO PEREIRA	404	GULPI RUN	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:12.17
402	963	CARLOS SOUSA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:15.75
403	1015	FERNANDO LOPES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:17.28
404	569	ALFREDO ROCHA	263	CCD-APDL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:43:18.96
405	1429	CARLOS GOMES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:20.18
406	644	GERALDO GOMES	341	CASA POVO SOALHÃES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:20.97
407	559	CÂNDIDO FRANCO	256	SUNSET RUNNERS	SENIORES - MASC	0	00:43:21.99
408	778	LUÍS ABREU	400	FOTHA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:22.25
409	1082	JOÃO DELGADO NUNES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:23.96
410	1427	VITOR LESSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:24.12
411	272	JAIME MOREIRA	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:26.63
412	597	ORLANDO VIEIRA	294	CAVE ESPOSENDE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:43:29.14
413	1173	LUÍS FERNANDO MOTA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:31.06
414	1144	JOSE MESQUITA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:31.58
415	1032	FILIPE COIMBRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:32.32
416	605	LUIS TRIGO	301	CÃES AVENIDA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:33.21
417	31	FRANCISCO RODRIGUES	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:43:34.93
418	435	JOSÉ NEVES	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - MASC	0	00:43:35.41
419	709	FLAVIO OLIVEIRA	377	ALPENDORADA RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:43:36.50
420	1126	JOSÉ CASTRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:37.79
421	1105	JOAQUIM NOGUEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:43:38.64
422	1086	JOÃO GOMES	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:39.02
423	1256	PAULO BARBOSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:39.51
424	158	LURDES VAZ	38	MAIA A.C.	SENIORES - FEM	0	00:43:39.87
425	450	LUIS SILVA	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	SENIORES - MASC	0	00:43:40.34
426	628	CARLOS QUEIRÓS	322	LEONE RUNNERS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:42.22
427	1052	GRACIANO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:43:43.63
428	541	MANUEL SOUSA	239	C.C.D.R. FUNDO VILA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:43:44.65
429	456	JOSÉ MOREIRA SILVA	184	AFIS - OVAR	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:43:44.70
430	1020	FERNANDO REMELGADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:46.06
431	178	HELENA MOURÃO	40	N.A. MATOSINHOS	VET.F40 - FEM	0	00:43:46.91
432	72	URBANO RIBEIRO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:43:47.54
433	376	EDUARDO FERNANDES	135	G.D. OS GALOS - BARCELOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:43:48.45
434	1017	FERNANDO PINHEIRO MEN	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:48.88
435	373	JOAQUIM PEREIRA	132	G.R. ESTRELA BONFIM	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:43:50.36
436	1408	NATALINO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:50.95
437	337	MANUEL FERREIRA	112	AGUAS DO PORTO SMAS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:51.03
438	799	ARMANDO CUNHA OLIVEIRA	407	LOUSADA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:43:55.24
439	382	FRANCISCO PINTO	142	A.D.R. OUTEIRENSE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:43:56.02
440	55	CESAR	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:43:56.44
441	1341	SERGIO LIMA TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:43:57.95
442	451	PORFIRIO SILVA	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:58.96
443	892	ANGELO CABRAL	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:43:59.27
444	757	ARTUR FERRAZ	397	FALTA MUITO?	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:43:59.36
445	756	ALBERTO LUCAS	397	FALTA MUITO?	SENIORES - MASC	0	00:44:00.01
446	735	FIRMINO RODRIGO NOGUEIRA	390	DESNÍVEL POSITIVO - DPS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:00.58
447	1250	ORLANDO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:00.64
448	722	CARLOS HUMBERTO RAMA	384	BTT-MATOSINHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:01.55
449	960	CARLOS PEDRO ARAUJO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:01.90
450	304	ANTÓNIO TEIXEIRA	100	LEÕES GUARDA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:02.10

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
451	177	ANTÓNIO OLIVEIRA	40	N.A. MATOSINHOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:02.16
452	1431	AAAA	182	G.D.R. JUVENTUDE RIBEIRAS	SENIORES - MASC	0	00:44:02.26
453	603	PEDRO MAGALHÃES	300	AASM - TRIATLO	SENIORES - MASC	0	00:44:04.47
454	1293	PEDRO TEDIM	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:04.97
455	440	CARLOS MANUEL VIEIRA	177	OS CACHOS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:05.95
456	1222	MIGUEL ABREU	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:07.78
457	663	PAULO GOMES	345	NO TOMORROW RUNNING TEAM	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:09.12
458	621	FERNANDO PINTO CARVAL	314	C. GALP ENERGIA NORTE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:44:09.51
459	553	RUI PEREIRA	253	KILOS MODA ATLETISMO	SENIORES - MASC	0	00:44:09.96
460	930	ARMANDO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:10.18
461	547	ALBERTO SANTOS	253	KILOS MODA ATLETISMO	SENIORES - MASC	0	00:44:10.91
462	802	ANTENOR COSTA	408	MOUTADOS TEAM	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:11.09
463	602	PAULO COSTA	300	AASM - TRIATLO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:11.91
464	1441	FATIMA VEIGA	313	A.D. AFIFENSE	SENIORES - FEM	0	00:44:14.70
465	484	AUGUSTO DUARTE GRANJA	196	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:44:15.04
466	369	ABEL PEREIRA	132	G.R. ESTRELA BONFIM	SENIORES - MASC	0	00:44:17.12
467	625	RICARDO JORGE ALBUQUE	314	C. GALP ENERGIA NORTE	SENIORES - MASC	0	00:44:17.86
468	777	JOSÉ LUÍS BOAVISTA	400	FOTHA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:21.42
469	413	EDUARDO MARTINS	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - MASC	0	00:44:22.06
470	1055	HELDER CAMILO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:22.19
471	226	MANUEL SANTOS	59	C.I. ARGONCILHE	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:44:22.36
472	436	PEDRO RIBEIRO	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - MASC	0	00:44:22.88
473	417	NUNO FARIA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - MASC	0	00:44:23.08
474	323	JOAQUIM MARQUES	104	OS TURBO-LENTOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:23.42
475	250	JOAQUIM FREITAS	74	A.S.H. MONTE CÓRDOVA	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:44:25.97
476	523	MÁRIO ROCHA	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:44:26.96
477	1282	PEDRO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:27.09
478	1009	FERNANDO CARNEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:28.75
479	40	JOSÉ MAGALHÃES	8	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:44:30.49
480	1403	ANTÓNIO CANELHAS	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:30.58
481	637	HELDER GOMES	327	A.D.C. CANÁRIOS BALSELHAS	SENIORES - MASC	0	00:44:30.87
482	798	ANTONIO AUGUSTO SILVA	407	LOUSADA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:31.03
483	558	JOSÉ ROCHA	255	CENTRO ATL. HERMESINDE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:31.29
484	281	PAULO JORGE MARQUES	82	CAFÉ PONTO FINAL-CONF.PAUL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:31.32
485	334	HENRIQUE PEREIRA	112	AGUAS DO PORTO SMAS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:34.14
486	1439	ALBERTO MACHADO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:35.08
487	1225	MIGUEL ARAUJO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:35.30
488	815	RICARDO MONTEIRO	409	NAMADORES	SENIORES - MASC	0	00:44:35.69
489	1100	JOAQUIM FERNANDES PINH	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:36.76
490	1432	AAAA	182	G.D.R. JUVENTUDE RIBEIRAS	SENIORES - MASC	0	00:44:37.13
491	367	JORGE MOREIRA	130	STARolas	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:38.05
492	1217	MÁRIO SAMPAIO	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:44:38.94
493	1414	AAAA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:39.55
494	1251	OSCAR LOUREIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:44:40.10
495	171	FERNANDO SANTOS	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:41.98
496	598	DANIEL NOGUEIRA	300	AASM - TRIATLO	SENIORES - MASC	0	00:44:42.29
497	217	MANUEL COSTA	52	DASDIKES	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:44:44.44
498	467	ARTUR NADAIS	187	G.D.C. GUILHOVAI	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:44.54
499	409	SILVÉRIO PINTO	156	COMPORTO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:47.23
500	167	ANTÓNIO PEREIRA	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:47.38

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
501	1426	JOÃO CAMPOS	417	S. S. MONTEPIO GERAL	SENIORES - MASC	0	00:44:47.49
502	458	ANDRÉ AMORIM	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:44:48.28
503	501	VITOR SÁ	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:48.39
504	699	JOAQUIM CASTRO	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:48.48
505	874	ALEXANDRE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:51.80
506	1306	RICARDO JORGE TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:53.77
507	1236	NELSON MARTINHO FERRE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:54.80
508	312	RICARDO FERNANDES	100	LEÕES GUARDA	SENIORES - MASC	0	00:44:55.63
509	236	HENRIQUE DIAS	63	G.DRAM. R. RETORTA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:55.71
510	571	FRANCISCO LIMA	263	CCD-APDL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:44:56.11
511	542	PAULO FERNANDO FREITA	247	COLÉGIO VIZELA	SENIORES - MASC	0	00:44:56.43
512	1160	LEANDRO CAETANO OLIVE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:44:57.15
513	1158	JÚLIA CONCEIÇÃO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:44:57.73
514	730	JOSÉ MOTA	388	CÓSMICOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:44:59.21
515	381	BERNARDINO GUIMARAES	142	A.D.R. OUTEIRENSE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:44:59.84
516	1275	PEDRO DIAS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:00.22
517	433	IVO DIAS	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - MASC	0	00:45:00.61
518	1417	DOMINGOS SAAVEDRA	38	MAIA A.C.	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:00.98
519	375	VIRGILIO PALMEIRO	132	G.R. ESTRELA BONFIM	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:01.88
520	774	ANTÓNIO MONTEIRO	400	FOTHA	SENIORES - MASC	0	00:45:02.27
521	700	JOAQUIM FERREIRA	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:04.94
522	172	MARGARIDA PEREIRA	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	VET.F40 - FEM	0	00:45:05.53
523	510	VIRGULINO BASTOS	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:45:06.28
524	169	CARLOS TAVARES	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:07.60
525	923	ANTONIO PEIXOTO	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:08.61
526	1405	NUNO CUNHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:08.80
527	78	JOSÉ PESSOA	19	C.ATL. VILA BOA BISPO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:09.73
528	1149	JOSÉ RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:10.39
529	145	ARTUR FREITAS	38	MAIA A.C.	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:45:10.59
530	56	DAVID RODRIGUES	17	A.D. AMARANTE	JUNIORES - MASC	0	00:45:11.60
531	1065	HUGO GONÇALVES	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:12.14
532	311	LUIS FERNANDES	100	LEÕES GUARDA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:13.29
533	246	ERMINDO TORRES	66	N.KARATE ATL. RORIZ	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:45:13.35
534	768	DAVID CARVALHO	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	SENIORES - MASC	0	00:45:13.52
535	271	FERNANDO VÍTOR SILVA	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:13.87
536	347	VALDEMAR ALVES	118	C.I.R.A.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:45:15.00
537	380	ANTÓNIO FERNANDES	142	A.D.R. OUTEIRENSE	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:15.77
538	934	ARNALDO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:17.14
539	566	JOSÉ SILVA	256	SUNSET RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:17.95
540	1045	GERMAN AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:21.32
541	431	BRIGIDA PINTO	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - FEM	0	00:45:21.87
542	64	HÉLDER MANUEL PINTO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:45:22.37
543	110	JORGE SANTOS	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:22.55
544	666	JORGE OLIVEIRA	346	FEREIROLUX	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:24.08
545	126	ALVARO MARQUES	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:24.77
546	355	JOAQUIM GOMES	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:25.75
547	750	MÁRIO ADELINO SIMÕES	394	ESDL-IPVC	SENIORES - MASC	0	00:45:26.41
548	105	ESMERALDA SILVA	27	CLUBE D. CANDAL	VET.F40 - FEM	0	00:45:26.92
549	1192	MANUEL HERNÂNI CARDO	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:45:27.30
550	1019	FERNANDO QUEIRÓS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:27.36

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
551	1066	HUGO MANUEL ALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:28.16
552	806	JESUS CAMPOS	408	MOUTADOS TEAM	SENIORES - MASC	0	00:45:29.39
553	1315	ROGÉRIO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:31.62
554	1226	MIGUEL ARAÚJO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:32.77
555	1042	FRANCLIM CARDOSO PRAT	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:33.14
556	904	ANTÓNIO FERNANDO OLIV	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:33.34
557	146	CARLOS CARNEIRO	38	MAIA A.C.	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:34.06
558	749	PAULO JORGE SILVA	393	ESC. SEC. TOMAZ PELAYO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:35.86
559	432	CARLOS SILVA	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:36.63
560	1404	EDUARDO PAULO TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:36.89
561	118	CIPRIANO SOUSA	31	CLUBE OS 5 A HORA	SENIORES - MASC	0	00:45:37.55
562	931	ARMANDO PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:45:38.70
563	274	JOSÉ CARLOS OLIVEIRA	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:39.32
564	386	MÁRIO JOÃO CASTRO	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES - MASC	0	00:45:41.71
565	807	JOSÉ CUNHA	408	MOUTADOS TEAM	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:42.69
566	1362	TIAGO MENDES	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:44.11
567	758	CARLOS PEREIRA	397	FALTA MUITO?	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:44.62
568	590	ANTÓNIO CAPITÃO	294	CAVE ESPOSENDE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:45.93
569	228	NUNO SILVA	59	C.I. ARGONCILHE	SENIORES - MASC	0	00:45:46.58
570	1325	RUI GONÇALVES	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:47.54
571	1129	JOSE COELHO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:47.54
572	189	RUI RUSSO SANTOS	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:48.21
573	132	FILIPE OLIVEIRA	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:45:49.86
574	1054	HÉLDER BRUNO LOPES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:50.87
575	784	JOSÉ FILIPE SILVA	401	GANG DAS CAMINHADAS	SENIORES - MASC	0	00:45:51.51
576	1202	MÁRCIO FILIPE CASTRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:52.48
577	525	SUSANA SILVA	228	JOBRA	SENIORES - FEM	0	00:45:54.66
578	524	MANUEL FERREIRA	228	JOBRA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:45:55.67
579	912	ANTÓNIO JOSÉ OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:45:55.95
580	8	SERAFIM FONSECA	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:58.97
581	1092	JOÃO NUNO ARAÚJO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:45:59.13
582	27	ANTÓNIO NETO	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:45:59.83
583	766	ALVARO PEREIRA	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:00.98
584	1331	RUI MIGUEL MARTINS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:01.94
585	1320	RUI CAVALHEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:02.22
586	895	ANGELO VIDAL	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:03.09
587	136	MANUEL CARVALHO	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:46:03.58
588	173	PAULO COSTA	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	SENIORES - MASC	0	00:46:04.59
589	1407	RICARDO QUEIRÓS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:05.08
590	955	CARLOS COELHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:05.16
591	1220	MARTINHO PADRÃO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:05.44
592	1074	ISOLINO COELHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:08.78
593	767	ANTÓNIO JORGE SÁ	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:10.72
594	37	AURÉLIO COSTA	8	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:14.61
595	366	VITOR CUNHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:19.64
596	185	MIGUEL DIAS	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:20.01
597	500	PAULO RIBEIRO	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:23.68
598	144	ANA PIRES	38	MAIA A.C.	SENIORES - FEM	0	00:46:24.77
599	588	VÍTOR MANUEL MOREIRA	292	B.V. MOREIRA MAIA	SENIORES - MASC	0	00:46:26.35
600	1269	PAULO SANTOS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:27.90

