

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	1	LUIS MIGUEL BORGES	162	S.L. BENFICA	SENIORES-MASC	00:29:52.40
2	1440	BRUNO JESUS	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	SENIORES-MASC	00:29:56.17
3	247	CARLOS COSTA	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	SENIORES-MASC	00:29:57.67
4	3	RUI MUGA	51	C. ACADÉMICO MOGADOURO	SENIORES-MASC	00:30:03.33
5	2	BRUNO SILVA	112	MAIA A C CRIOBABY	SENIORES-MASC	00:30:26.93
6	1340	ÓSCAR MENDES	190	LIBERDADE F.C.	SENIORES-MASC	00:31:42.96
7	1319	DAVIDE FIGUEIREDO	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:31:49.31
8	395	JOÃO FERREIRA AMORIM	74	F.C. PENAFIEL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:32:00.98
9	235	AMÉRICO MOREIRA	36	C.D. PÓVOA	SENIORES-MASC	00:32:06.62
10	460	DIOGO FERNANDES	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:32:09.81
11	1354	ANTÓNIO TEIXEIRA	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	SENIORES-MASC	00:32:13.81
12	140	JOÃO ANTUNES	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	SENIORES-MASC	00:32:33.27
13	1015	NUNO COSTA	184	U.D. VÂRZEA	SENIORES-MASC	00:32:37.11
14	1390	TIAGO SILVA	200	GINÁSIO DA TROFA	JUNIORES-MASC	00:32:53.67
15	244	ABILIO COSTA	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:32:56.00
16	250	HELDER CORREIA	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	SENIORES-MASC	00:33:04.55
17	1323	CARLOS MONTEIRO	69	DRAGÕES VALE VIZELA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:33:08.15
18	24	MANUEL COSTA	4	A.D. LUSTOSA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:33:10.46
19	266	JOAO FERREIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	SENIORES-MASC	00:33:19.66
20	380	NUNO FERNANDES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	JUNIORES-MASC	00:33:20.05
21	384	RAFAEL SILVA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	JUNIORES-MASC	00:33:20.75
22	213	JOAQUIM SILVA	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:33:25.89
23	1420	DIOGO PEIXOTO	206	MARATONA C.P.	JUNIORES-MASC	00:33:29.18
24	340	ADELINO JOSE SILVA FERN	65	CYCLONES SANITOP	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:33:29.75
25	98	CARLOS SOUSA	13	AMIGOS PARQUE CIDADE DESPO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:33:30.58
26	508	TIAGO PINTO	101	G.D.R. RETORTA	SENIORES-MASC	00:33:33.45
27	1421	ROBERTO MARQUES	91	G.R.E. BONFIM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:33:48.55
28	1264	JOAQUIM SILVA	94	GD AIRÃO CURVIA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:33:48.70
29	506	MIGUEL MENDES	101	G.D.R. RETORTA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:33:50.80
30	1322	HÉLDER OLIVEIRA	69	DRAGÕES VALE VIZELA	SENIORES-MASC	00:33:55.51
31	1351	BRUNO QUEIRÓS	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	SENIORES-MASC	00:34:00.20
32	505	JOAQUIM ROCHA	101	G.D.R. RETORTA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:34:08.07
33	1419	DANIELA CUNHA	205	SPORTING C.P.	SENIORES-FEM	00:34:13.11
34	1270	SILVANA DIAS	162	S.L. BENFICA	SENIORES-FEM	00:34:13.19
35	501	ADELINO SILVA	101	G.D.R. RETORTA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:34:16.33
36	1349	CARLOS RODRIGUES	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	SENIORES-MASC	00:34:18.50
37	67	ANTÓNIO JESUS	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:34:19.83
38	726	JOSÉ PEREIRA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:34:28.21
39	323	NUNO CARNEIRO	59	CLUBE ZUPPER	SENIORES-MASC	00:34:29.72
40	246	ANTONIO SILVA	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:34:46.73
41	1167	MARCO ANDRÉ MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:34:50.22
42	507	TIAGO LISBOA	101	G.D.R. RETORTA	SENIORES-MASC	00:34:51.83
43	442	JOSÉ FERREIRA	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:34:57.32
44	731	NUNO MIGUEL FERNANDES	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:34:58.33
45	1429	MIGUEL COELHO	184	U.D. VÂRZEA	SENIORES-MASC	00:34:59.63
46	207	ARTUR CEPEDA	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:35:02.36
47	604	PEDRO NUNES	126	N.A. VILA REAL	SENIORES-MASC	00:35:02.86
48	504	AMADEU ROCHA	101	G.D.R. RETORTA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:35:07.03
49	376	JOSÉ ARAÚJO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:35:08.99
50	568	DOMINGOS SILVA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:35:09.21

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

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

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
51	1179	MIGUEL MOURA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:35:14.48
52	443	MÁRIO GONÇALVES	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:35:21.19
53	290	JOSÉ MOTA	47	CICLISTAS COSMICOS GISLOTIC	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:35:22.74
54	208	BENJAMIM SOARES	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:35:23.73
55	1355	JOSÉ VIEIRA	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:35:25.67
56	1328	RICARDO SÁ	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	JUNIORES-MASC	00:35:25.97
57	1418	FILIPE CUNHA	204	VIMARUNNERS	SENIORES-MASC	00:35:37.20
58	255	ALCINO SILVA	38	C.I.A. ALPENDORADA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:35:44.11
59	224	JORGE BRITO	33	C.A. GAIENSES/TOYOTA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:35:50.51
60	251	JOAQUIM COSTA	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:35:51.19
61	273	LUÍS RIBEIRO	44	CENTRALRUNNERS	SENIORES-MASC	00:35:51.50
62	4	PATRICIA PEREIRA	160	S.C. SALGUEIROS	SENIORES-FEM	00:35:52.37
63	1119	JOÃO MACHADO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:35:58.36
64	312	JOSÉ ADELINO	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:36:02.11
65	254	ZEFERINO NETO	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:36:04.80
66	31	CARLOS SOUSA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-MASC	00:36:06.13
67	449	ADÃO LUIS MENDES	91	G.R.E. BONFIM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:36:08.83
68	1431	FRANCISCO TEIXEIRA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:36:13.55
69	515	RUI MANUEL SILVA	104	IRMANDADE DA BIKE	SENIORES-MASC	00:36:14.26
70	1391	DANIELA SOUSA	201	G.D. ESTREITO	SENIORES-FEM	00:36:20.40
71	226	JOSÉ MIGUEL	33	C.A. GAIENSES/TOYOTA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:36:21.37
72	75	JOSE ALMEIDA	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:36:22.71
73	309	CAMILO GUEDES	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:36:24.99
74	1206	PAULO MAGALHÃES	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:36:28.50
75	343	JOANA VANESSA CARVALH	65	CYCLONES SANITOP	SENIORES-FEM	00:36:33.54
76	1385	MIGUEL FIGUEIREDO	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:36:33.66
77	656	JOSÉ VIANA	148	QUEIROZTEAM / INDEVISO.COM	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:36:35.71
78	237	BRUNO CLEBER	36	C.D. PÓVOA	SENIORES-MASC	00:36:35.76
79	221	ANGELO FREITAS	33	C.A. GAIENSES/TOYOTA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:36:36.78
80	1389	SIMÃO CARDOSO	200	GINÁSIO DA TROFA	SENIORES-MASC	00:36:40.96
81	388	RUI FERNANDES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	JUNIORES-MASC	00:36:41.76
82	209	CASIMIRO GALHARDO	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:36:44.29
83	427	FERNANDO MAIA	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:36:45.16
84	23	LUÍS GONÇALVES	4	A.D. LUSTOSA	JUNIORES-MASC	00:36:47.78
85	1217	PEDRO MANUEL SILVA	0	INDIVIDUAL	JUNIORES-MASC	00:36:48.99
86	725	JORGE VALE	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:36:49.79
87	20	CARLA NUNES	4	A.D. LUSTOSA	JUNIORES-FEM	00:36:54.63
88	722	JOÃO CASTRO	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:36:57.17
89	200	FERNANDO MAIA IGREJA	31	C F VILACONDENSE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:36:58.46
90	1009	LIBÓRIO VILELA	182	TSUNAMI TEAM	SENIORES-MASC	00:37:00.56
91	1291	CARLOS COELHO	48	CLAUDI GOMES CABELEIREIRA	SENIORES-MASC	00:37:01.96
92	222	ANTÓNIO ROCHA	33	C.A. GAIENSES/TOYOTA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:37:08.58
93	375	JOAQUIM COELHO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:37:10.32
94	62	SERGIO MARTINS	8	A.R. NEGRELOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:37:14.55
95	430	MANUEL CASAIS	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:37:16.16
96	406	MÁRCIO CARNEIRO	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	SENIORES-MASC	00:37:17.64
97	319	MARK VELHOTE	58	CLUBE VODAFONE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:37:19.36
98	1433	JOSÉ ROCHA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:37:21.61
99	1430	SUELI GOMES	184	U.D. VÁRZEA	SENIORES-FEM	00:37:22.14
100	210	EDUARDO SOUSA	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:37:23.74

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
101	403	AGOSTINHO FIGUEIREDO	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	SENIORES-MASC	00:37:25.25
102	743	JOSÉ MANUEL BARBOSA	175	SUICIDAS BRÁCAROS	SENIORES-MASC	00:37:25.79
103	1438	ROSA SOARES	184	U.D. VÁRZEA	SENIORES-FEM	00:37:28.43
104	74	GRACIANO PEREIRA	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:37:30.12
105	719	EZIQUEL MARTINS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:37:31.54
106	43	NUNO FARIA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-MASC	00:37:33.14
107	1249	TIAGO SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:37:35.81
108	636	PAULO PEREIRA	139	PAPAKM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:37:36.61
109	347	JOSÉ FERNANDES	65	CYCLONES SANITOP	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:37:37.74
110	146	MANUEL RIBEIRO	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:37:39.09
111	1339	MANUEL SILVA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	SENIORES-MASC	00:37:39.97
112	706	MANUEL FERREIRA	168	SMAS AGUAS PORTO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:37:43.86
113	735	SÉRGIO FERNANDES	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:37:44.31
114	305	ABILIO SOUSA	55	CLUBE MILLENNIUM BCP	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:37:45.30
115	34	FERNANDO SOUSA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-MASC	00:37:46.03
116	686	FERNANDO JOAQUIM FERR	158	RUNNING ESPINHO	SENIORES-MASC	00:37:46.23
117	259	BRUNO SANTOS	39	C.I.A. ARGONCILHE	SENIORES-MASC	00:37:46.84
118	472	MIGUEL MARTINS	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:37:47.62
119	369	JOÃO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:37:47.74
120	1356	LUÍS BESSA	69	DRAGÕES VALE VIZELA	SENIORES-MASC	00:37:47.99
121	586	NUNO VIDAL	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:37:48.55
122	581	LUÍS SARAIVA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:37:52.69
123	567	DOMINGOS PRESAS	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:37:54.15
124	1080	EDUARDO CAMILO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:37:56.21
125	38	JOSÉ FERREIRA	5	A.D.C C J CLARK	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:37:56.99
126	405	FERNANDO FIGUEIREDO	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:37:57.25
127	318	PEDRO SÉRGIO SANTOS	57	CLUBE TIAGO MACHADO	SENIORES-MASC	00:37:57.50
128	1305	PEDRO ALVES	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:37:57.64
129	1378	HELDER RODRIGUES	44	CENTRALRUNNERS	SENIORES-MASC	00:38:00.31
130	1335	ORLANDO OLIVEIRA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:38:01.70
131	637	RICARDO FERNANDES	139	PAPAKM	SENIORES-MASC	00:38:02.37
132	694	ÁLVARO SOUSA	164	SANTA APOLONIA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:03.67
133	351	VASCO FIGUEIREDO	66	DASDIKES	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:38:04.17
134	1072	JOSÉ MANUEL MONTEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:38:04.87
135	411	ANDRÉ PINTO	82	FREAMUNDE RUNNING CREW	SENIORES-MASC	00:38:05.26
136	1336	JÚLIO RIBEIRO	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:05.73
137	635	GUSTO ARAÚJO	139	PAPAKM	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:08.16
138	212	JOAQUIM RIBEIRO	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:38:08.48
139	231	LUÍS VIEIRA	35	C.A. VILA BOA BISPO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:08.75
140	1086	FERNANDO MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:09.62
141	122	LUÍS CARDOSO	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:38:10.38
142	1227	RICARDO FERNANDES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:38:10.46
143	360	HELDER DIAS	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	SENIORES-MASC	00:38:11.03
144	433	ANTÓNIO MAGALHÃES	89	G.D. LEÕES DA GUARDA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:13.06
145	383	PAULO REIS	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:38:14.63
146	1176	MIGUEL FERREIRA BARROS	46	CF JESUÍTAS	JUNIORES-MASC	00:38:15.61
147	494	RUI CARNEIRO	99	G. BOMBOS "OS CORDOVENSES"	SENIORES-MASC	00:38:16.46
148	1386	ANDREIA RODRIGUES	200	GINÁSIO DA TROFA	JUNIORES-FEM	00:38:18.60
149	128	TIAGO BORGES	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	SENIORES-MASC	00:38:21.66
150	12	MARKO SANTOS	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-MASC	00:38:22.32

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

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

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
151	107	CARLOS MANUEL COELHO	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	SENIORES-MASC	00:38:22.60
152	1313	JOÃO LACERDA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:38:24.44
153	1303	SÉRGIO ALMEIDA	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-MASC	00:38:24.86
154	527	MANUEL JORGE ALVES	107	LINHAS MOURE - CONFENIX	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:38:25.37
155	1222	RAFAEL CAMPOS SANTOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:38:27.33
156	1337	ABÍLIO SILVA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:38:28.58
157	596	FERNANDO CARNEIRO	122	NAST	SENIORES-MASC	00:38:29.68
158	1223	RAMIRO RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:38:30.53
159	551	CRISTIANO FERREIRA	117	MONTE CORDOVA FC	SENIORES-MASC	00:38:31.40
160	214	JOSE CORVAL	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:38:35.25
161	170	HÉLDER GONÇALVES	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:38:40.70
162	1295	IVO PEREIRA	46	CF JESUITAS	SENIORES-MASC	00:38:42.51
163	59	MANUEL GOMES	8	A.R. NEGRELOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:38:42.74
164	331	JOEL CARVALHO	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-MASC	00:38:43.35
165	1062	CARLOS FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:38:44.75
166	2266	FRANCISCO BURNAY NASC	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:38:46.65
167	634	FERNANDO MONTEIRO	139	PAPAKM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:38:46.73
168	1393	ANTONIO JORGE FARIA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:38:47.85
169	1413	VITOR LEMOS	202	ROTOS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:38:47.91
170	89	RUI PEREIRA	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-MASC	00:38:49.23
171	267	SAMUEL VIEIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	JUNIORES-MASC	00:38:49.83
172	436	CARLOS FRIAS	89	G.D. LEÕES DA GUARDA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:38:51.78
173	559	ANDRÉ BOTELHO	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:38:51.89
174	202	MARCO PEREIRA	31	C F VILACONDENSE	SENIORES-MASC	00:38:52.23
175	422	JOAQUIM SANTOS	210	WHITE RUNNING TEAM	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:39:00.82
176	342	FERNANDO DINIS	65	CYCLONES SANITOP	SENIORES-MASC	00:39:00.91
177	703	PAULO PORFIRIO	167	SILVARES COM VIDA	SENIORES-MASC	00:39:01.73
178	1090	FILIPE DIAS VALENTE	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:39:03.97
179	211	JACINTO OLIVEIRA	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:39:08.94
180	348	ARMINDO FARIA	65	CYCLONES SANITOP	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:39:09.94
181	280	LUIS MIGUEL OLIVEIRA	46	CF JESUITAS	SENIORES-MASC	00:39:10.45
182	25	TELMO CARDOSO	4	A.D. LUSTOSA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:39:10.73
183	18	JOSÉ GOMES	3	A.C.J. MÓZINHO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:39:11.37
184	741	RICARDO MARTINS PAIS	173	ST TRAIL / ERMIDAFIT RUNNERS	SENIORES-MASC	00:39:12.77
185	328	FELISBERTO ARCIPRESTE	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-MASC	00:39:14.66
186	234	FERNANDO SOUSA	35	C.A. VILA BOA BISPO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:15.98
187	1434	MANUEL SOUSA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:39:17.02
188	485	ANTONIO GOMES	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:18.18
189	413	CARLOS FERNANDES	84	FREZITE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:39:19.48
190	625	HÉLDER SILVA	135	OS ROMPE SOLAS	SENIORES-MASC	00:39:20.86
191	499	RUI ALVES	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	SENIORES-MASC	00:39:21.51
192	1050	ANTÓNIO JOSÉ ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:39:21.86
193	52	CARLOS CARDOSO	6	A.D.RIO LARGO	SENIORES-MASC	00:39:24.96
194	429	MANUEL ANTÓNIO CARNEI	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:39:25.44
195	110	JOSÉ RUI PINHO	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:25.86
196	1334	DOMINGOS PINTO	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:39:29.45
197	1425	MADALENA SILVA	208	ACR CONDE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:39:30.92
198	626	CLAUDIO ARAUJO	136	OS SANTA APOLONIA	SENIORES-MASC	00:39:31.19
199	15	ZÉ DIAS	2	A D ESMERIZ RUNNING	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:39:32.73
200	374	SERGIO SANTOS	212	DIDAXIS TRAIL	SENIORES-MASC	00:39:35.35

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
201	9	FLAVIO SOUSA	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-MASC	00:39:36.06
202	1310	PEDRO MIGUEL FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:39:36.27
203	1257	VITOR RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:39:37.45
204	466	HUGO MONTEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:39:37.80
205	371	BRUNO ABREU	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUNIORES-MASC	00:39:38.48
206	1326	JOSÉ SILVA	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SANTO TIRSO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:39:38.72
207	1059	BRUNO ESTEVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:39:39.92
208	1304	PAULO RIBEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:39:41.08
209	589	PEDRO TEIXEIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:39:42.23
210	469	LUIS FERNANDES	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:39:44.56
211	382	PAULO MOURA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	SENIORES-MASC	00:39:45.94
212	1342	SUSANA VILELA	191	A.C.D. S. JOÃO SERRA	SENIORES-FEM	00:39:47.16
213	141	JOAQUIM COSTA	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:47.51
214	118	JOSÉ ANTÓNIO PEREIRA	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:47.72
215	1012	CARLOS SOUSA	183	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:39:47.94
216	1007	JOSÉ SANTOS	182	TSUNAMI TEAM	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:48.68
217	522	JOSÉ ALVES	106	KILOSMODA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:39:50.56
218	1011	OCTÁVIO OLIVEIRA	182	TSUNAMI TEAM	SENIORES-MASC	00:39:56.79
219	509	JORGE SILVA	101	G.D.R. RETORTA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:39:57.56
220	252	MANUEL NETO	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:39:59.62
221	344	JOSÉ AZEVEDO	65	CYCLONES SANITOP	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:40:01.13
222	425	AMARO SILVA	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:40:04.89
223	165	CÉSAR MARTINS	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:40:11.47
224	519	ARTUR ARAÚJO	106	KILOSMODA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:11.85
225	594	VIRGÍLIO VIEIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:40:14.47
226	479	TELMO FERREIRA	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:40:15.11
227	1134	JOSE COELHO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:17.21
228	1422	JOAQUIM PEREIRA	91	G.R.E. BONFIM	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:40:20.25
229	1247	SILVÉRIO GUEDES	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:40:20.29
230	1284	NUNO ANDRÉ FREITAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:40:21.87
231	1078	DIONÍSIO MANUEL SOUSA	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:22.86
232	240	FÁTIMA SILVA	36	C.D. PÓVOA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:40:24.01
233	76	RUI EUSÉBIO	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:40:24.09
234	163	BRUNO RIBEIRO	25	BEAT-LOJA DESPORTO FAMILIAR	SENIORES-MASC	00:40:24.43
235	1261	DELFIN MARIA MONTEIRO	25	BEAT-LOJA DESPORTO FAMILIAR	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:24.61
236	162	ABILIO FARIA	25	BEAT-LOJA DESPORTO FAMILIAR	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:40:24.79
237	308	ANTÓNIO SANTOS	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:25.52
238	690	SÉRGIO MARTINS	161	S.C.BRAGA	SENIORES-MASC	00:40:25.60
239	385	RICARDO RIBEIRO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	SENIORES-MASC	00:40:25.78
240	1332	PEDRO ELIAS	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:40:25.96
241	378	ANTÓNIO CORREIA	35	C.A. VILA BOA BISPO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:40:28.14
242	81	FILIPE GONÇALVES	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-MASC	00:40:30.34
243	1118	JOÃO GOMES	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:30.54
244	1435	RICARDO ALMEIDA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	SENIORES-MASC	00:40:30.74
245	1387	ANTÓNIO AZEVEDO	200	GINÁSIO DA TROFA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:40:36.23
246	359	DEOLINDA OLIVEIRA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:40:38.74
247	593	VALTER COSTA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:40:40.94
248	130	DUARTE SILVA	8	A.R. NEGRELOS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:40:42.90
249	546	LUIS PATRÃO	115	MOINHOS DAVENTURA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:40:44.62
250	1436	AUGUSTO DOURADO	211	VILA DO CONDE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:40:45.63