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
601	39	JOSÉ MACEDO	8	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:46:30.41
602	377	FERNANDO SOUSA	135	G.D. OS GALOS - BARCELOS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:46:31.33
603	295	TOMÉ ARTEIRO	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:46:34.85
604	401	LILIANA RANGEL	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	VET.F40 - FEM	0	00:46:36.14
605	1295	RAFAEL SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:36.60
606	732	PEDRO LEITE ANTUNES	389	CULSEN.COM RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:46:37.43
607	673	IVO RIBEIRO	354	COMANDOS 87	SENIORES - MASC	0	00:46:38.21
608	487	PAULO FONSECA	197	AMIGOS S.PEDRO COVA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:46:39.24
609	612	JOEL MARTINS	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - MASC	0	00:46:40.55
610	942	BRUNO CUNHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:41.31
611	786	RUI FREITAS	401	GANG DAS CAMINHADAS	SENIORES - MASC	0	00:46:46.52
612	143	RICARDO ROCHA	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	SENIORES - MASC	0	00:46:46.75
613	411	ADELIA TAVARES	158	A.D.C.C. J. CLARK	VET.F40 - FEM	0	00:46:46.80
614	801	MANUEL FERNANDO TEIXEIRA	407	LOUSADA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:46:49.56
615	1399	PEDRO PARATI	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:50.54
616	1400	JOÃO PEDRO ANDRADE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:50.60
617	214	PEDRO LEANDRO NOGUEIRA	49	CLUBE VODAFONE	SENIORES - MASC	0	00:46:52.06
618	18	JORGE MOTA	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:46:53.12
619	978	DANIEL SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:53.73
620	676	CARLOS ANDRE BARBOSA	357	G. D. VALE AVE	SENIORES - MASC	0	00:46:53.84
621	1228	MIGUEL ESPIRITO SANTO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:54.95
622	1121	JOSE BARROSO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:46:56.31
623	940	BELMIRO LOPES	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:56.60
624	1402	MANUEL FERNANDES	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:46:56.60
625	1438	AAAA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:00.29
626	550	JOSÉ MARTINS	253	KILOS MODA ATLETISMO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:03.80
627	443	EDUARDO MATOS	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:06.49
628	780	MIGUEL CUNHA	400	FOTHA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:07.13
629	1012	FERNANDO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:47:08.31
630	252	CARLOS DUARTE	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:10.39
631	1161	LEONEL CUNHA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:10.52
632	187	PAULO VALENTE	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:11.82
633	948	BRUNO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:12.83
634	207	JOSÉ LEAL	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:13.45
635	410	VASCO FERREIRA	156	COMPORTO	SENIORES - MASC	0	00:47:13.80
636	122	VANIA BARBOSA	31	CLUBE OS 5 A HORA	SENIORES - FEM	0	00:47:14.21
637	920	ANTÓNIO PEDRO CARVALHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:14.48
638	120	FILIPE CUNHA	31	CLUBE OS 5 A HORA	SENIORES - MASC	0	00:47:14.54
639	856	ANDRÉ SOUSA CRUZ	423	TROIKAWAY	SENIORES - MASC	0	00:47:15.91
640	1207	MARCO LOPES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:16.11
641	444	FERNANDO MEIRELES	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:16.98
642	1412	TIAGO DIAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:17.12
643	346	OSCAR MAGOLO	118	C.I.R.A.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:17.30
644	378	JUSTINO COUTADA	135	G.D. OS GALOS - BARCELOS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:47:20.55
645	868	ADELINO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:21.17
646	585	MIGUEL DIAS	277	FALTA DE TREINO	SENIORES - MASC	0	00:47:21.84
647	1304	RICARDO JESUS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:21.86
648	220	VITOR MARQUES	55	G.D. BPI	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:22.02
649	840	LUÍS ANDRÉ PACHECO	419	SOCIEDADE RECREIO CEPANENSE	SENIORES - MASC	0	00:47:22.86
650	789	FILIPE PACHECO	403	GRUPO DESPORTIVO EPRVS	SENIORES - MASC	0	00:47:23.18

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
651	1038	FRANCISCO FREITAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:23.36
652	7	RUI RIBEIRO	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	JUNIORES - MASC	0	00:47:23.73
653	1185	MANUEL ALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:23.86
654	686	RUI PEDRO PINTO	371	C.F. OLIVEIRA DOURO	SENIORES - MASC	0	00:47:24.41
655	681	ANA CARNEIRO	371	C.F. OLIVEIRA DOURO	SENIORES - FEM	0	00:47:24.46
656	478	MIGUEL LOUREIRO	190	TERRORES ASFALTO	SENIORES - MASC	0	00:47:26.15
657	170	DOMINGOS SOARES	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:26.92
658	759	FILIPE CARVALHO	397	FALTA MUITO?	SENIORES - MASC	0	00:47:29.44
659	748	LUÍS ANTÓNIO SOUSA	393	ESC. SEC. TOMAZ PELAYO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:29.80
660	1310	RICARDO REIS	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:30.41
661	1046	GERMANO ADREGA CARDOSO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:31.03
662	708	FILIPE LOPES	377	ALPENDORADA RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:47:33.41
663	1162	LETÍCIA MELO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:47:33.50
664	1277	PEDRO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:33.93
665	320	ALBERTO SÁ	104	OS TURBO-LENTOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:35.81
666	506	CARLOS COSTA	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	SENIORES - MASC	0	00:47:36.72
667	166	ANTÓNIO MOTA	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:47:36.88
668	829	EDUARDO NEVES	414	OS PANDINHAS	SENIORES - MASC	0	00:47:37.08
669	290	MANUEL MATOS	86	A. MOINHO VERMOIM	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:37.73
670	1178	LUÍS MIGUEL CARVALHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:38.36
671	557	JOSÉ PEREIRA	255	CENTRO ATL. ERMESINDE	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:38.93
672	875	ALEXANDRE FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:39.41
673	128	ARNALDO T. SANTOS	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:39.57
674	1348	SIMÃO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:39.60
675	1137	JOSÉ LUÍS EUSÉBIO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:40.01
676	650	ALBINA GAVINA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - FEM	0	00:47:40.40
677	141	LUIS ABREU	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:42.37
678	738	HELDER MANUEL COELHO	391	ECOBIKE	SENIORES - MASC	0	00:47:43.15
679	737	ÂNGELA BARATA	391	ECOBIKE	SENIORES - FEM	0	00:47:43.39
680	507	MARTA ANJOS	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	SENIORES - FEM	0	00:47:44.23
681	921	ANTÓNIO PEDRO COIMBRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:47:44.92
682	568	ALFREDO BRUNO ROCHA	263	CCD-APDL	SENIORES - MASC	0	00:47:45.93
683	1307	RICARDO LIMA TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:47.07
684	1237	NUNO AGUILAR	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:47.91
685	248	LUIS BESSA	66	N.KARATE ATL. RORIZ	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:47:49.45
686	1392	PEDRO CRUZ	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:47:50.28
687	1024	FERNANDO SOUSA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:51.42
688	710	ROLANDO SANTOS	377	ALPENDORADA RUNNING TEAM	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:52.09
689	975	CUSTODIO NETO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:52.68
690	630	SERGIO FERNANDEZ	322	LEONE RUNNERS	SENIORES - MASC	0	00:47:52.77
691	654	PAULO FORTUNATO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	JUNIORES - MASC	0	00:47:53.77
692	326	ANTÓNIO COUTINHO	105	A.R. NEGRELOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:47:55.74
693	765	LUCINDA ALVES	398	FAMILIA ALVES	VET.F40 - FEM	0	00:47:55.75
694	499	JÚLIO TAVARES	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:47:56.84
695	662	JOAQUIM VICTOR CARVALHO	345	NO TOMORROW RUNNING TEAM	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:47:57.48
696	1433	AAAA	182	G.D.R. JUVENTUDE RIBEIRAS	SENIORES - MASC	0	00:47:57.60
697	1197	MANUEL SANTOS SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:47:59.01
698	112	MANUEL SANTIAGO	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:47:59.84
699	564	JOÃO CARMO	256	SUNSET RUNNERS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:48:00.06
700	944	BRUNO GONÇALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:03.36

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
701	543	JOSÉ CARLOS RAMALHO	248	C. ORIENTAÇÃO MINHO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:06.34
702	821	JOSE MOURA SOUSA	411	OS BARRIGUITAS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:48:06.50
703	486	JOÃO FONSECA	197	AMIGOS S.PEDRO COVA	SENIORES - MASC	0	00:48:07.25
704	887	ANDRÉ ROCHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:08.01
705	336	JOSE NEVES	112	AGUAS DO PORTO SMAS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:48:08.06
706	273	JOAQUIM MARQUES	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:10.01
707	1397	JÚLIO BRAGA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:48:11.79
708	623	JOAQUIM AUGUSTO RIBEIR	314	C. GALP ENERGIA NORTE	SENIORES - MASC	0	00:48:12.62
709	822	RICARDO SOUSA	411	OS BARRIGUITAS	SENIORES - MASC	0	00:48:13.53
710	610	ELSA PEREIRA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - FEM	0	00:48:14.38
711	817	SÉRGIO LAURINDO FERREI	409	NAMADORES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:16.56
712	1423	PEDRO FERNANDES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:17.47
713	949	BRUNO SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:21.23
714	1390	RICARDO BARBOSA	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES - MASC	0	00:48:23.33
715	1218	MÁRIO VILARINHO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:48:23.37
716	1406	MÁRIO LEITE	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:24.68
717	1322	RUI EMANUEL CARVALHA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:48:24.75
718	1221	MAURÍCIO SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:25.61
719	186	NATALINO PEREIRA	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:48:26.09
720	643	FATIMA PEREIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	SENIORES - FEM	0	00:48:26.60
721	109	GILBERTO SOARES	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:27.04
722	449	LIMA NUNES	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:48:28.40
723	1284	PEDRO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:48:30.14
724	360	ALZIRA DIREITINHO	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	VET.F40 - FEM	0	00:48:32.73
725	1006	FERNANDA PINHO	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:48:35.05
726	429	AGOSTINHO SOUSA	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	SENIORES - MASC	0	00:48:35.44
727	482	SÓNIA TEIXEIRA	190	TERRORES ASFALTO	SENIORES - FEM	0	00:48:39.96
728	475	FERNANDO CARVALHO	190	TERRORES ASFALTO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:48:40.26
729	1229	MIGUEL GOMES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:40.68
730	1106	JORGE GOMES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:40.80
731	794	FILIPPE MANUEL BARBOSA	405	IMPECILHOS DA MAIA	SENIORES - MASC	0	00:48:41.29
732	1303	RICARDO GONÇALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:41.85
733	764	ALÍLIO ALVES	398	FAMILIA ALVES	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:48:42.16
734	1172	LUÍS CARLOS PINTO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:42.63
735	51	PORFÍRIO LÍRIO	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:43.42
736	1435	NUNO FIGUEIRINHAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:43.60
737	1091	JOÃO MELO BANDEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:48:43.65
738	898	ANTÓNIO ALVES	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:48:43.89
739	1378	VITOR RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:44.76
740	268	ADELIO MOUTINHO	78	G.C.R. ALVARELHOS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:48:44.83
741	511	ABEL SANTOS	224	CALDAS S. JORGE S.C.	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:48:45.21
742	763	SIMÃO MOREIRA	397	FALTA MUITO?	SENIORES - MASC	0	00:48:46.34
743	964	CARLOS SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:46.82
744	696	ÁLVARO PEREIRA	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:48:47.18
745	707	CELSO SANTOS	377	ALPENDORADA RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:48:48.42
746	678	NUNO FILIPE CARVALHO	357	G. D. VALE AVE	SENIORES - MASC	0	00:48:51.63
747	941	BRUNO CONDE ARAÚJO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:48:53.53
748	63	FRANCISCO MONTEIRO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:48:53.54
749	1102	JOAQUIM FONTOURA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:48:55.11
750	869	ADELIO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:48:55.31