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
251	1263	MIGUEL ÂNGELO RIBEIRO	28	BOMBOS E SOLAS	SENIORES-MASC	00:40:47.47
252	685	RUI LIMA	157	RUN4FUNTEAM	SENIORES-MASC	00:40:49.85
253	370	ANA FERNANDES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	SENIORES-FEM	00:40:50.22
254	1195	ORLANDO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:40:52.37
255	85	NELSON NUNES	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-MASC	00:40:56.01
256	1104	FRANCISCO MAGALHÃES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:40:56.27
257	560	ANTÓNIO AZEVEDO	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:40:56.81
258	1283	MANUEL FREITAS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:40:57.62
259	584	MARCO ALMEIDA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:40:57.85
260	1194	ORLANDO MELO	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:40:58.51
261	1230	RUI ALBERTO FONSECA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:40:58.93
262	561	ANTÓNIO PEREIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:40:59.00
263	518	ALBERTO SANTOS	106	KILOSMODA	SENIORES-MASC	00:41:00.48
264	482	ALBERTO CARNEIRO	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:00.55
265	1197	PATRICIO CASTRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:41:01.72
266	432	RUI SÁ	88	G.C.R ALVARELHOS	SENIORES-MASC	00:41:03.89
267	175	PAULO ELIAS	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:41:04.09
268	500	VALDEMAR ALVES	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:41:04.50
269	77	ANTONIO PEREIRA	4	A.D. LUSTOSA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:05.10
270	299	OSVALDO BATISTA GONÇA	53	CLUBE PESSOAL EDP - FAFE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:41:11.31
271	387	ROSA OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:41:13.75
272	1201	PAULO ALEXANDRE SANTO	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:15.89
273	1008	JOSÉ SOTELO	182	TSUNAMI TEAM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:17.61
274	739	JOAQUIM PINHEIRO	172	ST TRAIL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:19.99
275	572	HELDER TEIXEIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:41:20.74
276	297	FERNANDO FRANCISCO PE	52	C.A. AVINTES	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:41:21.68
277	1076	DAVIDE SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:41:22.35
278	101	MARCELO OLIVEIRA	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-MASC	00:41:23.30
279	475	PAULO CARNEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:24.22
280	1173	MIGUEL ABREU	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:25.28
281	143	JOSÉ FERREIRA COSTA	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	SENIORES-MASC	00:41:27.42
282	281	MÁRIO SIMÕES	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-MASC	00:41:28.37
283	284	RUI NUNO MATOS	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-MASC	00:41:28.51
284	428	JORGE SOUSA	88	G.C.R ALVARELHOS	SENIORES-MASC	00:41:28.97
285	164	ANDRÉ COSTA	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:41:29.37
286	1207	PAULO MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:30.44
287	349	JOSÉ HILÁRIO MARTINS	65	CYCLONES SANITOP	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:30.82
288	498	PAULO MARQUES	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:31.99
289	495	CARLOS FERREIRA	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:32.04
290	1285	RICARDO TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:41:34.11
291	565	CARLOS FERREIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:35.02
292	1116	JOÃO BANDEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:35.26
293	58	LUIS MARTINS	8	A.R. NEGRELOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:41:37.06
294	95	JOÃO ÁLVARO CAPA	11	ÁGUIAS DA MISERICÓRDIA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:37.66
295	1246	SÉRGIO SAMPAIO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:37.81
296	489	JOSE MARIA LEITE	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:41:38.68
297	1416	ADRÉ MAGALHÃES	172	ST TRAIL	SENIORES-MASC	00:41:39.51
298	729	LUIS VILELA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:41:41.15
299	1034	ÁLVARO COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:42.29
300	1276	DANIEL FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:41:42.69

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
301	274	ÂNGELO PEREIRA	45	CENTRO CICLISTA GONDOMAR	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:41:43.07
302	605	REGINA GILVAZ	127	N.A. CUCUJÃES	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:41:44.40
303	386	ROMEU CARVALHO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	SENIORES-MASC	00:41:45.46
304	660	LEANDRO CAETANO OLIVEIRA	151	RESTAURANTE CAETANO PORTO	SENIORES-MASC	00:41:45.54
305	1343	JORGE GONÇALVES	191	A.C.D. S. JOÃO SERRA	JUNIORES-MASC	00:41:47.61
306	1255	VITOR CUNHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:41:47.83
307	1428	TOMÁS CUNHA	208	ACR CONDE	SENIORES-MASC	00:41:48.11
308	1232	RUI FERNANDO TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:41:48.18
309	710	ALBINO ABREU	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:41:51.63
310	1341	LILIANA SILVA	190	LIBERDADE F.C.	SENIORES-FEM	00:41:53.55
311	431	PAULO OLIVEIRA	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:41:54.49
312	1047	ANTÓNIO CORUCHO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:41:55.39
313	1317	PAULO BARBOSA	26	BEFITNESS RUNNERS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:42:00.27
314	1208	PAULO PINHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:42:03.90
315	1424	MANUEL SILVA	207	A.D.C. ASTROMIL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:42:04.04
316	1026	SIMÃO COUTO	186	VESPA RUNNERS	SENIORES-MASC	00:42:04.37
317	490	VITOR LOPES	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:42:06.07
318	666	FRANCISCO RODRIGUES	153	RODA DOS VENTOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:42:08.37
319	1213	PEDRO COELHO	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:42:11.15
320	1122	JOAO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:42:12.16
321	7	ANDRE MARTINS	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-MASC	00:42:12.69
322	14	SUSANA SANTOS	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-FEM	00:42:13.02
323	1003	RUI PEDRO BORGES	179	TRAILISTAS "EU É QUE SEI"	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:13.37
324	1113	ISOLINO ALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:42:15.75
325	523	PEDRO SILVA	106	KILOSMODA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:16.79
326	525	RUI PEREIRA	106	KILOSMODA	SENIORES-MASC	00:42:17.06
327	521	HELDER FERREIRA	106	KILOSMODA	SENIORES-MASC	00:42:17.14
328	733	RUI SILVA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:42:20.21
329	1377	PEDRO RIBEIRO	42	CAVE ESPOSENDE	SENIORES-MASC	00:42:21.58
330	1183	NELSON FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:23.47
331	160	JOSÉ MAGALHÃES	23	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:42:24.83
332	1439	PAULO COSTA	36	C.D. PÓVOA	SENIORES-MASC	00:42:25.66
333	582	MANUEL FARIA SAMPAIO	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:42:27.56
334	569	EMANUEL MADUREIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:42:27.73
335	26	ADÉLIA TAVARES	5	A.D.C C J CLARK	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:42:29.26
336	713	CARLOS LEMOS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:42:31.73
337	649	JOSÉ FERNANDES FERREIRA	144	PORTO RUNNERS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:42:33.67
338	590	RUI SANTOS	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:38.04
339	1178	MIGUEL MENDES	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:39.70
340	497	LUIS CONCEIÇÃO	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:42:41.04
341	737	VÍTOR CARNEIRO	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:42:41.85
342	662	RICARDO MANUEL AZEVEDO	152	RF RESISTENTES	SENIORES-MASC	00:42:42.54
343	1269	JOAQUIM DINIS	136	OS SANTA APOLONIA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:42:45.30
344	271	MANUEL FARIA	42	CAVE ESPOSENDE	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:42:46.73
345	1226	RICARDO COSTA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:42:47.86
346	1108	GERALDO CAMPOS	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:42:49.81
347	1216	PEDRO MANUEL MOREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:42:53.06
348	114	PAULO FREITAS	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	SENIORES-MASC	00:42:55.23
349	106	BRUNO FREITAS	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:55.64
350	1032	ALCIDES MANUEL BARBOSA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:42:55.65

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

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

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
351	1253	VITOR CARLOS MENDES	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:43:03.39
352	1061	BRUNO RODRIGUES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:04.36
353	1281	JOSÉ JOAQUIM SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:43:06.35
354	1055	ANTONIO TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:43:07.31
355	294	HÉLDER MANUEL DEVEZA	51	C. ACADÉMICO MOGADOURO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:07.42
356	241	VÍTOR RODRIGUES	36	C.D. PÓVOA	SENIORES-MASC	00:43:07.98
357	476	PEDRO OLIVEIRA	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:43:08.54
358	285	SARINA GUIMARÃES	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-FEM	00:43:09.44
359	279	JOAQUIM NUNES	46	CF JESUÍTAS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:43:09.51
360	83	JORGE NUNES	10	AFRIKANRUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:09.66
361	650	RUI RUSSO DOS SANTOS	144	PORTO RUNNERS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:43:09.83
362	1376	RUI PINTO	196	C.D.LOUSADO/2R RUNNING TEAM	SENIORES-MASC	00:43:10.28
363	379	VITOR RIBEIRO	212	DIDAXIS TRAIL	SENIORES-MASC	00:43:10.51
364	580	LUÍS LEBRES	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:43:10.64
365	121	JOSÉ BORGES	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:43:10.80
366	607	ARMINDO TORRES	128	N. KARATE E ATLETISMO RORIZ	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:43:12.48
367	1259	NUNO JORGE MARTINS	15	AMIGOS DO PEDAL - FAMALICÃO	SENIORES-MASC	00:43:13.20
368	1409	OSCAR LOUREIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:43:13.29
369	458	ANDRÉ LEMOS	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:43:13.72
370	657	LUÍS SÁ	149	REALCAST	SENIORES-MASC	00:43:13.86
371	150	FILIPE RIBEIRO	19	ASS. CULTURAL VERMOIM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:14.78
372	1084	FÁBIO OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:16.66
373	709	ABÍLIO TEIXEIRA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:43:17.89
374	598	JORGE CUNHA	124	NICE RUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:18.51
375	1064	CARLOS MIGUEL DOMINGOS	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:19.06
376	732	PEDRO GONÇALVES	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:43:22.20
377	715	CLÁUDIA CARVALHO	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-FEM	00:43:22.28
378	304	SERAFIM RAMOS	54	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:43:23.68
379	327	AFONSO PEREIRA	62	CROSSFIT VALE DO AVE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:23.97
380	1388	ELSA MAIA	200	GINÁSIO DA TROFA	JUNIORES-FEM	00:43:25.50
381	470	MANEL FARIA	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:43:25.86
382	450	HELENA MARIA MENDES	91	G.R.E. BONFIM	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:43:27.51
383	419	MANUEL OLIVEIRA	210	WHITE RUNNING TEAM	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:43:27.56
384	1006	RUI PINTO	181	TROFA A CONCELHO	SENIORES-MASC	00:43:28.42
385	1121	JOÃO PEDRO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:29.73
386	633	DANIEL FONSECA	139	PAPAKM	SENIORES-MASC	00:43:31.04
387	1254	VITOR CARVALHO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:32.22
388	260	MANUEL SANTOS	39	C.I.A. ARGONCILHE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:43:32.85
389	1408	NÉLIO GUIMARÃES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:33.16
390	69	ARTUR FREITAS	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:43:34.33
391	552	LUIS FERREIRA	117	MONTE CÓRDOVA FC	SENIORES-MASC	00:43:34.58
392	190	CONSTANTINO JOSÉ COSTA	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:43:37.70
393	1407	MARCO PAULO TORRES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:39.25
394	195	PAULO JORGE COSTA	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:43:40.12
395	1282	LUÍS QUEIRÓS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:40.89
396	1327	PAULO SILVA	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SANTO TIRSO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:43:41.95
397	653	FREDERICO MÁXIMO	145	POWERBOOST	SENIORES-MASC	00:43:43.44
398	613	LUIS CARLOS LOPES	129	ORALKLASS-ALIANCA-AMIGOS	SENIORES-MASC	00:43:43.50
399	1033	ALVARO ANTUNES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:43:44.93
400	228	JOSÉ SILVA	33	C.A. GAIENSES/TOYOTA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:43:46.86

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
401	293	DUARTE SILVA	50	CLINI3	SENIORES-MASC	00:43:48.74
402	296	EMÍLIA SANTOS	52	C.A. AVINTES	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:43:49.73
403	298	JOSE MANUEL MORAIS	52	C.A. AVINTES	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:43:50.00
404	390	SARA DIAS OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUNIORES-FEM	00:43:55.33
405	1010	MANUEL CORREIA	182	TSUNAMI TEAM	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:43:58.86
406	541	ANTÓNIO MANUEL MENDES	113	MENDES	SENIORES-MASC	00:44:02.01
407	1219	PEDRO MIGUEL MAGALHÃES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:44:02.24
408	1041	ANDRE MELO BANDEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:44:04.57
409	1384	EDUARDO BARBOSA	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	SENIORES-MASC	00:44:06.28
410	1087	FILIPE COIMBRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:44:07.84
411	528	DIAMANTINO COSTA SÁ	108	LISETE OLIVEIRA GAV. ESTETIC	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:44:09.60
412	1321	FRANCISCO BARRADAS	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-MASC	00:44:10.40
413	484	ALVARO MARQUES	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:44:11.70
414	1315	JOAQUIM MARQUES	103	INSANOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:44:14.25
415	1128	JORGE DANIEL SILVA	0	INDIVIDUAL	JUNIORES-MASC	00:44:15.00
416	564	BRUNO FERREIRA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:44:17.65
417	1182	MIGUEL SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:44:24.44
418	113	MANUEL CARLOS CUNHA	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:26.42
419	562	ARMANDO PINTO	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:44:27.62
420	1331	ANSELMO MOREIRA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:44:28.52
421	1415	RUI SILVA	203	SLOW DOWN	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:44:28.92
422	102	ANTONIO CALDAS	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:44:29.27
423	350	MANUEL COSTA	66	DASDIKES	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:44:29.45
424	404	ANDREIA CUNHA	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND F	SENIORES-FEM	00:44:30.51
425	1123	JOAQUIM DIAS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:31.58
426	1403	LUIS TOMÁS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:44:34.69
427	144	JOSÉ MAGALHÃES	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:44:36.40
428	64	ANA PIRES	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	SENIORES-FEM	00:44:37.06
429	1139	JOSE LUIS ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:44:38.06
430	198	SÉRGIO ARAÚJO	29	BRG TEAM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:44:39.64
431	115	ALEXANDRE FERREIRA	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:41.33
432	315	ROLANDO COSTA	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	SENIORES-MASC	00:44:43.08
433	116	CELESTINO SILVA	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:44:43.34
434	1022	VALTER CAPELA	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-MASC	00:44:43.51
435	365	SÉRGIO MIGUEL PEREIRA	71	ERMIDAFITRUNNERS	SENIORES-MASC	00:44:43.92
436	125	PAULO MARQUES	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:44.37
437	258	PEDRO VIEIRA	38	C.I.A. ALPENDORADA	SENIORES-MASC	00:44:45.47
438	742	JORGE MOREIRA	174	STAROLAS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:44:46.19
439	571	FERNANDO PINTO	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:47.96
440	117	JOAQUIM PINHEIRO	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:49.53
441	1333	SÉRGIO ALMEIDA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	SENIORES-MASC	00:44:51.63
442	477	RICARDO CARVALHO	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:44:52.31
443	457	ANA ROCHA	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-FEM	00:44:54.09
444	440	DOMINGOS VIEIRA	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:44:56.45
445	749	JOSE SILVA	176	SUNSET RUNNERS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:44:57.06
446	185	JOSÉ MANUEL OSÓRIO	27	BENTRUNNERS	SENIORES-MASC	00:44:57.49
447	13	RAFAEL TEIXEIRA	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-MASC	00:44:57.81
448	1157	MANUEL ALVES	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:44:58.42
449	132	ANTÓNIO FERREIRA	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:44:59.16
450	1205	PAULO JORGE MESQUITA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:01.54

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
451	134	ARMANDINO COUTO	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:04.45
452	173	MIGUEL SILVA	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:45:05.87
453	471	MARCO SILVA	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:45:07.66
454	192	HELDER FILIPE MARTINS	28	BOMBOS E SOLAS	SENIORES-MASC	00:45:08.51
455	417	HENRIQUE PEREIRA	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:09.41
456	445	QUINTINO BACELO	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:10.79
457	78	DOMINGOS SILVA	10	AFRIKANRUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:11.87
458	341	CARLOS OSÓRIO	65	CYCLONES SANITOP	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:12.22
459	616	FILIPE CUNHA	130	OS 5 À HORA	SENIORES-MASC	00:45:13.00
460	683	BRUNO GONÇALVES	156	RUN FRIENDS	SENIORES-MASC	00:45:13.36
461	1073	DANIEL FILIPE NOGUEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:13.45
462	627	MANUEL ALMEIDA	136	OS SANTA APOLONIA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:13.92
463	483	ALBINO FERNANDES	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:14.06
464	669	JOSÉ SALGADO	153	RODA DOS VENTOS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:14.62
465	1240	RUI SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:15.74
466	1004	ANTONIO NETO	180	TRIFITROFA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:16.75
467	1396	EMANUEL FILIPE FERNAND	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:18.77
468	558	ADÃO DIAS	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:45:19.34
469	644	JORGE SILVA	142	PEVIDEM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:21.36
470	1018	HUGO MIGUEL SANTOS	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-MASC	00:45:21.99
471	629	BRUNO CARVALHO	137	OS TURISTAS	SENIORES-MASC	00:45:22.23
472	1287	VÍTOR FERNANDO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:24.18
473	111	JULIO DIAS	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:24.59
474	19	AUGUSTO PACHECO	4	A.D. LUSTOSA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:45:25.00
475	82	JOEL GUIMARÃES	10	AFRIKANRUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:25.69
476	353	JOSE AMARAL	67	DOMOWEB	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:25.94
477	410	ORLANDO FERREIRA	81	FORMULA RUN	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:27.14
478	1260	JOSE RIBEIRO	22	ATC	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:27.32
479	153	JOAQUIM FERREIRA	19	ASS. CULTURAL VERMOIM	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:29.00
480	1192	NUNO VIEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:30.37
481	399	CONSTANTINO MOREIRA	77	FERREIROLUX	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:45:31.04
482	334	SANDRO OLIVEIRA	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-MASC	00:45:33.39
483	257	MODESTO MONTEIRO	38	C.I.A. ALPENDORADA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:34.61
484	667	JOAQUIM PEREIRA	153	RODA DOS VENTOS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:35.39
485	245	AGOSTINHO COSTA	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:45:37.58
486	313	JOSÉ BARBOSA	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:45:38.48
487	611	SAMUEL BESSA	128	N. KARATE E ATLETISMO RORIZ	SENIORES-MASC	00:45:39.88
488	1395	CARLOS PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:41.11
489	736	SÉRGIO MENDES	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:45:42.08
490	578	JOSÉ ANDRADE	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:45:45.90
491	191	EMILIO FILIPE COSTA	28	BOMBOS E SOLAS	SENIORES-MASC	00:45:46.17
492	1268	CARLA OLIVEIRA	136	OS SANTA APOLONIA	SENIORES-FEM	00:45:46.40
493	441	HENRIQUE PESTANA	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:45:47.01
494	1202	PAULO BRÁS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:45:47.53
495	705	JOSÉ NÊVES	168	SMAS AGUAS PORTO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:47.59
496	553	FERNANDA PINHO	118	MOREIRA RELAX RUNNERS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:45:47.65
497	1115	JOANA AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:45:48.11
498	1140	JOSE MANUEL	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:51.19
499	1437	RICARDO OSÓRIO	185	URBAN SHAPE TEAM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:52.15
500	188	ANTONIO MENDES COSTA	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:45:55.93