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
751	714	FILIPE MARINHO	379	AMIGOS FALTA MUITO?	SENIORES - MASC	0	00:48:55.61
752	876	ALICE MOUTINHO	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:48:56.06
753	41	JOSÉ MAIA	8	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:48:56.36
754	703	RICARDO MACHADO	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	SENIORES - MASC	0	00:48:57.27
755	42	PAULA NASCIMENTO	8	ATLETICO C. ALFENENSE	SENIORES - FEM	0	00:48:57.47
756	618	ANDRÉ LOPES FONSECA	314	C. GALP ENERGIA NORTE	SENIORES - MASC	0	00:48:58.01
757	363	AGOSTINHO BARROS	128	A.D. CASTELÕES	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:48:59.61
758	635	MANUEL ANTÓNIO FARIA	325	LUSOS XXI	SENIORES - MASC	0	00:49:00.23
759	1048	GIL DA COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:49:00.93
760	485	EMIDIO PONTES	197	AMIGOS S.PEDRO COVA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:49:00.98
761	1094	JOÃO PEDRO SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:49:03.37
762	773	RICARDO MOREIRA	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	SENIORES - MASC	0	00:49:05.38
763	49	PEDRO SILVA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	JUNIORES - MASC	0	00:49:08.71
764	865	JOAQUIM VIEIRA	425	VIRGIN ACTIVE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:10.92
765	1265	PAULO PEIXOTO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:11.56
766	414	ELISABETE BARBOSA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - FEM	0	00:49:12.41
767	1278	PEDRO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:49:14.19
768	461	MARCO LOURENÇO	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:49:15.66
769	562	FERNANDO MENDES	256	SUNSET RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:16.01
770	1246	NUNO SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:49:16.06
771	567	VÍTOR SOUSA	256	SUNSET RUNNERS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:49:16.13
772	1330	RUI MANUEL MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:49:17.47
773	466	ANTÓNIO SANTOS	187	G.D.C. GUILHOVAI	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:18.79
774	463	TIAGO SOUSA	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:49:18.89
775	460	GABRIEL COUTINHO	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:49:19.15
776	611	FÁTIMA DANTAS	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	VET.F40 - FEM	0	00:49:19.35
777	503	PAULO PEREIRA	214	MAKRO C. ATLETISMO	SENIORES - MASC	0	00:49:20.49
778	727	FILIPE PEIXE	387	CCC MADURAGEM	SENIORES - MASC	0	00:49:23.29
779	509	RUI MARTINS	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	SENIORES - MASC	0	00:49:23.44
780	998	EDUARDO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:49:24.86
781	168	AVELINO NEVES	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	SENIORES - MASC	0	00:49:26.08
782	153	DINIS PIRES	38	MAIA A.C.	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:49:28.21
783	818	TIAGO FERREIRA	409	NAMADORES	SENIORES - MASC	0	00:49:31.27
784	1180	LUIS MIGUEL OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:49:31.64
785	1120	JOSE AVELINO VIEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:49:31.83
786	92	AUGUSTO PACHECO	24	C.D.C. CODESSOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:35.27
787	71	PEDRO MARINHO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:49:35.50
788	161	NUNO NEVES	38	MAIA A.C.	SENIORES - MASC	0	00:49:36.75
789	1124	JOSÉ CARLOS GOMES	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:49:37.58
790	983	DIANA ROCHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:49:41.19
791	554	MANUEL MOTA	254	CASA BENFICA PORTO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:49:41.33
792	929	ARMANDO PEDRO BARROS	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:42.65
793	812	DAVID BARROCO	409	NAMADORES	SENIORES - MASC	0	00:49:44.26
794	599	MIGUEL ALMEIDA	300	AASM - TRIATLO	SENIORES - MASC	0	00:49:46.71
795	354	ELISIO PEREIRA	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:49:49.60
796	834	JOSÉ PEREIRA	416	RPM AC	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:49:50.77
797	560	CARLOS PINHO	256	SUNSET RUNNERS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:49:51.17
798	565	JOAQUIM CRUZ	256	SUNSET RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:52.63
799	847	RUI MIGUEL DIAS	420	SOPSEC S.A.	SENIORES - MASC	0	00:49:53.44
800	886	ANDRE FILIPE ROSÁRIO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:49:54.13

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
801	313	RICARDO MIGUEL	100	LEÕES GUARDA	SENIORES - MASC	0	00:49:54.56
802	1358	THOMAS PESTANA	0	INDIVIDUAL	JUNIORES - MASC	0	00:49:54.62
803	819	VASCO GRANJA	409	NAMADORES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:54.66
804	1309	RICARDO PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:49:55.63
805	448	JOSE CARLOS	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:49:55.97
806	1294	PEDRO VASCO VILAÇA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:56.09
807	619	ANTÓNIO CIDADE	314	C. GALP ENERGIA NORTE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:49:57.92
808	675	ROGÉRIO FREITAS	354	COMANDOS 87	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:49:59.21
809	636	NUNO MANUEL GOMES	325	LUSOS XXI	SENIORES - MASC	0	00:49:59.35
810	634	JOÃO PAULO CARVALHO	325	LUSOS XXI	SENIORES - MASC	0	00:49:59.53
811	1049	GIL MOREIRA NUNES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:03.42
812	563	GONÇALO TEIXEIRA	256	SUNSET RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:50:03.72
813	950	CARLA EIRAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:50:05.86
814	733	PEDRO PEREIRA	389	CULSEN.COM RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:50:08.07
815	1170	LUÍS ARCHER	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:08.38
816	589	ALBINO OLIVEIRA	294	CAVE ESPOSENDE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:50:11.22
817	1001	ERNESTO FERNANDES	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:12.18
818	489	MÁRIO SOARES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:13.47
819	607	ANA PEREIRA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - FEM	0	00:50:13.69
820	858	LEANDRO NEVES	424	ÛSQUÊ?-NIANOS	SENIORES - MASC	0	00:50:15.49
821	1056	HELDER FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:16.73
822	587	CARLOS TADEIA	291	I-RUN	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:50:17.55
823	1391	DANIEL REBELO	389	CULSEN.COM RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:50:17.67
824	932	ARMINDO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:50:21.87
825	148	CARLOS SOARES	38	MAIA A.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:26.18
826	164	VITOR RIBEIRO	38	MAIA A.C.	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:50:26.65
827	885	ANDRÉ BANDEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:27.66
828	1194	MANUEL LEMOS SOARES	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:31.20
829	831	NUNO SOBRAL	414	OS PANDINHAS	SENIORES - MASC	0	00:50:31.45
830	438	FRANCISCO OLIVEIRA	171	AMIGOS ATL. GONDOMAR	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:31.93
831	1033	FILIPPE OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:32.13
832	614	PATRÍCIA SOUSA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	SENIORES - FEM	0	00:50:32.32
833	159	MARTA MOREIRA	38	MAIA A.C.	VET.F40 - FEM	0	00:50:33.62
834	150	CEU COSTA	38	MAIA A.C.	VET.F40 - FEM	0	00:50:33.87
835	151	CIDÁLIO OLIVEIRA	38	MAIA A.C.	SENIORES - MASC	0	00:50:34.56
836	762	ROQUE MARTINS	397	FALTA MUITO?	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:50:35.94
837	1177	LUIS MATOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:37.12
838	1146	JOSÉ PEDRO MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:38.67
839	782	DAVID JOSÉ SANTOS	401	GANG DAS CAMINHADAS	SENIORES - MASC	0	00:50:39.44
840	358	RAQUEL PEREIRA	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	SENIORES - FEM	0	00:50:39.49
841	1428	JORGE CARNEIRO	419	SOCIEDADE RECREIO CEPANENS	SENIORES - MASC	0	00:50:40.61
842	846	RUI CALEJO	420	SOPSEC S.A.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:41.32
843	357	LUÍS RODRIGUES	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	SENIORES - MASC	0	00:50:41.39
844	842	MARIA ELISABETE MESQUI	420	SOPSEC S.A.	SENIORES - FEM	0	00:50:41.43
845	1425	RUI MACHADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:41.89
846	1363	TIAGO PINTO SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:45.21
847	1138	JOSÉ MACHADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:47.45
848	1130	JOSÉ DUARTE	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:50:47.74
849	860	MIGUEL SILVA	424	ÛSQUÊ?-NIANOS	SENIORES - MASC	0	00:50:47.91
850	1085	JOÃO FILIPE MACHADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:48.77

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
851	661	GASPAR SOUSA	345	NO TOMORROW RUNNING TEAM	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:50:48.98
852	716	EDGAR MARQUES	380	ARCORUN	SENIORES - MASC	0	00:50:51.34
853	1168	LUIS ALBERTO FONSECA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:52.92
854	1097	JOÃO TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:50:58.56
855	69	PEDRO JOSÉ SOARES	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:50:59.24
856	1013	FERNANDO JORGE PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:02.87
857	66	JOSE PRIOR	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:51:03.91
858	734	VITOR HUGO ANTUNES	389	CULSEN.COM RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:51:05.77
859	1058	HELDER OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:51:07.46
860	1243	NUNO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:07.62
861	1184	MACARIO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:07.68
862	827	ALFREDO RODRIGUES	413	OS LIGEIRINHOS	SENIORES - MASC	0	00:51:08.16
863	973	CRISTIANO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:09.18
864	406	CARLOS AZEVEDO	156	COMPORTO	SENIORES - MASC	0	00:51:09.40
865	871	AGOSTINHO FONTES	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:51:09.45
866	999	ELISABETE REPAS	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:51:09.87
867	1305	RICARDO JORGE COSTA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:11.29
868	877	AMADEU FERNANDES	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:11.53
869	47	LEONOR CAVADAS	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	VET.F40 - FEM	0	00:51:11.91
870	862	RICARDO PEDROSO	424	ÛSQUÊ?-NIANOS	SENIORES - MASC	0	00:51:13.37
871	896	ANIBAL LEITE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:13.42
872	775	JORGE GUIMARÃES	400	FOTHA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:51:14.20
873	405	ANTONIO LEITE	156	COMPORTO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:51:18.30
874	404	ALVARO VAZ	156	COMPORTO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:51:19.17
875	909	ANTÓNIO JOÃO COIMBRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:20.16
876	622	JOÃO DIOGO ARAÚJO	314	C. GALP ENERGIA NORTE	SENIORES - MASC	0	00:51:21.78
877	652	LUÍS NOVO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - MASC	0	00:51:22.96
878	176	ADRIANO QUEIRÓS	40	N.A. MATOSINHOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:51:25.49
879	810	AMADEU MEDEIROS	409	NAMADORES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:28.72
880	412	ANDREÍA TEIXEIRA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - FEM	0	00:51:29.27
881	1112	JORGE NETO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:34.08
882	1235	NELSON MANUEL GARCIA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:51:34.31
883	247	ERNESTO BRANDÃO	66	N.KARATE ATL. RORIZ	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:51:34.99
884	1372	VITOR EMANUEL SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:35.16
885	61	FERNANDO VIEIRA	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:51:35.16
886	1115	JOSÉ AFONSO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:51:39.46
887	374	PAULO JESUS	132	G.R. ESTRELA BONFIM	SENIORES - MASC	0	00:51:39.77
888	1125	JOSÉ CARLOS NEVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:42.52
889	1240	NUNO CARRACENA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:51:42.61
890	1030	FILIPE CAPELAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:42.76
891	1131	JOSÉ FERNANDES FERREIR	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:43.46
892	371	CARLOS VALE	132	G.R. ESTRELA BONFIM	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:51:43.77
893	80	DANIELA VASCONCELOS	21	AVENTURA GAIA CLUBE	SENIORES - FEM	0	00:51:45.28
894	779	MARIA MONTEIRO	400	FOTHA	VET.F40 - FEM	0	00:51:45.66
895	781	PEDRO COSTA	400	FOTHA	SENIORES - MASC	0	00:51:46.19
896	1134	JOSÉ HENRIQUE OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:51:47.30
897	859	LUIS CARDOSO	424	ÛSQUÊ?-NIANOS	SENIORES - MASC	0	00:51:51.48
898	853	ERNESTO MARTINS	422	TOUQUENEMPOSSO BTEAM	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:51:52.02
899	861	PEDRO NEVES	424	ÛSQUÊ?-NIANOS	SENIORES - MASC	0	00:51:52.08
900	138	AMILCAR OLIVEIRA	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:51:53.00