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
501	1312	CELSO ARAÚJO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:45:57.11
502	335	BRUNO LEITE	63	CRUISE CAR	JUNIORES-MASC	00:45:58.25
503	1316	ANSELMO SOARES CAMPOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:45:58.91
504	595	WILSON FONSECA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:45:59.39
505	123	MANUEL SILVA	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:46:02.05
506	1215	PEDRO CUNHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:46:04.03
507	744	CANDIDO FRANCO	176	SUNSET RUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:04.62
508	570	ESTELA MARTINS	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-FEM	00:46:05.05
509	692	JOSE ANTONIO DUARTE	163	S.PAIO RUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:05.42
510	147	PAULO RODRIGUES	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	SENIORES-MASC	00:46:06.20
511	1307	PEDRO MARINHO	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:46:06.55
512	148	SÉRGIO FERNANDES	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	SENIORES-MASC	00:46:06.93
513	620	RICARDO ABREU	132	OS CARNEIROS	SENIORES-MASC	00:46:09.18
514	1103	FRANCISCO JOSÉ FREITAS	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:09.22
515	621	TIAGO VILAÇA	132	OS CARNEIROS	SENIORES-MASC	00:46:09.23
516	145	JOSÉ SANTANA	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:46:10.82
517	357	TIAGO DANIEL OLIVEIRA	68	DOURO RUNNERS	SENIORES-MASC	00:46:13.45
518	272	TORCATO MOREIRA	42	CAVE ESPOSENDE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:46:15.15
519	392	SANDRA MENDES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	SENIORES-FEM	00:46:15.00
520	1277	EDUARDO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:16.28
521	230	JOSÉ PESSOA	35	C.A. VILA BOA BISPO	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:46:17.44
522	92	SÉRGIO FERREIRA	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-MASC	00:46:18.15
523	87	RICARDO FERNANDES	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-MASC	00:46:18.34
524	152	FRANCISCO MIGUEL MIRAL	19	ASS. CULTURAL VERMOIM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:25.94
525	155	JOSÉ COSTA	19	ASS. CULTURAL VERMOIM	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:46:26.05
526	187	ANTONIO MARTINS COSTA	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:46:29.57
527	193	JOAO SILVA RIBEIRO	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:46:30.55
528	1185	NUNO MAIA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:46:31.52
529	1145	JULIO COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:32.74
530	468	LILIANA FERREIRA	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-FEM	00:46:33.04
531	1373	RICARDO DIAS	195	3HUNDRED TEAM	SENIORES-MASC	00:46:33.57
532	1411	PEDRO MIGUEL FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:46:34.29
533	1151	LUIS MIGUEL SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:46:35.06
534	423	SERAFIM FONSECA	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:46:35.72
535	330	FRANCISCO BARTOLOMEU	62	CROSSFIT VALE DO AVE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:40.15
536	1024	JOÃO COUTO	186	VESPA RUNNERS	SENIORES-MASC	00:46:40.99
537	366	TELMA DIANA DUARTE	71	ERMIDAFITRUNNERS	SENIORES-FEM	00:46:41.39
538	316	SILVÉRIO SANTOS	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:41.47
539	529	FILIPE CONCEIÇÃO	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	SENIORES-MASC	00:46:43.57
540	197	RICARDO PINTO	29	BRG TEAM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:46:44.98
541	307	EMÍDIO SILVA	55	CLUBE MILLENNIUM BCP	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:46:51.87
542	658	CARLOS CARDOSO	150	RED STREET TEAM	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:46:52.04
543	1401	JOSÉ ANTÓNIO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:46:53.00
544	139	HÉLDER COSTA	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	SENIORES-MASC	00:46:53.46
545	1127	JORGE BELIAGO	0	INDIVIDUAL	JUNIORES-MASC	00:46:54.40
546	1272	ALBERTO CORREIA AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:46:54.74
547	712	ANTÓNIO MENDES	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:46:55.29
548	408	MANUEL ADELINO GOMES	79	FNA PALMEIRA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:46:57.67
549	1001	ANDRÉ SAMPAIO	177	TERRORES DO ASFALTO	SENIORES-MASC	00:46:58.26
550	1014	FRANCISCO NETO	183	TUTILAR CLASS RUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:00.52

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
551	49	RUI MARTINS	5	A.D.C C J CLARK	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:00.87
552	1133	JOSE CARVALHO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:47:01.62
553	437	LEOPOLDO FERNANDES	89	G.D. LEÕES DA GUARDA	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:47:04.42
554	1181	MIGUEL ROSSI	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:10.18
555	156	JOAQUIM FREITAS	20	ASS. SOLID. HUM. MONTE CÓRD	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:47:11.83
556	1302	AMILCAR GONÇALVES	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:12.16
557	1301	JOSÉ MOUTINHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:47:12.24
558	1231	RUI BALBEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:47:14.22
559	30	ANDREIA TEIXEIRA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	00:47:14.44
560	393	JOAQUIM MARQUES	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:47:27.48
561	1097	FIRMINO RODRIGO NOGUE	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:47:27.92
562	131	ANÍBAL COSTA	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:47:29.44
563	1221	PEDRO VILAÇA	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:47:29.91
564	1239	RUI SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:47:37.53
565	314	MANUEL SANTIAGO	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:47:39.32
566	619	JOAQUIM MANUEL VIEIRA	131	OS CACHOS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:47:41.11
567	618	CARLOS MANUEL VIEIRA	131	OS CACHOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:47:41.46
568	262	NUNO SILVA	39	C.I.A. ARGONCILHE	SENIORES-MASC	00:47:43.43
569	1020	PATRÍCIA GRILO	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-FEM	00:47:45.09
570	1262	HERBERTO FERNANDES	28	BOMBOS E SOLAS	SENIORES-MASC	00:47:45.26
571	600	PEDRO ALVES	124	NICE RUNERS	SENIORES-MASC	00:47:45.54
572	368	VITOR ANDRADE	71	ERMIDAFITRUNNERS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:47:46.49
573	1117	JOÃO CRUZ	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:51.03
574	549	RUI JORGE COUTO	115	MOINHOS DAVENTURA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:52.60
575	268	ANTÓNIO FARIA	42	CAVE ESPOSENDE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:47:53.27
576	71	DINIS PIRES	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:47:53.47
577	661	FERNANDO PEDRO AZEVEDO	152	RF RESISTENTES	SENIORES-MASC	00:47:55.78
578	1166	MÁRCIO MACHADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:47:57.03
579	1031	ALBERTO CÉSAR	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:57.15
580	283	RICARDO MEIRELES	46	CF JESUÍTAS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:47:58.05
581	1298	VÍTOR CARNEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:47:59.88
582	1174	MIGUEL COSTA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:48:00.94
583	1125	JOAQUIM VIEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:48:01.68
584	1308	ROSÁRIO FERNANDES	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-FEM	00:48:02.37
585	597	JULIO ANTONIO BRAGA	122	NAST	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:48:03.68
586	358	FÁTIMA SOUSA	69	DRAGÕES VALE VIZELA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:48:04.54
587	180	SÉRGIO DUARTE	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:48:07.55
588	545	AIRES PATRÃO	115	MOINHOS DAVENTURA	SENIORES-MASC	00:48:07.72
589	748	JOÃO DO CARMO	176	SUNSET RUNNERS	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:48:08.12
590	1083	FÁBIO MONTEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:09.16
591	1190	NUNO NETO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:13.21
592	1309	PORFÍRIO LIRIO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:48:14.17
593	249	ELISABETE GONÇALVES	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:48:15.69
594	1271	PAULO AZEVEDO	181	TROFA A CONCELHO	SENIORES-MASC	00:48:16.87
595	8	CELINA SILVA	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-FEM	00:48:17.21
596	1038	ANDRÉ CRUZ	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:19.11
597	1150	LUIS MIGUEL CRUZ	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:19.18
598	1057	ARMINDO JOSE MAIA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:24.11
599	1371	JOSÉ ARAÚJO	159	RUNNING TEAM LANTEMIL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:48:25.78
600	354	LUIS BARREIRO	67	DOMOWEB	SENIORES-MASC	00:48:27.41

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
601	511	ALBERTO SÁ	103	INSANOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:48:27.95
602	36	HELENA PEREIRA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	00:48:28.25
603	1380	FRANCISCO MOREIRA	198	CRIAÇÕES FM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:48:28.89
604	665	DEOLINDA FARIA	153	RODA DOS VENTOS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:48:30.03
605	35	FILIPE PINTO	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-MASC	00:48:32.27
606	1131	JOSÉ AVELINO VIEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:48:33.37
607	171	JÚLIA SOUSA	26	BEFITNESS RUNNERS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:48:33.82
608	1184	NELSON MANUEL GARCIA	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:48:34.20
609	587	PAULO MACHADO	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:48:34.61
610	747	GONÇALO TEIXEIRA	176	SUNSET RUNNERS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:48:35.02
611	1402	JOSE MASCARENHAS	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:48:35.25
612	1044	ANSELMO CAMPOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:36.20
613	1199	PAULA PAIVA	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:48:36.78
614	435	BELMIRO FERREIRA	89	G.D. LEÕES DA GUARDA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:48:38.31
615	1111	HUGO LEONEL LOPES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:40.01
616	1130	JORGE MANUEL RAMOS	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:48:40.05
617	1294	LUÍS COELHO	71	ERMIDAFITRUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:48:40.12
618	1002	NELSON DUARTE	178	THE OUTSIDERS RUNNING TRAIL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:48:40.27
619	1228	RICARDO VALE	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:41.07
620	1218	PEDRO MIGUEL CARNEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:48:42.60
621	324	ADÃO PEREIRA	60	CORREDORES FIM SEMANA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:48:45.99
622	325	PAULO BRANDAO	60	CORREDORES FIM SEMANA	SENIORES-MASC	00:48:46.29
623	724	JOÃO OLIVEIRA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-MASC	00:48:49.80
624	1196	PATRICIA SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:48:51.26
625	337	LUIS SÁ	63	CRUISE CAR	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:48:53.68
626	1352	ANDREIA GASPAR	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	SENIORES-FEM	00:48:56.13
627	206	ALFREDO BARBOSA	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:48:56.14
628	1027	ADELINO PEREIRA	187	VIZELA 2	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:48:56.27
629	1035	ALVARO GONÇALVES FERREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:48:57.63
630	1347	LUÍS ABREU	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:48:58.85
631	377	MAURICIO TORRINHA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:48:59.45
632	409	PEDRO FERNANDES	80	FORÇA TURBO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:01.12
633	1211	PEDRO BRUNO JOSÉ	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:02.00
634	426	CARLOS CANITO	88	G.C.R ALVARELHOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:49:04.03
635	320	ALVARO PINTO	59	CLUBE ZUPPER	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:49:07.14
636	398	CATARINA CORDEIRO COSTA	76	FAMA RUNNERS	SENIORES-FEM	00:49:08.52
637	199	CARLOS HUMBERTO RAMALHO	30	BTT-MATOSINHOS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:49:09.11
638	579	JOSÉ SOUSA	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:49:10.61
639	1258	WELLINGTON ALVES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:13.02
640	1075	DAVID RENATO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:13.34
641	1135	JOSÉ FERNANDES	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:49:14.02
642	723	JOÃO DOELLINGER	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:15.95
643	1243	SÉRGIO COELHO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:49:18.76
644	1146	LÁZARO MANUEL SOUSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:19.19
645	1142	JOSÉ NUNO FARIA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:20.71
646	1374	SARA RIBEIRO	25	BEAT-LOJA DESPORTO FAMILIAR	SENIORES-FEM	00:49:20.99
647	459	AUGUSTO TAVARES	96	GINÁSIO ALIVE	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:49:24.32
648	322	MARIA CARNEIRO	59	CLUBE ZUPPER	SENIORES-FEM	00:49:26.93
649	1141	JOSÉ MIGUEL MATOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:29.42
650	168	DIOGO COSTA	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:49:29.73

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
651	1043	ANGELA ABREU	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:49:30.21
652	1163	MARCELINO CUNHA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:30.30
653	1153	LUIS SERRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:49:33.67
654	1406	MANUEL LUIS CARVALHO	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:49:33.87
655	127	PEDRO CARVALHO	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:34.31
656	1299	ISAQUE JOSÉ SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:34.37
657	1290	NUNO MORAIS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:35.12
658	109	HÉLDER MANUEL FERREIR	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:35.90
659	1235	RUI MANUEL AZVEDO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:37.05
660	647	VÍTOR MOREIRA	143	PICOTO RUNNERS	SENIORES-MASC	00:49:39.80
661	487	IOLANDA MALHEIRO	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	SENIORES-FEM	00:49:40.91
662	100	ADRIANO MONTEIRO	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:49:42.77
663	105	ANTÓNIO PINTO CALDAS	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:49:42.82
664	400	MANUEL BRITO	77	FERREIROLUX	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:49:44.74
665	310	JORGE SANTOS	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:49:46.32
666	617	RICARDO OLIVEIRA	130	OS 5 À HORA	SENIORES-MASC	00:49:47.69
667	1245	SÉRGIO NOGUEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:48.22
668	1063	CARLOS JORGE OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:49:48.83
669	1023	ALEX MARQUES	186	VESPA RUNNERS	SENIORES-MASC	00:49:53.12
670	1013	JOÃO LOPES	13	AMIGOS PARQUE CIDADE DESPO	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:49:55.47
671	1375	RAQUEL NEIVA	196	C.D.LOUSADO/2R RUNNING TEA	SENIORES-FEM	00:49:56.16
672	1160	MANUEL EMIDIO	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:50:01.62
673	699	SALOMÉ LEITÃO	165	SEMPRE EM FORMA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:50:01.82
674	1180	MIGUEL RORIZ	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:50:05.53
675	1289	JÚLIO SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:50:07.19
676	632	BRUNO ALEXANDRE MARI	138	OTZ BIKE- BTT CILOTURISMO	SENIORES-MASC	00:50:08.61
677	302	MANUEL COSTA	54	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:50:09.82
678	303	PAULO ANDRADE	54	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:50:10.13
679	1188	NUNO MIGUEL PACHECO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:50:13.61
680	608	CRISTIANA FERREIRA	128	N. KARATE E ATLETISMO RORIZ	SENIORES-FEM	00:50:14.75
681	412	ALEXANDRE RIBEIRO	83	FREE TIBET	SENIORES-MASC	00:50:16.10
682	1162	MANUEL SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:50:16.76
683	1410	PAULO SANTOALHA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:50:19.07
684	1028	PAULO LOPES	187	VIZELA 2	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:50:21.50
685	465	FERNANDO SANTANA	96	GINÁSIO ALIVE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:50:22.28
686	184	VERA MALHEIRO	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-FEM	00:50:23.15
687	169	ELIANA TORRES	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-FEM	00:50:23.69
688	478	RICARDO MONTEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:50:24.75
689	510	ALBINO OLIVEIRA	102	GTT-ARMAZÉM DO CAFÉ	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:50:25.75
690	1392	ANA RAQUEL LÍRIO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:50:27.45
691	721	ISABEL FREITAS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:50:29.41
692	1025	PAULO DIAS	186	VESPA RUNNERS	SENIORES-MASC	00:50:31.90
693	631	RICARDO OLIVEIRA	137	OS TURISTAS	SENIORES-MASC	00:50:39.61
694	33	FERNANDA OLIVEIRA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	00:50:41.29
695	355	NELSON FERREIRA	67	DOMOWEB	SENIORES-MASC	00:50:43.77
696	1085	FERNANDO JESUS CATARIN	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:50:45.19
697	1427	CÁTIA SOUSA	208	ACR CONDE	JUNIORES-FEM	00:50:46.97
698	1426	MANUEL MATOS	208	ACR CONDE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:50:47.06
699	1168	MARCO LOPES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:50:48.51
700	531	PATRICIA ROCHA	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	SENIORES-FEM	00:50:49.87

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
701	615	ARMANDO NEVES	130	OS 5 À HORA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:50:53.00
702	1238	RUI MIGUEL FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:50:55.70
703	333	LEONEL FILIPE SILVA	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-MASC	00:50:55.70
704	149	ANTÓNIO FERREIRA	19	ASS. CULTURAL VERMOIM	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:51:09.20
705	1359	FRANCISCO MELO	22	ATC	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:51:09.35
706	1203	PAULO FONSECA	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:51:13.47
707	97	SOFIA GONÇALVES	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-FEM	00:51:14.76
708	1046	ANTÓNIO BARROSO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:51:14.98
709	32	ELISABETE BARBOSA	5	A.D.C C J CLARK	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:51:15.81
710	1248	TIAGO MACHADO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:51:17.00
711	1154	LUIZ ANTONIO MACHADO	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:51:17.26
712	1273	ANA CRUZ	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:51:17.99
713	614	ALBERTO ALVES	130	OS 5 À HORA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:51:21.97
714	1187	NUNO MIGUEL ANDRADE	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:51:31.46
715	1048	ANTÓNIO FERNANDO CARM	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:51:33.56
716	1161	MANUEL MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:51:33.66
717	1169	MARCO PAULO ALVES	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:51:34.73
718	1198	PAULA CARVALHO	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:51:38.75
719	1148	LISETA PINTO	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:51:38.85
720	99	MANUEL CARVALHO	13	AMIGOS PARQUE CIDADE DESPO	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:51:38.99
721	1066	CASIMIRO ABREU	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:51:40.21
722	1318	RICARDO AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:51:41.51
723	189	CARLOS MANUEL CUNHA	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:51:44.91
724	1132	JOSÉ AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:51:46.22
725	277	CRISTINA MIRANDA	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-FEM	00:51:49.99
726	698	ROGÉRIO VARA	165	SEMPRE EM FORMA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:51:50.15
727	707	PATRÍCIA SOARES	169	SOARES	SENIORES-FEM	00:51:50.48
728	11	JOANA BARBOSA	2	A D ESMERIZ RUNNING	SENIORES-FEM	00:51:55.85
729	1399	JOAO BERNARDO BARROS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:51:57.89
730	29	ANA PINTO	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	00:52:00.47
731	1204	PAULO FRANCISCO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:52:01.14
732	716	CRISTINA CUNHA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:52:02.54
733	592	SÉRGIO SOUSA	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-MASC	00:52:03.11
734	55	ANTÓNIO FERREIRA SILVA	7	A.R. REBORDÕES	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:52:03.61
735	575	ISA BRANDÃO	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-FEM	00:52:03.62
736	300	JORGE ROCHA	54	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:52:07.51
737	486	EDUARDO MALHEIRO	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:52:13.99
738	1016	ADRIANA MIRRA	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-FEM	00:52:15.01
739	591	SANDRA AMORIM	121	NASCIDOS PARA CORRER	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:52:16.70
740	124	MARIA ELISA CRUZ	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:52:17.57
741	1275	CLAUDIA MARQUES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:52:20.17
742	711	ANA FREITAS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-FEM	00:52:25.18
743	1172	MÁRIO JOSÉ OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:52:26.78
744	695	AMÉLIA TAIPA	165	SEMPRE EM FORMA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:52:29.01
745	670	PAULA RODRIGUES	153	RODA DOS VENTOS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:52:33.98
746	282	RICARDO CARNEIRO	46	CF JESUÍTAS	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:52:37.39
747	1165	MÁRCIO CASTRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:52:39.46
748	1051	ANTÓNIO JOSÉ VILELA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:52:40.64
749	1189	NUNO MORAIS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:52:41.51
750	161	MIGUEL NOVAIS	24	BARCELOS TEAM PORTUGAL	SENIORES-MASC	00:52:41.60