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
901	1326	RUI JESUS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:51:54.37
902	791	JOSÉ JÚLIO SILVA	403	GRUPO DESPORTIVO EPRVS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:54.86
903	813	HÉLDER PEREIRA	409	NAMADORES	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:51:55.30
904	473	ANGELINA PINHO	190	TERRORES ASFALTO	SENIORES - FEM	0	00:51:57.35
905	474	DONZILIA SILVA	190	TERRORES ASFALTO	VET.F40 - FEM	0	00:51:57.37
906	481	SÍLVIA TOMÁS	190	TERRORES ASFALTO	SENIORES - FEM	0	00:51:58.14
907	479	RUI TEDIM	190	TERRORES ASFALTO	SENIORES - MASC	0	00:51:58.30
908	476	JOSÉ LEIRÓZ	190	TERRORES ASFALTO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:51:59.26
909	680	TIAGO ANDRE ALMEIDA	357	G. D. VALE AVE	SENIORES - MASC	0	00:52:03.06
910	843	MÁRIO HEITOR CALEJO	420	SOPSEC S.A.	SENIORES - MASC	0	00:52:03.79
911	638	PEDRO MARQUES	327	A.D.C. CANÁRIOS BALSELHAS	SENIORES - MASC	0	00:52:04.01
912	1314	RODRIGO ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:52:04.27
913	408	PAULO TEIXEIRA	156	COMPORTO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:52:07.76
914	140	CANDIDO ROCHA	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:52:08.35
915	1324	RUI FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:52:09.47
916	1255	PAULO AMARINO MACHAD	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:52:16.54
917	957	CARLOS FERNANDES	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:52:19.97
918	935	ARTUR FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:52:20.34
919	62	FRANCISCO EMANUEL SILV	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:52:20.48
920	1010	FERNANDO COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:52:21.56
921	45	AGOSTINHO FERNANDES	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	SENIORES - MASC	0	00:52:30.54
922	1257	PAULO CARVALHO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:52:32.50
923	117	ARMANDO NEVES	31	CLUBE OS 5 A HORA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:52:34.14
924	1176	LUIS MARTINS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:52:36.22
925	322	JOÃO MARQUES	104	OS TURBO-LENTOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:52:40.45
926	308	JOSÉ FREITAS	100	LEÕES GUARDA	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:52:44.16
927	729	TIAGO PEIXE	387	CCC MADURAGEM	SENIORES - MASC	0	00:52:46.27
928	119	FERNANDA COSTA	31	CLUBE OS 5 A HORA	VET.F40 - FEM	0	00:52:46.55
929	698	DIANA SAMPAIO	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	SENIORES - FEM	0	00:52:47.97
930	697	CÁTIA MAGALHÃES	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	SENIORES - FEM	0	00:52:48.56
931	368	RENATO VIANA	130	STARolas	SENIORES - MASC	0	00:52:48.85
932	968	CASIMIRO ABREU	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:52:54.14
933	116	ALBERTO ALVES	31	CLUBE OS 5 A HORA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:52:55.50
934	624	MANUEL MENDES ROCHA	314	C. GALP ENERGIA NORTE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:52:56.95
935	620	DOMINGOS SILVA SERENO	314	C. GALP ENERGIA NORTE	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:52:57.01
936	502	MANUEL GOMES	214	MAKRO C. ATLETISMO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:52:57.60
937	324	JOAQUIM OLIVEIRA	104	OS TURBO-LENTOS	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:52:58.06
938	626	RUI MANUEL DIAS	314	C. GALP ENERGIA NORTE	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:52:58.40
939	325	JOSÉ CARNEIRO	104	OS TURBO-LENTOS	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:52:59.07
940	717	GLORIA MANUELA SANTOS	380	ARCORUN	VET.F40 - FEM	0	00:53:00.11
941	1103	JOAQUIM JORGE LEITE	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:53:00.30
942	1181	LUÍS MIGUEL VALE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:53:01.55
943	1076	JOANA SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:53:03.27
944	586	MIGUEL SILVA	277	FALTA DE TREINO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:53:03.45
945	1029	FILIPE ALVES DOMINGUES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:53:10.88
946	981	DELFIN FERREIRA SANTOS	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:53:13.63
947	29	CONCEIÇÃO CORREIA	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.F40 - FEM	0	00:53:15.36
948	314	VITOR MANUEL	100	LEÕES GUARDA	SENIORES - MASC	0	00:53:17.65
949	556	JOAQUIM ARAÚJO	255	CENTRO ATL. ERMESINDE	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:53:20.57
950	344	JOSÉ OLIVEIRA	118	C.I.R.A.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:53:20.90

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
951	1044	GENTIL MANUEL MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:53:23.51
952	1193	MANUEL JOSÉ SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:53:23.76
953	1418	JOAQUIM MOUTINHO	38	MAIA A.C.	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:53:25.91
954	1203	MÁRCIO TAVARES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:53:27.32
955	970	CÉSAR FERNANDO SANTOS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:53:32.36
956	508	PAULO RAMOS	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	SENIORES - MASC	0	00:53:40.27
957	1141	JOSÉ MANUEL RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:53:41.03
958	1157	JUDITE SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:53:43.55
959	870	AGOSTINHO CARVALHO M	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:53:44.86
960	987	DIOGO MOUTINHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:53:44.90
961	333	ANTONIO RODRIGUES BAR	112	AGUAS DO PORTO SMAS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:53:47.63
962	1353	SÓNIA SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:53:51.09
963	1253	PATRÍCIA SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:53:54.65
964	1182	LUIS PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:53:55.05
965	445	FRANCISCO NETO	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:53:56.75
966	73	VALTER MARINHO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	00:54:01.00
967	1147	JOSE PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:02.34
968	977	DANIEL ANJOS CARDOSO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:54:02.40
969	1264	PAULO MOREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:54:04.72
970	483	ARMANDO PENEDA	196	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:54:06.81
971	578	PEDRO SALGUEIRO	268	SAWADEE	SENIORES - MASC	0	00:54:07.58
972	1183	LUÍS SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:08.27
973	1063	HERMINIO MOITA	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:54:09.65
974	1199	MARCELO SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:09.75
975	1107	JORGE LINO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:09.98
976	694	VASCO PIMENTA	374	PARABÊNS SÓNINHA	SENIORES - MASC	0	00:54:15.37
977	462	PEDRO PINTO	185	A.D. EFACEC	SENIORES - MASC	0	00:54:20.35
978	1434	AAAA	182	G.D.R. JUVENTUDE RIBEIRAS	SENIORES - MASC	0	00:54:21.13
979	1283	PEDRO PEIXOTO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:28.12
980	995	EDUARDO ATRACA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:54:30.82
981	1148	JOSÉ PINTO COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:54:31.19
982	653	MÁRCIA NOVO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - FEM	0	00:54:33.48
983	1280	PEDRO MANUEL MELO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:54:34.80
984	142	LUÍS PAULO ABREU	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	SENIORES - MASC	0	00:54:36.87
985	1123	JOSÉ CARLOS ANDRADE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:37.08
986	1187	MANUEL EMIDIO	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:54:41.03
987	1268	PAULO RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:54:41.81
988	658	LILIANA PEREIRA	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	SENIORES - FEM	0	00:54:45.21
989	660	RICARDO HENRIQUE	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	SENIORES - MASC	0	00:54:45.71
990	655	ARTUR PEREIRA	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	SENIORES - MASC	0	00:54:46.24
991	1216	MARIO RUI COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:54:48.02
992	1037	FRANCISCO FONSECA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:51.61
993	1051	GISELA GOMES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:54:52.41
994	1153	JOSÉ SOARES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:53.28
995	649	FÁTIMA AZEVEDO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - FEM	0	00:54:54.63
996	866	LUÍS BASTOS	425	VIRGIN ACTIVE	SENIORES - MASC	0	00:54:55.88
997	58	ELISABETE RIBEIRO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - FEM	0	00:54:57.34
998	824	IVETE CARNEIRO	412	OS CARRO VASSOURA	VET.F40 - FEM	0	00:54:57.38
999	632	LILIANA PEREIRA	324	WELLRUNNERS	SENIORES - FEM	0	00:54:58.23
1000	1398	MIGUEL DIAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:54:59.54

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS	INDIVIDUAL
------------------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1001	1288	PEDRO SANTOALHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:01.09
1002	584	CONCEIÇÃO SILVA	277	FALTA DE TREINO	SENIORES - FEM	0	00:55:01.30
1003	36	PAULO RODRIGUES	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:55:02.46
1004	1317	ROSA SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:55:07.44
1005	761	MARIA MAGALHÃES	397	FALTA MUITO?	VET.F40 - FEM	0	00:55:09.97
1006	469	MANUEL ANDRADE	187	G.D.C. GUILHOVAI	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:55:15.68
1007	967	CARMO MARINHO	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:55:16.92
1008	353	EDUARDO PASSOS	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:55:17.45
1009	1332	AAAA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:18.38
1010	1196	MANUEL QUEIRÓS RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:55:18.65
1011	790	JOAO MIGUEL COSTA	403	GRUPO DESPORTIVO EPRVS	SENIORES - MASC	0	00:55:19.52
1012	838	JOAQUIM ROCHA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:55:20.84
1013	385	CÂNDIDA FERREIRA	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES - FEM	0	00:55:21.04
1014	1008	FERNANDO CAMPOS PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:55:21.63
1015	770	MARIA PALMIRA SÁ	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	VET.F40 - FEM	0	00:55:23.68
1016	341	JOAQUIM OLIVEIRA	118	C.I.R.A.C.	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:55:24.28
1017	1211	MARIA JOSÉ VALENTE	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:55:25.31
1018	1424	RUI MIGUEL PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:30.38
1019	1290	PEDRO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:31.75
1020	965	CARLOS VICENTE	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:37.00
1021	1223	MIGUEL ANGELO SOUSA	0	INDIVIDUAL	JUNIORES - MASC	0	00:55:37.89
1022	1007	FERNANDO ANDRADE	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:55:39.87
1023	855	MÁRIO SOARES	422	TOUQUENEMPOSSO BTTEAM	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:55:40.01
1024	872	ALBERTA SANTOS	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:55:42.61
1025	1352	SONIA PINTO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:55:46.20
1026	1053	GUILHERME LIMA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:46.96
1027	419	VÂNIA FARIA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - FEM	0	00:55:49.35
1028	863	ISABEL ARAÚJO	425	VIRGIN ACTIVE	SENIORES - FEM	0	00:55:49.67
1029	1343	SÉRGIO LOBO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:55:54.53
1030	939	BÁRBARA MACHADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:55:54.60
1031	79	MOURA PINTO	19	C.ATL. VILA BOA BISPO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:55:58.09
1032	905	ANTONIO FERREIRA SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:56:02.09
1033	647	CARMEN FRADIQUE	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	SENIORES - FEM	0	00:56:13.83
1034	915	ANTONIO MONIZ	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:56:19.35
1035	705	SÍLVIA CARDOSO	376	AÇOREANA CLUBE BANIF	SENIORES - FEM	0	00:56:20.62
1036	457	LUIS QUINTINO	184	AFIS - OVAR	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:56:26.21
1037	828	ANA RODRIGUES	413	OS LIGEIRINHOS	SENIORES - FEM	0	00:56:26.35
1038	420	VÍTOR MOREIRA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - MASC	0	00:56:35.29
1039	1135	JOSÉ ILIDIO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:56:39.09
1040	1004	FELISMINA SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:56:40.07
1041	715	PEDRO MAGALHÃES	379	AMIGOS FALTA MUITO?	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:56:43.97
1042	251	LUIS CARNEIRO	74	A.S.H. MONTE CORDOVA	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:56:47.93
1043	844	PAULO GOMES	420	SOPSEC S.A.	SENIORES - MASC	0	00:56:48.85
1044	1318	RÚBEN BORGES MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:56:49.80
1045	835	RUI MARTINS	416	RPM AC	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:56:58.33
1046	418	SUSANA SOUSA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - FEM	0	00:57:02.99
1047	1244	NUNO JOÃO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:57:04.66
1048	422	ISABEL ALMEIDA	160	S.S S.JOÃO MADEIRA	VET.F40 - FEM	0	00:57:09.69
1049	958	CARLOS MANUEL MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:57:12.44
1050	1040	FRANCISCO SANTOS	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:57:14.21

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1051	1296	RAQUEL VASCONCELOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:57:18.99
1052	181	ISAAC COSTA	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	SENIORES - MASC	0	00:57:19.11
1053	131	CARLOS NOBREGA	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	00:57:21.11
1054	1238	NUNO ANDRE MARTINS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:57:22.56
1055	928	ARLINDO CUNHA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:57:29.65
1056	50	ANA RAQUEL LÍRIO	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	SENIORES - FEM	0	00:57:32.83
1057	848	SÍLVIA MAGALHÃES	420	SOPSEC S.A.	SENIORES - FEM	0	00:57:37.15
1058	826	PEDRO GIL ALVES	412	OS CARRO VASSOURA	SENIORES - MASC	0	00:57:38.34
1059	823	BRUNO	412	OS CARRO VASSOURA	SENIORES - MASC	0	00:57:38.84
1060	439	ANTONIO MANUEL LOPES	177	OS CACHOS	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:57:38.88
1061	1355	SUZANA RIOS	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:57:45.28
1062	919	ANTÓNIO PAULO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	00:57:47.70
1063	731	NUNO CORDOIRO	389	CULSEN.COM RUNNING TEAM	SENIORES - MASC	0	00:57:51.46
1064	1302	RICARDO GAMA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:57:52.71
1065	724	PAULO SERRA	385	C.B.R. UNIDOS DA CHIPARIA	SENIORES - MASC	0	00:57:52.73
1066	723	JOAO CACHEIRA	385	C.B.R. UNIDOS DA CHIPARIA	SENIORES - MASC	0	00:57:53.63
1067	888	ANDRÉ SAMPAIO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:57:54.90
1068	1311	RITA PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:57:57.57
1069	35	PAULA RODRIGUES	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.F40 - FEM	0	00:58:00.01
1070	974	CRISTINA MIRANDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:58:07.94
1071	1365	TIAGO VILAÇA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:58:08.73
1072	742	ISABEL CASTRO	392	EQUIPA DO PAULO	VET.F40 - FEM	0	00:58:12.94
1073	825	MARIA JESUS	412	OS CARRO VASSOURA	SENIORES - FEM	0	00:58:26.72
1074	1128	JOSE CLEMENTE	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:58:32.63
1075	760	FRANCISCO MAGALHÃES	397	FALTA MUITO?	SENIORES - MASC	0	00:58:34.20
1076	579	TIAGO SALGUEIRO	268	SAWADEE	SENIORES - MASC	0	00:58:42.48
1077	277	PEDRO M TEIXEIRA	78	G.C.R. ALVARELHOS	SENIORES - MASC	0	00:58:45.91
1078	890	ANGELA LOPES	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	00:58:53.18
1079	57	DAVIDE PINHEIRO	17	A.D. AMARANTE	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:58:56.78
1080	106	ALBERTO CARVALHO	29	C.P. AGUAS DE GAIA	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	00:58:58.29
1081	852	ANA PEREIRA	422	TOUQUENEMPOSSO BTEAM	SENIORES - FEM	0	00:59:03.01
1082	1336	RUI TAVARES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:59:11.87
1083	956	CARLOS CUNHA	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	00:59:16.33
1084	913	ANTÓNIO LIMA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:59:22.21
1085	1195	MANUEL LIMA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	00:59:23.41
1086	867	ADELAIDE ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:59:25.73
1087	878	ANA AFONSO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	00:59:27.93
1088	1081	JOÃO CASTRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	00:59:49.98
1089	692	PAULA MATOS	374	PARABÉNS SÓNINHA	SENIORES - FEM	0	00:59:55.48
1090	783	JOSÉ ANTÓNIO FELGUEIRA	401	GANG DAS CAMINHADAS	SENIORES - MASC	0	01:00:02.80
1091	407	FRANCISCO COSTA	156	COMPORTO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	01:00:08.90
1092	452	OLIVEIRA GOMES	180	AAE-BNU - PONTE BARCA	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:00:11.74
1093	1329	RUI MANUEL GONÇALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:00:20.18
1094	74	VERA PINTO	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - FEM	0	01:00:23.82
1095	60	FABIO RAFAEL TEIXEIRA	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	01:00:23.91
1096	769	EMANUEL GOMES	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	SENIORES - MASC	0	01:00:34.02
1097	744	PAULO RUÃO	392	EQUIPA DO PAULO	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	01:00:38.72
1098	1361	TIAGO MANUEL SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:00:59.59
1099	1213	MARIANA RODRIGUES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:01:00.11
1100	816	RICARDO NEVES	409	NAMADORES	SENIORES - MASC	0	01:01:03.10