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
751	179	SANDRA SILVA	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-FEM	00:52:42.70
752	1358	PAULO SALDANHA	22	ATC	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:52:43.80
753	1170	MARIA CÉU COELHO	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:52:48.81
754	1280	JOSÉ CARLOS ANDRADE	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:52:54.61
755	1357	LUÍS SANTOS	22	ATC	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:52:55.50
756	1412	VASCO SANTOS	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:53:02.75
757	730	MARISA NOVAIS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-FEM	00:53:07.69
758	57	ANTONIO COUTINHO	8	A.R. NEGRELOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:53:08.30
759	687	RUI MIGUEL TEIXEIRA	159	RUNNING TEAM LANTEMIL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:53:09.60
760	622	HENRIQUE VICÊNCIO	133	OS FELIZES	SENIORES-MASC	00:53:18.19
761	1300	DAVID MACEDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:53:18.63
762	533	RICARDO FILIPE FERNANDI	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	SENIORES-MASC	00:53:19.87
763	455	PAULO ALMEIDA	93	GARTS	SENIORES-MASC	00:53:21.61
764	738	MARCO FERREIRA	171	SOUTO TEAM	SENIORES-MASC	00:53:27.21
765	1144	JOSÉ RIBEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:53:27.43
766	1155	LURDES FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:53:27.76
767	1095	FILIPE JOSÉ PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:53:30.18
768	157	ADELAIDE ALMEIDA	23	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:53:32.20
769	1344	ANA GUEDES	52	C.A. AVINTES	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:53:35.34
770	1348	TÂNIA TELES	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	SENIORES-FEM	00:53:38.83
771	194	MANUEL CARVALHO PERE	28	BOMBOS E SOLAS	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	00:53:44.74
772	576	JOANA VAZ	121	NASCIDOS PARA CORRER	SENIORES-FEM	00:53:45.44
773	1379	FRANCISCA PINHEIRO	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-FEM	00:53:53.11
774	1297	ALCIDES GUIMARÃES	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-MASC	00:53:53.58
775	415	TIAGO MIGUEL	86	FRUTICE TEAM	SENIORES-MASC	00:53:55.08
776	1114	IVAN COELHO ANDRADE	0	INDIVIDUAL	JUNIORES-MASC	00:53:55.71
777	452	RAQUEL SILVA	92	GAME OF RUNS	SENIORES-FEM	00:54:07.74
778	1060	BRUNO MIGUEL DIAS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:09.18
779	1120	JOÃO PAULO SILVA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:09.45
780	1324	NELSON PINTO	122	NAST	SENIORES-MASC	00:54:11.41
781	1325	RUI GONÇALVES	122	NAST	JUNIORES-MASC	00:54:11.48
782	1225	RENATO CARNEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:17.80
783	493	LUÍS AREAL	98	GRAPE & WINE	SENIORES-MASC	00:54:18.75
784	1397	EURICO MARTINS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:19.73
785	609	ERNESTO BRANDÃO	128	N. KARATE E ATLETISMO RORIZ	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:54:19.79
786	394	VITOR MANUEL MARTINS	73	ESCOLA D. DINIS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:54:24.18
787	396	RICARDO FILIPE GONÇALV	75	FAFETEAM	SENIORES-MASC	00:54:28.73
788	397	SOFIA CRISTIANA VIEIRA	75	FAFETEAM	SENIORES-FEM	00:54:28.83
789	532	PAULA CHAVES	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:54:29.35
790	1107	GENTIL MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:54:30.90
791	681	HELDER FILIPE AZEVEDO	155	RUN DIVISION	SENIORES-MASC	00:54:35.04
792	1293	PAULA SILVA	71	ERMIDAFITRUNNERS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:54:37.99
793	1278	IRENE ESTEFÂNIA MIRAND	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:54:42.73
794	1288	PEDRO SERRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:42.95
795	1267	ISABEL ALVES	120	MOV. JUVENTUDE MERELIM	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:54:44.42
796	1058	ARTUR OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:54:52.17
797	1109	GUSTAVO AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:52.22
798	1071	CLAUDIO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:54:52.38
799	641	JORGE FERREIRA	141	PARI PASSU	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:55:07.17
800	643	LUÍS MARQUES	141	PARI PASSU	SENIORES-MASC	00:55:07.18

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
801	1296	PAULO MACEDO	141	PARI PASSU	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:55:07.29
802	1106	GABRIEL SILVA CERTO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:55:20.86
803	1242	SERGIO ANDRADE	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:55:21.01
804	1414	ANA CARVALHO	157	RUN4FUNTEAM	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:55:22.91
805	1274	ANGELINA JESUS SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:55:25.63
806	420	MARGARIDA FONSECA	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	SENIORES-FEM	00:55:33.08
807	1381	PEDRO MACHADO	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-MASC	00:55:34.88
808	1070	CHRISTOPHER GUIMARAENS	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:55:35.09
809	1382	SELMA MACHADO	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-FEM	00:55:35.67
810	1068	CÉSAR MANUEL QUINTAS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:55:36.89
811	416	ANTONIO CARVALHO	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:55:38.29
812	1147	LILIANA ANDRADE BARRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:55:44.68
813	697	RICARDO MARTINS	165	SEMPRE EM FORMA	SENIORES-MASC	00:55:48.51
814	696	CARLA MACHADO	165	SEMPRE EM FORMA	SENIORES-FEM	00:55:48.59
815	1017	ANA RITA FERREIRA	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-FEM	00:55:51.36
816	166	CLARA AZEVEDO	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-FEM	00:55:54.65
817	520	CARLOS CUNHA	106	KILOSMODA	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:55:54.87
818	178	RUI VIANA	26	BEFITNESS RUNNERS	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:55:55.33
819	467	JOÃO CARVALHO	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:56:00.78
820	481	TIAGO MAIATOS	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:56:01.34
821	1067	CATARINA CONDE	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:56:02.73
822	292	JOSÉ CLEMENTE	49	CLEMENTE	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:56:05.34
823	362	LILIANA ALVES	71	ERMIDAFITRUNNERS	SENIORES-FEM	00:56:09.02
824	364	PAULA SILVA	71	ERMIDAFITRUNNERS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:09.14
825	278	HELENA SOUSA TAVARES	46	CF JESUÍTAS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:10.39
826	514	JOSÉ GRAÇA	103	INSANOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:56:11.53
827	1265	JOÃO MARQUES	103	INSANOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:56:11.83
828	1177	MIGUEL MARQUES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:56:15.22
829	326	CÉSAR GOMES	61	CROSSFIT FAMALICÃO	SENIORES-MASC	00:56:15.96
830	286	SOFIA FERREIRA	46	CF JESUÍTAS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:17.66
831	289	TERESA CUNHA	46	CF JESUÍTAS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:17.74
832	718	ELISABETE COSTA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:20.04
833	474	NELSON CARNEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:56:25.74
834	462	FERNANDO CARNEIRO	96	GINÁSIO ALIVE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	00:56:26.18
835	438	ALBINA VIEIRA	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:32.10
836	746	FERNANDA SOUSA	176	SUNSET RUNNERS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:32.57
837	1229	ROSA DIAS	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:56:43.76
838	1074	DANIEL RICARDO FERREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:56:45.17
839	39	MARIA ANJOS NUNES	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	00:56:46.81
840	1042	ANDRE MIGUEL FONSECA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:56:50.65
841	1237	RUI MIGUEL FERNANDES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:56:52.15
842	678	RAQUEL PINHEIRO GAMA	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	00:56:52.89
843	680	VERA LUCIA DIAS	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	00:56:52.93
844	1210	PEDRO AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	00:56:56.11
845	1037	ANA CARVALHO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:56:56.20
846	734	SANDRINE FREITAS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-FEM	00:57:01.07
847	512	FERNANDO MARINHO	103	INSANOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:57:05.58
848	513	JOSÉ CARNEIRO	103	INSANOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:57:06.33
849	1091	FILIPE FERNANDES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:57:14.83
850	94	VERA RIBEIRO	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-FEM	00:57:16.25