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1101	1351	SONIA ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:01:08.45
1102	982	DEOLINDA SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.F40 - FEM	0	01:01:11.47
1103	743	PAULO MACHADO	392	EQUIPA DO PAULO	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	01:01:14.97
1104	739	CARLA FERREIRA	392	EQUIPA DO PAULO	SENIORES - FEM	0	01:01:15.25
1105	917	ANTÓNIO NASCIMENTO	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	01:01:16.02
1106	857	FRANCISCA GONÇALVES	423	TROIKAWAY	SENIORES - FEM	0	01:01:34.20
1107	980	DAVID SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	01:01:47.67
1108	1249	OLINDA LOPES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:01:53.78
1109	1200	MARCIA BATISTA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:01:55.23
1110	416	MARTA SOUSA	158	A.D.C.C. J. CLARK	SENIORES - FEM	0	01:01:56.41
1111	133	JORGE COUTINHO	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	01:01:58.64
1112	687	ANA CASAL	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	VET.F40 - FEM	0	01:01:58.94
1113	135	JOSE PELAYO	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	01:01:59.79
1114	691	MANUELA NOGUEIRA	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	VET.F40 - FEM	0	01:02:01.29
1115	34	MANUELA RODRIGUES	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.F40 - FEM	0	01:02:05.42
1116	28	CARLOS RODRIGUES	7	A.C.R. VIGOROSA	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	01:02:05.80
1117	1346	SÉRGIO PEDRO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:02:07.53
1118	1416	ROMEU SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:02:18.65
1119	984	DIANA SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:02:21.61
1120	971	CESAR MANUEL PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	01:02:23.84
1121	1026	FILIPA MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:02:32.03
1122	754	JULIANA OLIVEIRA	396	EUGÉNIOS HC	SENIORES - FEM	0	01:02:36.46
1123	811	BEATRIZ BRANDÃO	409	NAMADORES	VET.F40 - FEM	0	01:02:37.92
1124	994	EDUARDO ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:02:45.88
1125	580	MANUEL PEREIRA	270	CLUBE VETERANOS PORTO	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:02:47.56
1126	1005	FÉLIX DIAS	0	INDIVIDUAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:02:47.92
1127	753	ANA GONÇALVES	396	EUGÉNIOS HC	SENIORES - FEM	0	01:02:55.46
1128	755	RITA AZEVEDO	396	EUGÉNIOS HC	SENIORES - FEM	0	01:02:55.48
1129	1252	PATRICIA SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:02:57.36
1130	1323	RUI FERNANDES	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:02:57.67
1131	1114	JORGE SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:03:12.42
1132	115	MANUEL BARBOSA	30	C.I.A. - ALPENDORADA	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:03:40.11
1133	720	MANUEL MOURA	382	BARRIGUITAS	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	01:03:41.87
1134	718	ELISABETE DIAS	381	AS MORANGUINHAS	SENIORES - FEM	0	01:03:51.83
1135	1041	FRANCISCO SOARES	0	INDIVIDUAL	VET.M55 - MASC(55-59 ANOS)	0	01:03:54.64
1136	1169	LUIS ANDRADE	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	01:03:58.24
1137	212	MARTA ISABEL SOUSA	49	CLUBE VODAFONE	SENIORES - FEM	0	01:03:58.25
1138	837	COSTA LEITE	417	S. S. MONTEPIO GERAL	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:03:59.31
1139	1379	VÍTOR SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:04:09.31
1140	969	CATARINA SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:04:09.52
1141	972	CLAUDIA SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:04:16.42
1142	1273	PEDRO ARAGÃO	0	INDIVIDUAL	VET.M40 - MASC(40-44 ANOS)	0	01:04:18.26
1143	1198	MANUEL VIEIRA SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	01:04:46.21
1144	719	SANDRA PARRA	381	AS MORANGUINHAS	SENIORES - FEM	0	01:04:48.47
1145	1191	MANUEL FILIPE ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:05:06.25
1146	845	PAULO SOUSA	420	SOPSEC S.A.	SENIORES - MASC	0	01:06:06.08
1147	836	BEATRIZ LEITE	417	S. S. MONTEPIO GERAL	VET.F40 - FEM	0	01:06:13.65
1148	157	LUIS LEITE	38	MAIA A.C.	SENIORES - MASC	0	01:06:17.44
1149	792	JORGE MANUEL ESTEVES	404	GULPI RUN	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	01:06:20.67
1150	1440	NUNO BARBOSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:06:41.01

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS	INDIVIDUAL
------------------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1151	1206	MARCO JOÃO FARIA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:06:44.07
1152	1347	SIMÃO PADRÃO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:06:46.07
1153	1300	RICARDO AFONSO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:06:52.07
1154	954	CARLOS ANDRÉ OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:07:06.87
1155	725	HELENA RIBEIRO	386	CAETANO RUNNERS	SENIORES - FEM	0	01:08:28.76
1156	1233	MONICA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:08:32.26
1157	129	ARTUR SILVA	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	VET.M60 - MASC(+60 ANOS)	0	01:08:34.05
1158	889	ANDREIA PESTANA	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:08:34.98
1159	728	PAULA PEIXE	387	CCC MADURAGEM	SENIORES - FEM	0	01:08:35.99
1160	1248	NÚRIA PINTO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	01:08:45.28
1161	1079	JOÃO CALHEIROS LOBO	0	INDIVIDUAL	SENIORES - MASC	0	01:12:02.03
1162	833	SILVIA TEIXEIRA	414	OS PANDINHAS	SENIORES - FEM	0	0:00:00
1163	1089	JOÃO LOBO	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	0:00:00
1164	1084	JOAO FERNANDO PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.M50 - MASC(50-54 ANOS)	0	0:00:00
1165	830	JOANA CARVALHO	414	OS PANDINHAS	SENIORES - FEM	0	0:00:00
1166	832	PEDRO JORGE ADAO	414	OS PANDINHAS	SENIORES - MASC	0	0:00:00
1167	1117	JOSÉ ANTÓNIO FREITAS	0	INDIVIDUAL	VET.M45 - MASC(45-49 ANOS)	0	0:00:00
1168	59	EMÍLIA PEREIRA	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - FEM	0	0:00:00
1169	70	PEDRO LOPES	17	A.D. AMARANTE	SENIORES - MASC	0	0:00:00
1170	879	ANA FERRAZ	0	INDIVIDUAL	SENIORES - FEM	0	0:00:00
1171	627	ANTONIETA ROCHA	322	LEONE RUNNERS	SENIORES - FEM	0	0:00:00

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS MASC/FEM	COLETIVA
---------------------------------	----------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	44	A.C.R. VALE CAMBRA	(6 + 12 + 38) = 56
2ª Equipa	63	G.DRAM. R. RETORTA	(5 + 22 + 40) = 67
3ª Equipa	155	G.D. 3 SANTOS POPULARES	(18 + 29 + 32) = 79
4ª Equipa	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	(1 + 21 + 86) = 108
5ª Equipa	59	C.I. ARGONCILHE	(4 + 31 + 78) = 113
6ª Equipa	200	C.D. FEIRENSE	(30 + 41 + 46) = 117
7ª Equipa	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	(34 + 37 + 53) = 124
8ª Equipa	23	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	(16 + 23 + 95) = 134
9ª Equipa	91	S.L. BENFICA	(3 + 48 + 96) = 147
10ª Equipa	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	(11 + 49 + 92) = 152
11ª Equipa	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	(24 + 44 + 101) = 169
12ª Equipa	47	ADERCUS	(56 + 57 + 73) = 186
13ª Equipa	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	(45 + 69 + 90) = 204
14ª Equipa	26	CLUBE D. PÓVOA	(9 + 59 + 194) = 262
15ª Equipa	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	(27 + 72 + 164) = 263
16ª Equipa	6	A.C.D. S. JOÃO SERRA	(8 + 127 + 135) = 270
17ª Equipa	224	CALDAS S. JORGE S.C.	(65 + 85 + 122) = 272
18ª Equipa	86	A. MOINHO VERMOIM	(33 + 109 + 133) = 275
19ª Equipa	187	G.D.C. GUILHOVAI	(64 + 77 + 139) = 280
20ª Equipa	41	PORTO RUNNERS C. CORRIDA	(79 + 81 + 141) = 301
21ª Equipa	426	CRAKS C. LAMEGO	(39 + 131 + 157) = 327
22ª Equipa	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	(66 + 110 + 153) = 329
23ª Equipa	77	G.D. LUZ VERDE	(89 + 91 + 195) = 375
24ª Equipa	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	(70 + 173 + 177) = 420
25ª Equipa	100	LEÕES GUARDA	(61 + 188 + 209) = 458
26ª Equipa	29	C.P. AGUAS DE GAIA	(87 + 107 + 281) = 475
27ª Equipa	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	(82 + 167 + 260) = 509
28ª Equipa	346	FEREIROLUX	(71 + 205 + 266) = 542
29ª Equipa	101	ARPO POUSADENSE	(120 + 213 + 214) = 547
30ª Equipa	230	G.A.T.L. EDUCAÇÃO PAZ	(98 + 166 + 284) = 548
31ª Equipa	341	CASA POVO SOALHÃES	(161 + 191 + 233) = 585
32ª Equipa	105	A.R. NEGRELOS	(181 + 190 + 255) = 626
33ª Equipa	371	C.F. OLIVEIRA DOURO	(80 + 174 + 374) = 628
34ª Equipa	38	MAIA A.C.	(54 + 275 + 317) = 646
35ª Equipa	152	A.R.C. AGUIAS ALVELOS	(178 + 189 + 306) = 673
36ª Equipa	7	A.C.R. VIGOROSA	(208 + 243 + 245) = 696
37ª Equipa	263	CCD-APDL	(124 + 226 + 370) = 720
38ª Equipa	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	(212 + 247 + 276) = 735
39ª Equipa	17	A.D. AMARANTE	(99 + 249 + 398) = 746
40ª Equipa	322	LEONE RUNNERS	(151 + 187 + 426) = 764
41ª Equipa	78	G.C.R. ALVARELHOS	(239 + 254 + 282) = 775
42ª Equipa	168	CHILL OUT - AMIGOS DO TRAIL	(117 + 241 + 418) = 776
43ª Equipa	344	É DE SHOT INTERNATIONAL	(172 + 300 + 308) = 780
44ª Equipa	132	G.R. ESTRELA BONFIM	(163 + 218 + 435) = 816
45ª Equipa	118	C.I.R.A.C.	(206 + 232 + 391) = 829
46ª Equipa	112	AGUAS DO PORTO SMAS	(129 + 265 + 437) = 831
47ª Equipa	52	DASDIKES	(154 + 313 + 368) = 835
48ª Equipa	142	A.D.R. OUTEIRENSE	(200 + 201 + 439) = 840
49ª Equipa	19	C.ATL. VILA BOA BISPO	(227 + 294 + 328) = 849
50ª Equipa	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	(149 + 341 + 387) = 877

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS MASC/FEM	COLETIVA
---------------------------------	----------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
51ª Equipa	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	(180 + 327 + 390) = 897
52ª Equipa	8	ATLETICO C. ALFENENSE	(55 + 392 + 479) = 926
53ª Equipa	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	(160 + 340 + 476) = 976
54ª Equipa	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	(14 + 363 + 603) = 980
55ª Equipa	253	KILOS MODA ATLETISMO	(290 + 354 + 364) = 1008
56ª Equipa	144	FREAMUNDE RUNNING CREW	(263 + 382 + 384) = 1029
57ª Equipa	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	(42 + 229 + 763) = 1034
58ª Equipa	294	CAVE ESPOSENDE	(291 + 356 + 412) = 1059
59ª Equipa	408	MOUTADOS TEAM	(353 + 355 + 367) = 1075
60ª Equipa	24	C.D.C. CODESSOS	(67 + 235 + 786) = 1088
61ª Equipa	190	TERRORES ASFALTO	(196 + 278 + 656) = 1130
62ª Equipa	300	AASM - TRIATLO	(223 + 453 + 463) = 1139
63ª Equipa	354	COMANDOS 87	(146 + 389 + 607) = 1142
64ª Equipa	39	AMIGOS QUINTA FREIRAS	(273 + 377 + 495) = 1145
65ª Equipa	178	TUTILAR CLASS RUNNERS	(287 + 425 + 442) = 1154
66ª Equipa	158	A.D.C.C. J. CLARK	(215 + 469 + 473) = 1157
67ª Equipa	219	G. JUV. PINHEIRO BEMPOSTA	(305 + 369 + 523) = 1197
68ª Equipa	256	SUNSET RUNNERS	(335 + 407 + 539) = 1281
69ª Equipa	407	LOUSADA	(373 + 438 + 482) = 1293
70ª Equipa	128	A.D. CASTELÕES	(224 + 332 + 757) = 1313
71ª Equipa	31	CLUBE OS 5 A HORA	(137 + 561 + 636) = 1334
72ª Equipa	375	A MALTA DOS BOMBEIROS	(339 + 504 + 521) = 1364
73ª Equipa	400	FOTHA	(408 + 468 + 520) = 1396
74ª Equipa	185	A.D. EFACEC	(220 + 502 + 686) = 1408
75ª Equipa	397	FALTA MUITO?	(444 + 445 + 567) = 1456
76ª Equipa	377	ALPENDORADA RUNNING TEAM	(381 + 419 + 662) = 1462
77ª Equipa	255	CENTRO ATL. ERMESINDE	(314 + 483 + 671) = 1468
78ª Equipa	36	G.A. INDEPENDENTES GAIA	(288 + 612 + 677) = 1577
79ª Equipa	393	ESC. SEC. TOMAZ PELAYO	(378 + 558 + 659) = 1595
80ª Equipa	314	C. GALP ENERGIA NORTE	(458 + 467 + 708) = 1633
81ª Equipa	182	G.D.R. JUVENTUDE RIBEIRAS	(452 + 490 + 696) = 1638
82ª Equipa	135	G.D. OS GALOS - BARCELOS	(433 + 602 + 644) = 1679
83ª Equipa	399	FAMILIA SÁ & COMPANHIA	(534 + 583 + 593) = 1710
84ª Equipa	40	N.A. MATOSINHOS	(431 + 451 + 878) = 1760
85ª Equipa	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	(503 + 597 + 694) = 1794
86ª Equipa	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	(10 + 735 + 1056) = 1801
87ª Equipa	409	NAMADORES	(488 + 711 + 783) = 1982
88ª Equipa	156	COMPORTO	(499 + 635 + 864) = 1998
89ª Equipa	345	NO TOMORROW RUNNING TEAM	(457 + 695 + 851) = 2003
90ª Equipa	401	GANG DAS CAMINHADAS	(575 + 611 + 839) = 2025
91ª Equipa	104	OS TURBO-LENTOS	(474 + 665 + 925) = 2064
89ª Equipa	197	AMIGOS S.PEDRO COVA	(608 + 703 + 760) = 2071
93ª Equipa	49	CLUBE VODAFONE	(334 + 617 + 1137) = 2088
94ª Equipa	66	N.KARATE ATL. RORIZ	(533 + 685 + 883) = 2101
95ª Equipa	389	CULSEN.COM RUNNING TEAM	(606 + 814 + 823) = 2243
96ª Equipa	357	G. D. VALE AVE	(620 + 746 + 909) = 2275
97ª Equipa	325	LUSOS XXI	(758 + 809 + 810) = 2377
98ª Equipa	420	SOPSEC S.A.	(799 + 842 + 844) = 2485
99ª Equipa	424	ÛSQUÊ?-NIANOS	(820 + 849 + 870) = 2539
100ª Equipa	403	GRUPO DESPORTIVO EPRVS	(650 + 902 + 1011) = 2563

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

GERAL PROVA 10.000 MTS MASC/FEM	COLETIVA
--	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
101ª Equipa	277	FALTA DE TREINO	(646 + 944 + 1002) = 2592
102ª Equipa	414	OS PANDINHAS	(668 + 829 + 1162) = 2659
103ª Equipa	417	S. S. MONTEPIO GERAL	(501 + 1138 + 1147) = 2786
104ª Equipa	425	VIRGIN ACTIVE	(764 + 996 + 1028) = 2788
105ª Equipa	387	CCC MADURAGEM	(778 + 927 + 1159) = 2864
106ª Equipa	422	TOUQUENEMPOSSO BTTEAM	(898 + 1023 + 1081) = 3002
107ª Equipa	412	OS CARRO VASSOURA	(998 + 1058 + 1059) = 3115
108ª Equipa	392	EQUIPA DO PAULO	(1072 + 1097 + 1103) = 3272
109ª Equipa	396	EUGÉNIOS HC	(1122 + 1127 + 1128) = 3377

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

BENJAMIM A - FEM					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1512	BEATRIZ PEREIRA	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:34.87
2	1951	INÊS MARINHO	86	A. MOINHO VERMOIM	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:38.35
3	1555	MARISA CUNHA	11	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:38.54
4	1542	BRUNA CUNHA	11	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:40.62
5	1863	MARGARIDA MORIM	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:43.26
6	1801	MARGARIDA OLIVEIRA	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:43.96
7	1902	FABIENNE BATISTA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:44.82
8	1785	SARA SOUSA	158	A.D.C.C. J. CLARK	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:45.58
9	1548	INES BARBOSA	11	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:46.88
10	1940	MARTA MIRANDA	5	C. ATLETISMO TÂMEGA	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:47.35
11	1591	DIANA PEREIRA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:47.53
12	1533	JOANA MARTINS	7	A.C.R. VIGOROSA	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:48.23
13	1776	ALÍCIA MOREIRA	158	A.D.C.C. J. CLARK	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:50.35
14	1603	ANA JOÃO GUIMARÃES	24	C.D.C. CODESSOS	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:50.41
15	1780	ERICA DUARTE	158	A.D.C.C. J. CLARK	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:50.59
16	1599	MÓNICA VASCONCELOS	21	AVENTURA GAIA CLUBE	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:52.69
17	1892	BEATRIZ FRANCO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:54.36
18	1860	HELENA LATA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:54.48
19	1631	MARIA PIMENTEL	28	CLUBE D. MARCO	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:55.28
20	1525	ELSA CUNHA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:55.75
21	1567	ELISA FERREIRA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:57.13
22	1817	MARA PINTO	267	PAREDES AVENTURA	BENJAMIM A - FEM	0	00:01:59.63
23	1975	DBORA DELGADO	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:14.56
24	1800	LUNA	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:35.15
25	1870	RITA AIRES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:35.42
26	1834	ALEXANDRA PEREIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:35.76
27	1602	TATIANA GOMES	21	AVENTURA GAIA CLUBE	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:38.65
28	1864	JOANA PAIVA	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:39.95
29	1779	DIANA BARBOSA	158	A.D.C.C. J. CLARK	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:52.22
30	1960	MARIANA ALMEIDA	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - FEM	0	00:02:58.57
31	1906	JOANA BATISTA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:00.33
32	1925	SARA LIMA TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:01.35
33	1842	MARINA VIEIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:03.92
34	1897	CATARINA RAMOS FLOR	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:05.99
35	1966	MARIANA OLIVEIRA	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:07.87
36	1927	SOFIA LIMA TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:10.87
37	1799	JULIANA	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:11.00
38	1637	ANDREIA CUNHA	31	CLUBE OS 5 A HORA	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:13.65
39	1954	MATILDE PARATI	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:22.08
40	1853	NICOLE VIDAL	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:24.90
41	1588	BÁRBARA CARDOSO	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:28.79
42	1579	INÊS MAGALHÃES	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - FEM	0	00:03:50.20

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

BENJAMIM A - MASC					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1856	DUARTE LATA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:29.81
2	1519	BRUNO OLIVEIRA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:29.87
3	1695	FABIO MOREIRA	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:31.44
4	1763	FILIPE BARROS	128	A.D. CASTELÕES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:31.85
5	1844	VITOR QUEIROS	341	CASA POVO SOALHÃES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:32.97
6	1909	JOÃO REIS	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:34.65
7	1684	DAVID PINHO	44	A.C.R. VALE CAMBRA	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:37.37
8	1941	RODRIGO MIRANDA	5	C. ATLETISMO TÂMEGA	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:37.92
9	1798	JORGE REIS	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:38.35
10	1775	DIOGO FERNANDES	152	A.R.C. AGUIAS ALVELOS	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:39.17
11	1527	JORGE DURO	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:39.32
12	1871	RODRIGO NOVO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:39.72
13	1835	AURELIO SOUSA	341	CASA POVO SOALHÃES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:40.11
14	1768	VASCO RIBEIRO	128	A.D. CASTELÕES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:40.36
15	1911	JORGE MANUEL SÁ	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:40.42
16	1841	MARCO VIEIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:43.02
17	1957	ALEXANDRE MACHADO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:43.44
18	1568	HENRIQUE DIAS	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:44.33
19	1903	FRANCISCO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:44.71
20	1829	PEDRO RODRIGUES	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:45.41
21	1808	FRANCISCO OLIVEIRA	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:46.28
22	1578	GONÇALO NUNO SOUSA	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:46.79
23	1968	NUNO LAPEIRA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:49.41
24	1762	DIOGO OLIVEIRA	128	A.D. CASTELÕES	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:51.72
25	1504	DINIS CARVALHO	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:53.37
26	1869	RAFAEL MORIM	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:54.81
27	1742	FABIO SOUSA	107	G.R.A. CRUZ	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:56.33
28	1597	RODRIGO FERRÁZ	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:56.57
29	1914	MARCO RAFAEL SILVA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:56.75
30	1859	GONÇALO VIDAL	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:57.58
31	1872	MIGUEL PONTES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM A - MASC	0	00:01:59.67
32	1924	RODRIGO REMELGADO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:02:53.03
33	1932	ANTÓNIO SOUSA MACHADO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:02:54.04
34	1965	GONÇALO VALENTE	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:02:55.99
35	1929	RODRIGO FERNANDES	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:02:56.40
36	1919	RAFAEL ALEXANDRE FERN	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A - MASC	0	00:02:58.73
37	1963	CLAUDIO ALVES	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:03:03.30
38	1523	JOÃO CUNHA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:03:03.70
39	1537	BRUNO NASCIMENTO	8	ATLETICO C. ALFENENSE	BENJAMIM A - MASC	0	00:03:05.77
40	1979	JOSÉ AIRES	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM A - MASC	0	00:03:10.28

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

BENJAMIM B - FEM					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1961	BEATRIZ CARNEIRO	123	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:21.64
2	1760	CAROLINA COSTA	128	A.D. CASTELÕES	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:33.86
3	1672	RAQUEL SAMPAIO	43	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:41.66
4	1511	ANA NEVES	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:45.36
5	1791	ANA FILIPA	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:45.67
6	1665	CLAUDIA MOURA	43	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:46.39
7	1825	LARA SALGUEIRO	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:46.92
8	1655	SANDRA SÁ	35	GINÁSIO TROFA	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:50.18
9	1559	TERESA RODRIGUES	11	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:55.51
10	1691	ANA RODRIGUES	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:58.55
11	1947	VERA RIBEIRO	5	C. ATLETISMO TÂMEGA	BENJAMIM B - FEM	0	00:04:59.73
12	1613	LEONOR COSTA	24	C.D.C. CODESSOS	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:00.91
13	1517	INÊS MESQUITA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:01.79
14	1520	MARIANA COUTO	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:02.81
15	1549	INES SANTOS	11	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:03.08
16	1563	ANA ALVES	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:04.49
17	1845	ALEXANDRA SOBRAL	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:04.82
18	1632	RAQUEL PIMENTEL	28	CLUBE D. MARCO	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:05.84
19	1617	VERA PEREIRA	24	C.D.C. CODESSOS	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:14.47
20	1782	JESSICA DUARTE	158	A.D.C.C. J. CLARK	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:16.38
21	1735	FILIPA SOUSA	101	ARPO POUSADENSE	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:16.73
22	1513	BRUNA MATOS	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:22.88
23	1564	ÂNGELA MOREIRA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:27.66
24	1868	PATRÍCIA SENCADAS	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:28.72
25	1584	SOFIA BARROS	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:34.44
26	1921	RAFAELA RAMALHO	384	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:49.93
27	1851	CAROLINA GAMBOA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - FEM	0	00:05:52.41
28	1898	CATARINA RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM B - FEM	0	00:06:00.08
29	1573	PATRICIA RODRIGUES	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	BENJAMIM B - FEM	0	00:06:28.00
30	1803	MARIANA OLIVEIRA	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	BENJAMIM B - FEM	0	00:06:32.35
31	1888	ANA ISABEL TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM B - FEM	0	00:06:35.52
32	1891	BÁRBARA FERNANDES	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM B - FEM	0	00:06:40.10
33	1866	MARIANA VALE	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - FEM	0	00:06:50.10

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

BENJAMIM B - MASC					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1652	JOSÉ SILVA	35	GINÁSIO TROFA	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:03.48
2	1850	BRUNO GAVINA SOUSA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:09.60
3	1946	VICENTE VASCONCELOS	5	C. ATLETISMO TÂMEGA	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:19.54
4	1518	DIOGO CARVALHO	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:43.10
5	1848	ANDRÉ REGUFE	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:46.19
6	1740	TIAGO SILVA	101	ARPO POUSADENSE	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:49.39
7	1858	FRANCISCO FORTUNATO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:51.13
8	1739	RUI FERREIRA	101	ARPO POUSADENSE	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:57.10
9	1873	RUBEN VIANA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:04:57.85
10	1522	RICARDO BARBOSA	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:03.90
11	1516	RICARDO CUNHA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:07.60
12	1515	RAFAEL CUNHA	99	C.A. CODESSOSO	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:07.71
13	1855	DIOGO GOMES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:07.75
14	1930	GONÇALO GODINHO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:09.14
15	1585	TIAGO MAGALHÃES	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:11.37
16	1861	JOÃO FARIA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:13.53
17	1862	PEDRO OLIVEIRA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:17.79
18	1700	TIAGO SOARES	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:18.33
19	1772	JOÃO DELFIM	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:20.98
20	1561	ABEL FERREIRA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:24.00
21	1931	BRUNO FERNANDES	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:24.35
22	1952	RODRIGO BATISTA	185	A.D. EFACEC	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:29.68
23	1867	NUNO RODRIGUES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:29.98
24	1634	JOSE DIAS	30	C.I.A. - ALPENDORADA	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:30.95
25	1741	VITOR COSTA	101	ARPO POUSADENSE	BENJAMIM B - MASC	0	00:05:34.20
26	1876	DIOGO PONTES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	BENJAMIM B - MASC	0	00:06:50.33

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

INFANTIS - FEM					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1677	SARA MOTA	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - FEM	0	00:03:57.57
2	1604	ANA NUNES	24	C.D.C. CODESSOS	INFANTIS - FEM	0	00:03:57.74
3	1676	SARA DUARTE	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - FEM	0	00:04:08.56
4	1656	SARA TEIXEIRA	35	GINÁSIO TROFA	INFANTIS - FEM	0	00:04:09.29
5	1529	ALICE OLIVEIRA	7	A.C.R. VIGOROSA	INFANTIS - FEM	0	00:04:16.05
6	1865	MARIANA NOVO	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	INFANTIS - FEM	0	00:04:18.09
7	1948	FÁTIMA COSTA	5	C. ATLETISMO TÂMEGA	INFANTIS - FEM	0	00:04:22.79
8	1565	CATARINA FERNANDES	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INFANTIS - FEM	0	00:04:26.49
9	1610	JOANA PEDROSA	24	C.D.C. CODESSOS	INFANTIS - FEM	0	00:04:30.88
10	1970	CARLA OLIVEIRA	99	C.A. CODESSOSO	INFANTIS - FEM	0	00:04:31.38
11	1875	SARA ARNAUD GOMES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	INFANTIS - FEM	0	00:04:33.39
12	1707	TANIA RIBEIRO	86	A. MOINHO VERMOIM	INFANTIS - FEM	0	00:04:33.81
13	1528	VANESSA PINTO	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INFANTIS - FEM	0	00:04:34.39
14	1754	MARIANA BELINHA	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	INFANTIS - FEM	0	00:04:34.57
15	1745	NATALIA NOGUEIRA	107	G.R.A. CRUZ	INFANTIS - FEM	0	00:04:35.49
16	1562	ADRIANA TEIXEIRA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INFANTIS - FEM	0	00:04:39.29
17	1729	MARTA TAVARES	97	CYCLONES / SANITOP	INFANTIS - FEM	0	00:04:40.36
18	1661	ALEXANDRA SOUSA	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - FEM	0	00:04:41.44
19	1534	PATRICIA MOREIRA	7	A.C.R. VIGOROSA	INFANTIS - FEM	0	00:04:42.47
20	1705	ANA RIBEIRO	86	A. MOINHO VERMOIM	INFANTIS - FEM	0	00:04:44.35
21	1530	ANA LOPES	7	A.C.R. VIGOROSA	INFANTIS - FEM	0	00:04:46.43
22	1674	RITA RESENDE	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - FEM	0	00:04:47.65
23	1615	NICOLE MOURA	24	C.D.C. CODESSOS	INFANTIS - FEM	0	00:04:53.44
24	1900	DANIELA SILVA	0	INDIVIDUAL	INFANTIS - FEM	0	00:04:54.39
25	1704	ANA CARNEIRO	86	A. MOINHO VERMOIM	INFANTIS - FEM	0	00:04:56.68
26	1792	ÂNGELA CARDOSO	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	INFANTIS - FEM	0	00:05:00.16
27	1806	VANESSA RODRIGUES	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	INFANTIS - FEM	0	00:05:00.30
28	1971	MICAELA MOURA	99	C.A. CODESSOSO	INFANTIS - FEM	0	00:05:08.77
29	1532	JESSICA FARIA	7	A.C.R. VIGOROSA	INFANTIS - FEM	0	00:05:09.43
30	1972	ANA SILVA	99	C.A. CODESSOSO	INFANTIS - FEM	0	00:05:17.34
31	1566	CRISTIANA BARBOSA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INFANTIS - FEM	0	00:05:24.00
32	1590	CÁTIA TEIXEIRA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INFANTIS - FEM	0	00:05:26.45
33	1838	DANIA CARNEIRO	341	CASA POVO SOALHÃES	INFANTIS - FEM	0	00:05:27.59
34	1714	MÓNICA SOUSA	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	INFANTIS - FEM	0	00:05:36.18
35	1577	ANA RITA SANTOS	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	INFANTIS - FEM	0	00:05:42.72
36	1781	FILIPA MARTINS	158	A.D.C.C. J. CLARK	INFANTIS - FEM	0	00:05:46.22
37	1575	SARA CARDOSO	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INFANTIS - FEM	0	00:05:51.77
38	1569	INES CARDOSO	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INFANTIS - FEM	0	00:06:06.78
39	1953	BRUNA RAFAELA	185	A.D. EFACEC	INFANTIS - FEM	0	00:06:21.43
40	1589	BEATRIZ PINTO	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INFANTIS - FEM	0	00:06:39.33

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

INFANTIS - MASC					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1698	RUBEN SOUSA	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	INFANTIS - MASC	0	00:03:41.59
2	1669	MARCELO DIAS	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - MASC	0	00:03:43.30
3	1535	RUI ROCHA	7	A.C.R. VIGOROSA	INFANTIS - MASC	0	00:03:47.70
4	1736	JOÃO SOUSA	101	ARPO POUSADENSE	INFANTIS - MASC	0	00:03:49.77
5	1697	MIGUEL PEREIRA	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	INFANTIS - MASC	0	00:03:52.91
6	1675	RUBEN FARIA	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - MASC	0	00:03:55.64
7	1814	SANDRO NOGUEIRA	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	INFANTIS - MASC	0	00:03:58.91
8	1878	JOÃO PEDRO CASAL	373	CLUBE ORI-ESTARREJA	INFANTIS - MASC	0	00:04:01.07
9	1611	JOÃO SILVA	24	C.D.C. CODESSOS	INFANTIS - MASC	0	00:04:07.99
10	1654	PAULO NETO	35	GINÁSIO TROFA	INFANTIS - MASC	0	00:04:08.92
11	1746	PAULO NOGEIRA	107	G.R.A. CRUZ	INFANTIS - MASC	0	00:04:10.84
12	1766	MIGUEL TORRES	128	A.D. CASTELÕES	INFANTIS - MASC	0	00:04:11.25
13	1730	RUBEM PINHEIRO	97	CYCLONES / SANITOP	INFANTIS - MASC	0	00:04:11.81
14	1668	JOÃO MAGALHÃES	43	U.D. VÁRZEA	INFANTIS - MASC	0	00:04:16.51
15	1571	MIGUEL PACHECO	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INFANTIS - MASC	0	00:04:19.86
16	1581	JOÃO PEDRO LÍRIO	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	INFANTIS - MASC	0	00:04:24.02
17	1857	EMANUEL SILVA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	INFANTIS - MASC	0	00:04:24.53
18	1586	ADRIANO VIEIRA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INFANTIS - MASC	0	00:04:28.76
19	1743	HUGO AZEVEDO	107	G.R.A. CRUZ	INFANTIS - MASC	0	00:04:30.46
20	1831	RENATO MARTINS	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INFANTIS - MASC	0	00:04:32.75
21	1973	PEDRO OLIVEIRA	99	C.A. CODESSOSO	INFANTIS - MASC	0	00:04:38.45
22	1710	BERNARDO OLIVEIRA	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	INFANTIS - MASC	0	00:04:41.10
23	1767	PAULO SILVA	128	A.D. CASTELÕES	INFANTIS - MASC	0	00:04:42.93
24	1747	RUI SILVA	118	C.I.R.A.C.	INFANTIS - MASC	0	00:04:45.43
25	1593	LUÍS ROCHA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INFANTIS - MASC	0	00:04:51.00
26	1956	JOÃO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	INFANTIS - MASC	0	00:05:00.09
27	1594	MARCOS ROCHA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INFANTIS - MASC	0	00:05:06.42
28	1964	ANTÓNIO BARROS	0	INDIVIDUAL	INFANTIS - MASC	0	00:05:08.03
29	1592	LUÍS AZEVEDO	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INFANTIS - MASC	0	00:05:08.61
30	1583	LUIS MACHADO	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	INFANTIS - MASC	0	00:05:17.15
31	1688	RAFAEL FREITAS	59	C.I. ARGONCILHE	INFANTIS - MASC	0	00:05:43.07
32	1759	BRUNO SILVA	128	A.D. CASTELÕES	INFANTIS - MASC	0	00:05:44.47
33	1761	DAVID AZEVEDO	128	A.D. CASTELÕES	INFANTIS - MASC	0	00:05:50.96
34	1967	GIL PIMENTA	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	INFANTIS - MASC	0	00:06:05.21

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

INICIADOS - FEM					INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1546	EDUARDA BARBOSA	11	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS - FEM	0	00:07:01.63
2	1673	RITA PEREIRA	43	U.D. VÁRZEA	INICIADOS - FEM	0	00:07:18.39
3	1820	ELISA VALENTE	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INICIADOS - FEM	0	00:07:23.08
4	1560	VERÓNICA DIAS	11	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS - FEM	0	00:07:26.02
5	1685	INÊS PINHO	44	A.C.R. VALE CAMBRA	INICIADOS - FEM	0	00:07:38.73
6	1646	ANA RIBEIRO	35	GINÁSIO TROFA	INICIADOS - FEM	0	00:07:40.36
7	1663	CATARINA RIBEIRO	43	U.D. VÁRZEA	INICIADOS - FEM	0	00:07:42.70
8	1607	EDUARDA DIAS	24	C.D.C. CODESSOS	INICIADOS - FEM	0	00:07:48.58
9	1662	ANABELA RIBEIRO	43	U.D. VÁRZEA	INICIADOS - FEM	0	00:07:50.96
10	1526	SORAIA VIGÁRIO	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS - FEM	0	00:07:53.34
11	1670	MÁRCIA MOURA	43	U.D. VÁRZEA	INICIADOS - FEM	0	00:08:02.02
12	1728	MARIA ARIEIRO	97	CYCLONES / SANITOP	INICIADOS - FEM	0	00:08:08.85
13	1619	CATARINA OLIVEIRA	26	CLUBE D. PÓVOA	INICIADOS - FEM	0	00:08:18.63
14	1545	DIANA RIBEIRO	11	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS - FEM	0	00:08:19.06
15	1712	DIANA PEREIRA	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	INICIADOS - FEM	0	00:08:25.32
16	1812	RUTE SILVA	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	INICIADOS - FEM	0	00:08:28.75
17	1633	ANA CATARINA	30	C.I.A. - ALPENDORADA	INICIADOS - FEM	0	00:08:29.37
18	1683	CATARINA ALMEIDA	44	A.C.R. VALE CAMBRA	INICIADOS - FEM	0	00:08:30.15
19	1510	ANA ALMEIDA	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS - FEM	0	00:08:36.14
20	1606	CATIA GONÇALVES	24	C.D.C. CODESSOS	INICIADOS - FEM	0	00:08:36.47
21	1687	TÂNIA COSTA	44	A.C.R. VALE CAMBRA	INICIADOS - FEM	0	00:08:38.39
22	1832	RITA SILVA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INICIADOS - FEM	0	00:08:44.67
23	1622	FÁTIMA SILVA	26	CLUBE D. PÓVOA	INICIADOS - FEM	0	00:08:45.43
24	1809	JOANA OLIVEIRA	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	INICIADOS - FEM	0	00:08:50.35
25	1709	ANA MARQUES	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	INICIADOS - FEM	0	00:08:55.48
26	1653	KHRYSTYNA PAYLYVR	35	GINÁSIO TROFA	INICIADOS - FEM	0	00:09:06.72
27	1731	TATIANA LIMA	97	CYCLONES / SANITOP	INICIADOS - FEM	0	00:09:11.52
28	1708	ANA ARTEIRO	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	INICIADOS - FEM	0	00:09:17.25
29	1576	VANESSA OLIVEIRA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INICIADOS - FEM	0	00:09:29.30
30	1826	LILIANA ARAÚJO	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INICIADOS - FEM	0	00:09:40.47
31	1913	M. FRANCISCA SÁ	0	INDIVIDUAL	INICIADOS - FEM	0	00:09:40.86
32	1531	ANA OLIVEIRA	7	A.C.R. VIGOROSA	INICIADOS - FEM	0	00:09:55.82
33	1849	ANDREIA SERRA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	INICIADOS - FEM	0	00:10:03.84

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

INICIADOS - MASC				INDIVIDUAL			
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1553	JOAQUIM ANTUNES	11	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS - MASC	0	00:06:55.26
2	1554	JORGE MOREIRA	11	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS - MASC	0	00:06:10.29
3	1790	RAFAEL NUNES	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	INICIADOS - MASC	0	00:06:13.70
4	1658	TIAGO SILVA	35	GINÁSIO TROFA	INICIADOS - MASC	0	00:06:17.63
5	1788	JOSÉ VIEIRA	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	INICIADOS - MASC	0	00:06:29.01
6	1813	ROMEU GOMES	235	C.CAMPISMO S. JOÃO MADEIRA	INICIADOS - MASC	0	00:06:31.64
7	1682	BRUNO FALCÃO	44	A.C.R. VALE CAMBRA	INICIADOS - MASC	0	00:06:36.30
8	1556	PEDRO FERREIRA	11	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS - MASC	0	00:06:37.11
9	1598	SAMUEL VIEIRA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INICIADOS - MASC	0	00:06:37.96
10	1650	FABIO RODRIGUES	35	GINÁSIO TROFA	INICIADOS - MASC	0	00:06:39.56
11	1618	ANDRÉ GOMES	26	CLUBE D. PÓVOA	INICIADOS - MASC	0	00:06:40.40
12	1616	ORLANDO SILVA	24	C.D.C. CODESSOS	INICIADOS - MASC	0	00:06:40.91
13	1719	CÉSAR QUEIRÓS	97	CYCLONES / SANITOP	INICIADOS - MASC	0	00:06:41.32
14	1521	MIGUEL CONSTANTE	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS - MASC	0	00:06:41.67
15	1918	PEDRO SILVA	0	INDIVIDUAL	INICIADOS - MASC	0	00:06:42.01
16	1505	JOÃO DIAS	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	INICIADOS - MASC	0	00:06:50.51
17	1659	VÍTOR MARTINS	35	GINÁSIO TROFA	INICIADOS - MASC	0	00:06:51.01
18	1503	DAMIÃO DIAS	2	ALUNOS MEIRIM F.C.	INICIADOS - MASC	0	00:06:51.45
19	1818	CARLOS MARTINS	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INICIADOS - MASC	0	00:06:51.77
20	1681	ANDRÉ RODRIGUES	44	A.C.R. VALE CAMBRA	INICIADOS - MASC	0	00:06:52.16
21	1727	LUÍS ESTEVES	97	CYCLONES / SANITOP	INICIADOS - MASC	0	00:06:52.92
22	1721	DIOGO RODRIGUES	97	CYCLONES / SANITOP	INICIADOS - MASC	0	00:06:58.26
23	1824	HÉLDER SALGUEIRO	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INICIADOS - MASC	0	00:07:05.59
24	1874	SANDRO VIDAL	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	INICIADOS - MASC	0	00:07:06.79
25	1587	ANTÓNIO VIEIRA	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INICIADOS - MASC	0	00:07:09.92
26	1969	JOEL SILVA	99	C.A. CODESSOSO	INICIADOS - MASC	0	00:07:12.70
27	1758	BRUNO ABREU	128	A.D. CASTELÕES	INICIADOS - MASC	0	00:07:13.18
28	1686	NUNO FERNANDES	44	A.C.R. VALE CAMBRA	INICIADOS - MASC	0	00:07:15.44
29	1635	MIGUEL MONTEIRO	30	C.I.A. - ALPENDORADA	INICIADOS - MASC	0	00:07:19.01
30	1572	ÓSCAR FERREIRA	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	INICIADOS - MASC	0	00:07:21.23
31	1923	RICARDO JORGE SÁ	0	INDIVIDUAL	INICIADOS - MASC	0	00:07:21.81
32	1614	LUIS GONÇALVES	24	C.D.C. CODESSOS	INICIADOS - MASC	0	00:07:22.42
33	1923	RICARDO JORGE SÁ	0	INDIVIDUAL	INICIADOS - MASC	0	00:07:26.47
34	1693	ARMANDO MOREIRA	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	INICIADOS - MASC	0	00:07:35.00
35	1789	PEDRO VIEIRA	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	INICIADOS - MASC	0	00:07:38.46
36	1846	ALEXANDRE MENDES	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	INICIADOS - MASC	0	00:07:39.67
37	1949	TIAGO LUZ	5	C. ATLETISMO TÂMEGA	INICIADOS - MASC	0	00:07:42.00
38	1733	ANDRÉ RODRIGUES	101	ARPO POUSADENSE	INICIADOS - MASC	0	00:07:43.80
39	1536	ALEXANDRE COSTA	8	ATLETICO C. ALFENENSE	INICIADOS - MASC	0	00:07:45.80
40	1958	AMARO SILVA	0	INDIVIDUAL	INICIADOS - MASC	0	00:07:47.41
41	1645	JOÃO LOPES	34	GINÁSIO C. SANTO TIRSO	INICIADOS - MASC	0	00:07:50.25
42	1713	HUGO FERREIRA	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	INICIADOS - MASC	0	00:07:55.54
43	1764	JOÃO BARROS	128	A.D. CASTELÕES	INICIADOS - MASC	0	00:08:00.59
44	1797	JOÃO REIS	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	INICIADOS - MASC	0	00:08:08.32
45	1833	TIAGO RODRIGUES	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	INICIADOS - MASC	0	00:08:09.39
46	1879	DIOGO SILVA	498	GCST- VOLEIBOL	INICIADOS - MASC	0	00:08:14.29
47	1889	ANDRÉ FILIPE GOUVEIA	498	GCST- VOLEIBOL	INICIADOS - MASC	0	00:08:29.76

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

JUVENIS - FEM	INDIVIDUAL
---------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1647	ANDREIA RODRIGUES	35	GINÁSIO TROFA	JUVENIS - FEM	0	00:10:31.70
2	1807	CLAÚDIA SANTOS	227	A.D.C. MACIEIRA SARNES	JUVENIS - FEM	0	00:10:40.80
3	1629	NADINE LARANJEIRA	26	CLUBE D. PÓVOA	JUVENIS - FEM	0	00:11:21.27
4	1717	ADÉLIA SÁ	97	CYCLONES / SANITOP	JUVENIS - FEM	0	00:11:33.94
5	1605	CARLA NUNES	24	C.D.C. CODESSOS	JUVENIS - FEM	0	00:11:56.67
6	1725	JULIANA LEMOS	97	CYCLONES / SANITOP	JUVENIS - FEM	0	00:12:24.02
7	1644	SOFIA COELHO	31	CLUBE OS 5 A HORA	JUVENIS - FEM	0	00:12:27.05
8	1540	ANDREIA MORAIS	11	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS - FEM	0	00:12:41.87
9	1551	JOANA SOUSA	11	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS - FEM	0	00:12:42.56
10	1557	SARA FERREIRA	11	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS - FEM	0	00:12:54.34
11	1819	CÁTIA ROSA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	JUVENIS - FEM	0	00:13:06.38
12	1777	ANA PAULA PINTO	158	A.D.C.C. J. CLARK	JUVENIS - FEM	0	00:13:17.44
13	1720	CLAÚDIA LIMA	97	CYCLONES / SANITOP	JUVENIS - FEM	0	00:13:20.68
14	1750	ANDREIA MARGARIDA	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	JUVENIS - FEM	0	00:14:10.85
15	1830	RAFAELA FARIA	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	JUVENIS - FEM	0	00:14:19.26
16	1749	TATIANA GOMES	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	JUVENIS - FEM	0	00:16:14.79
17	1852	CATARINA FARIA	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	JUVENIS - FEM	0	00:18:13.07

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

JUVENIS - MASC	INDIVIDUAL
----------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1666	NUNO COSTA	43	U.D. VÁRZEA	JUVENIS - MASC	0	00:09:08.61
2	1774	PEDRO FERREIRA	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	JUVENIS - MASC	0	00:09:19.66
3	1651	JOÃO FERREIRA	35	GINÁSIO TROFA	JUVENIS - MASC	0	00:09:22.71
4	1612	JOAQUIM PEDROSA	24	C.D.C. CODESSOS	JUVENIS - MASC	0	00:09:44.67
5	1696	LUIS SILVA	64	A.C. JUVENIL MOZINHO	JUVENIS - MASC	0	00:09:52.56
6	1702	TIAGO MENDES	75	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVEL	JUVENIS - MASC	0	00:09:54.07
7	1723	JOSÉ ARAÚJO	97	CYCLONES / SANITOP	JUVENIS - MASC	0	00:09:54.30
8	1882	JOÃO PEDRO CONDE	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:10:17.46
9	1756	RUI ALVES	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	JUVENIS - MASC	0	00:10:18.67
10	1786	DANIEL ALMEIDA	160	S.S S.JOÃO MADEIRA	JUVENIS - MASC	0	00:10:19.19
11	1770	EDUARDO FERREIRA	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	JUVENIS - MASC	0	00:10:28.70
12	1773	LEANDRO OLIVEIRA	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	JUVENIS - MASC	0	00:10:49.92
13	1752	JOSÉ MACHADO	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	JUVENIS - MASC	0	00:10:58.36
14	1771	ERIC ARAÚJO	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	JUVENIS - MASC	0	00:11:02.87
15	1514	PEDRO COSTA	59	C.I. ARGONCILHE	JUVENIS - MASC	0	00:11:09.12
16	1543	CARLOS CAMPOS	11	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS - MASC	0	00:11:10.34
17	1757	XAVIER ALVES	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	JUVENIS - MASC	0	00:11:14.22
18	1624	JOSÉ MONTEIRO	26	CLUBE D. PÓVOA	JUVENIS - MASC	0	00:11:22.64
19	1744	MIGUEL COSTA	107	G.R.A. CRUZ	JUVENIS - MASC	0	00:11:25.94
20	1907	JOÃO CARLOS FONSECA	0	INDIVIDUAL	JUVENIS - MASC	0	00:11:51.03
21	1664	MIGUEL COELHO	43	U.D. VÁRZEA	JUVENIS - MASC	0	00:11:56.24
22	1547	HUGO SOUSA	11	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS - MASC	0	00:12:15.28
23	1837	CESAR VIEIRA	341	CASA POVO SOALHÃES	JUVENIS - MASC	0	00:12:15.81
24	1827	LUCIANO ARAÚJO	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	JUVENIS - MASC	0	00:12:35.45
25	1783	RAFAEL ROCHA	158	A.D.C.C. J. CLARK	JUVENIS - MASC	0	00:12:40.10
26	1883	JOSE MIGUEL	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:13:14.37
27	1885	NUNO MIGUEL VALENTE	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:13:15.17
28	1908	JOÃO FILIPE FERREIRA	0	INDIVIDUAL	JUVENIS - MASC	0	00:14:24.68
29	1886	RENATO JOSÉ LEAL	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:16:55.89
30	1884	MANUEL CARVALHO	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:16:56.37
31	1881	GONÇALO SILVA	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:17:01.29
32	1880	FRANCISCO FONSECA	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:17:04.17
33	1887	TIAGO PIMENTA MARQUES	498	GCST- VOLEIBOL	JUVENIS - MASC	0	00:17:05.36

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

JUNIOR - FEM	INDIVIDUAL
--------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Regº	Tempo
1	1716	DIANA ALMEIDA	91	S.L. BENFICA	JUNIOR - FEM	0	00:10:03.20
2	1660	SOFIA GONÇALVES	38	MAIA A.C.	JUNIOR - FEM	0	00:11:32.04
3	1821	ELISABETE NUNES	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	JUNIOR - FEM	0	00:12:53.57
4	1896	CARMEN PEREIRA	0	INDIVIDUAL	JUNIOR - FEM	0	00:13:06.77
5	1974	ANA RIBEIRO	99	C.A. CODESSOSO	JUNIOR - FEM	0	00:14:04.87
6	1748	ANDREIA MACEDA	120	A.D. RIO LARGO C. ESPINHO	JUNIOR - FEM	0	00:14:43.79
7	1854	MARISA AMIRIM	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	JUNIOR - FEM	0	00:19:11.99

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

BENJAMIM A - FEM	COLETIVA
-------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	11	CASA BENFICA PAREDES	(3 + 4 + 9) = 16
2ª Equipa	158	A.D.C.C. J. CLARK	(8 + 13 + 15) = 36
3ª Equipa	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	(5 + 18 + 25) = 48
4ª Equipa	209	A.C.D. VILLA CESARI/OPINLUX	(6 + 24 + 37) = 67
5ª Equipa	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	(23 + 30 + 35) = 88

BENJAMIM A - MASC	COLETIVA
--------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	341	CASA POVO SOALHÃES	(5 + 13 + 16) = 34
2ª Equipa	99	C.A. CODESSOSO	(2 + 11 + 23) = 36
3ª Equipa	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	(1 + 12 + 26) = 39
4ª Equipa	128	A.D. CASTELÕES	(4 + 14 + 24) = 42
5ª Equipa	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	(22 + 34 + 37) = 93

BENJAMIM B - FEM	COLETIVA
-------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	4	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	(4 + 14 + 22) = 40
2ª Equipa	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	(17 + 24 + 27) = 68
3ª Equipa	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	(16 + 23 + 29) = 68

BENJAMIM B - MASC	COLETIVA
--------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	342	ATLÉTICO C. PÓVOA VARZIM	(2 + 5 + 7) = 14
2ª Equipa	99	C.A. CODESSOSO	(4 + 11 + 12) = 27
3ª Equipa	101	ARPO POUSADENSE	(6 + 8 + 25) = 39

INFANTIS - FEM	COLETIVA
-----------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	43	U.D. VÁRZEA	(1 + 3 + 18) = 22
2ª Equipa	24	C.D.C. CODESSOS	(2 + 9 + 23) = 34
3ª Equipa	7	A.C.R. VIGOROSA	(5 + 19 + 21) = 45
4ª Equipa	12	CASAS ADRIANO-ASTROMIL C.	(8 + 16 + 31) = 55
5ª Equipa	86	A. MOINHO VERMOIM	(12 + 20 + 25) = 57
6ª Equipa	99	C.A. CODESSOSO	(10 + 28 + 30) = 68

15ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
29 DE DEZEMBRO DE 2012
C.M. SANTO TIRSO / C.A.S.T.

INFANTIS - MASC	COLETIVA
------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	43	U.D. VÁRZEA	(2 + 6 + 14) = 22
2ª Equipa	128	A.D. CASTELÕES	(12 + 23 + 32) = 67
3ª Equipa	20	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	(18 + 25 + 27) = 70
4ª Equipa	13	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	(16 + 30 + 34) = 80

INICIADOS - FEM	COLETIVA
------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	43	U.D. VÁRZEA	(2 + 7 + 9) = 18
2ª Equipa	11	CASA BENFICA PAREDES	(1 + 4 + 14) = 19
3ª Equipa	44	A.C.R. VALE CAMBRA	(5 + 18 + 21) = 44
4ª Equipa	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	(3 + 22 + 30) = 55
5ª Equipa	88	GINÁSIO C. VILACONDENSE	(15 + 25 + 28) = 68

INICIADOS - MASC	COLETIVA
-------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	11	CASA BENFICA PAREDES	(1 + 2 + 8) = 11
2ª Equipa	35	GINÁSIO TROFA	(4 + 10 + 17) = 31
3ª Equipa	164	G.D.C. CASTELO PAIVA	(3 + 5 + 35) = 43
4ª Equipa	44	A.C.R. VALE CAMBRA	(7 + 20 + 28) = 55
5ª Equipa	97	CYCLONES / SANITOP	(13 + 21 + 22) = 56
6ª Equipa	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	(19 + 23 + 45) = 87

JUVENIS - MASC	COLETIVA
-----------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	149	G.D. AIRÃO-CURVIÃ	(2 + 11 + 12) = 25
2ª Equipa	122	G.D. S.PAIO OLEIROS	(9 + 13 + 17) = 39
3ª Equipa	498	GCST- VOLEIBOL	(8 + 26 + 27) = 61

GERAL JUVENIS + JUNIORES FEM.	COLETIVA
--------------------------------------	-----------------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	97	CYCLONES / SANITOP	(6 + 8 + 17) = 31
2ª Equipa	11	CASA BENFICA PAREDES	(10 + 11 + 13) = 34
3ª Equipa	307	G. JUVENIL VILA PUNHE	(12 + 14 + 20) = 46