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

GERAL PROVA 10.000 MTS					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
851	86	PATRÍCIA MACHADO	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-FEM	00:57:16.32
852	1404	MAFALDA COSTA PEREIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:57:19.81
853	1394	ANTÓNIO MANUEL OLIVEIRA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:57:20.06
854	1372	GEORGINA SILVA	195	3HUNDRED TEAM	SENIORES-FEM	00:57:27.68
855	269	JORGE LOUREIRO	42	CAVE ESPOSENDE	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:58:05.11
856	1266	ÂNGELA ARAUJO	120	MOV. JUVENTUDE MERELIM	SENIORES-FEM	00:58:06.83
857	1096	FILIPE RODRIGUES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:58:29.74
858	1110	HELDER CARNEIRO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:58:31.85
859	1171	MARIA CÉU MARTINS	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:58:33.80
860	1224	RENATA MARCELA ALMEIDA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	00:58:35.99
861	679	SONIA PATRICIA MELO	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	00:58:39.44
862	461	DUARTE MEIRELES	96	GINÁSIO ALIVE	SENIORES-MASC	00:58:43.99
863	1200	PAULA TEIXEIRA	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:58:45.49
864	1244	SÉRGIO DANIEL BOALHOSA	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:58:54.44
865	1049	ANTÓNIO FIGUEIREDO LIM	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:59:09.51
866	1220	PEDRO NETO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	00:59:14.69
867	205	ALBERTO MELO	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:59:28.10
868	28	ALBERTINA PINTO	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	00:59:37.60
869	174	PAULO ARAÚJO	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:59:46.49
870	1138	JOSÉ ILIDIO PEREIRA	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	00:59:46.79
871	167	CLAÚDIA SILVA	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-FEM	00:59:47.13
872	1158	MANUEL AUGUSTO LIMA	0	INDIVIDUAL	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:59:47.20
873	176	PEDRO TEDIM	26	BEFITNESS RUNNERS	SENIORES-MASC	00:59:48.66
874	671	ANA PATRICIA BARRETO	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	00:59:49.69
875	1005	ANTÓNIO GONÇALVES	181	TROFA A CONCELHO	SENIORES-MASC	00:59:50.18
876	129	ANTONIO MONIZ	17	ANTONIO MONIZ	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	00:59:53.52
877	332	LARA FILIPA LEAL	62	CROSSFIT VALE DO AVE	SENIORES-FEM	00:59:54.22
878	1320	SANDRA SILVA	157	RUN4FUNTEAM	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:59:54.57
879	367	VANESSA MARTINS	71	ERMIDAFITRUNNERS	SENIORES-FEM	00:59:56.79
880	363	MARTA PENICHE SANTOS	71	ERMIDAFITRUNNERS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	00:59:59.43
881	6	HERMÍNIA MARIA	1	" OS PRESSINHAS "	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:00:07.53
882	1314	ABNA FERREIRA	46	CF JESUÍTAS	JUNIORES-FEM	01:00:13.37
883	516	GABRIELA PELICANO	105	JORGE E GABRIELA	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:00:15.20
884	701	DUARTE RIBEIRO	166	SEU FOSSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	01:00:15.33
885	702	LILIANA SALGADO	166	SEU FOSSE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:00:15.40
886	517	JORGE HUMBERTO COSTA	105	JORGE E GABRIELA	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	01:00:16.79
887	158	AURÉLIO COSTA	23	ATLETICO C. ALFENENSE	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	01:00:17.23
888	453	TIAGO VARELA	92	GAME OF RUNS	SENIORES-MASC	01:00:20.07
889	1398	JOANA GRANIÇO	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	01:00:20.23
890	682	HUMBERTO NUNO AZEVEDO	155	RUN DIVISION	SENIORES-MASC	01:00:31.26
891	204	ULISSES MANUEL LOPES	31	C F VILACONDENSE	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	01:00:42.47
892	84	MIGUELA MONTEIRO	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-FEM	01:00:45.43
893	1164	MÁRCIA VASCONCELOS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	01:01:10.55
894	1234	RUI GOMES	0	INDIVIDUAL	SENIORES-MASC	01:01:10.92
895	454	VÂNIA SIMÕES	92	GAME OF RUNS	SENIORES-FEM	01:01:15.04
896	1030	ALBERTO BARROS	0	INDIVIDUAL	VET.M45-MASC(45-49 ANOS)	01:01:17.23
897	542	NATERCIA SILVA	114	MICAS	SENIORES-FEM	01:01:29.25
898	90	SANDRA FREITAS	10	AFRIKANRUNNERS	SENIORES-FEM	01:02:00.29
899	714	CATARINA FREITAS	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:02:12.68
900	727	LILIAN CURVO	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-FEM	01:02:12.68

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

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

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
901	717	DANIELA MIRANDA	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	SENIORES-FEM	01:02:12.78
902	557	PAULA COSTA	120	MOV. JUVENTUDE MERELIM	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:02:23.59
903	556	GUILHERME MARTINS	120	MOV. JUVENTUDE MERELIM	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	01:02:23.65
904	1077	DELIA AFONSO	0	INDIVIDUAL	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:03:09.49
905	676	MARTA SOFIA DUARTE	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	01:03:25.82
906	37	JOSÉ ALVES	5	A.D.C C J CLARK	VET.M40-MASC(40-44 ANOS)	01:03:50.87
907	40	MARTA SOUSA	5	A.D.C C J CLARK	SENIORES-FEM	01:03:50.98
908	275	CÉLIA FONTE	46	CF JESUÍTAS	VET.F40-FEM(+ 40 ANOS)	01:03:51.55
909	652	BÁRBARA GOMES	145	POWERBOOST	SENIORES-FEM	01:04:02.05
910	1212	PEDRO CACHORREIRO	0	INDIVIDUAL	VET.M55-MASC(55-59 ANOS)	01:04:16.03
911	684	NAIR LIMA	157	RUN4FUNTEAM	SENIORES-FEM	01:04:45.00
912	1241	SARA MARTINS	0	INDIVIDUAL	SENIORES-FEM	01:04:57.16
913	414	HELENA PEREIRA	85	FRIENDS	SENIORES-FEM	01:05:17.84
914	1021	RUI MIRRA	185	URBAN SHAPE TEAM	SENIORES-MASC	01:05:18.41
915	456	JOÃO PINTO	95	GDCT INCM	SENIORES-MASC	01:05:25.45
916	263	DIANA ALEXANDRA CARNI	40	CARNEIRO MAIA	SENIORES-FEM	01:05:36.64
917	264	LINO MANUEL MAIA	40	CARNEIRO MAIA	SENIORES-MASC	01:05:36.72
918	288	SUSANA BERNARDO FERNA	46	CF JESUÍTAS	SENIORES-FEM	01:05:49.38
919	675	CLAUDIA SOFIA MARTINS	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	01:05:56.44
920	674	CIDALIA CARINA MARQUES	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPO	SENIORES-FEM	01:05:56.59
921	256	MANUEL BARBOSA	38	C.I.A. ALPENDORADA	VET.M60-MASC(+60 ANOS)	01:06:22.62
922	544	SUSANA LOBO	114	MICAS	SENIORES-FEM	01:06:30.19
923	1054	ANTÓNIO MANUEL SILVA	0	INDIVIDUAL	VET.M50-MASC(50-54 ANOS)	01:07:54.18

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

GERAL 10 KM	COLECTIVA
-------------	-----------

Class	Nº Equipa	Equipa	Pontuação
1ª Equipa	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	(3 + 15 + 16) = 34
2ª Equipa	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	(2 + 11 + 31) = 44
3ª Equipa	101	G.D.R. RETORTA	(26 + 29 + 32) = 87
4ª Equipa	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	(20 + 21 + 49) = 90
5ª Equipa	32	C P T BAIRRO CARCAVELOS	(22 + 46 + 54) = 122
6ª Equipa	184	U.D. VÁRZEA	(13 + 45 + 99) = 157
7ª Equipa	69	DRAGÕES VALE VIZELA	(17 + 30 + 120) = 167
8ª Equipa	170	SOC. RECREIO CEPANENSE	(38 + 44 + 86) = 168
9ª Equipa	78	FIGUEIREDO'S RUNNER'S AND FRIENDS	(7 + 76 + 96) = 179
10ª Equipa	4	A.D. LUSTOSA	(18 + 84 + 87) = 189
11ª Equipa	65	CYCLONES SANITOP	(24 + 75 + 109) = 208
12ª Equipa	33	C.A. GAIENSES/TOYOTA	(59 + 71 + 79) = 209
13ª Equipa	9	ACADEMIA FERNANDA RIBEIRO	(37 + 72 + 104) = 213
14ª Equipa	200	GINÁSIO DA TROFA	(14 + 80 + 148) = 242
15ª Equipa	5	A.D.C C J CLARK	(66 + 106 + 115) = 287
16ª Equipa	121	NASCIDOS PARA CORRER	(50 + 121 + 122) = 293
17ª Equipa	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	(56 + 111 + 130) = 297
18ª Equipa	36	C.D. PÓVOA	(9 + 78 + 232) = 319
19ª Equipa	91	G.R.E. BONFIM	(27 + 67 + 228) = 322
20ª Equipa	96	GINÁSIO ALIVE	(10 + 118 + 204) = 332
21ª Equipa	18	ARPO - ASS. REC. POUSADENSE	(12 + 110 + 213) = 335
22ª Equipa	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	(68 + 98 + 187) = 353
23ª Equipa	88	G.C.R ALVARELHOS	(83 + 95 + 194) = 372
24ª Equipa	56	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	(64 + 73 + 237) = 374
25ª Equipa	139	PAPAKM	(108 + 131 + 137) = 376
26ª Equipa	46	CF JESUÍTAS	(146 + 162 + 181) = 489
27ª Equipa	16	AMIGOS DO PONTO FINAL	(141 + 149 + 214) = 504
28ª Equipa	8	A.R. NEGRELOS	(94 + 163 + 248) = 505
29ª Equipa	26	BEFITNESS RUNNERS	(128 + 161 + 223) = 512
30ª Equipa	182	TSUNAMI TEAM	(90 + 216 + 218) = 524
31ª Equipa	90	G.D.R JUVENTUDE RIBEIRAS	(43 + 52 + 444) = 539
32ª Equipa	2	A D ESMERIZ RUNNING	(150 + 199 + 201) = 550
33ª Equipa	10	AFRIKANRUNNERS	(153 + 170 + 242) = 565
34ª Equipa	35	C.A. VILA BOA BISPO	(139 + 186 + 241) = 566
35ª Equipa	14	AMIGOS DO PARQUE VIZELA	(151 + 195 + 348) = 694
36ª Equipa	106	KILOSMODA	(217 + 224 + 263) = 704
37ª Equipa	25	BEAT-LOJA DESPORTO FAMALICÃO	(234 + 235 + 236) = 705
38ª Equipa	62	CROSSFIT VALE DO AVE	(164 + 185 + 379) = 728
39ª Equipa	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	(191 + 268 + 288) = 747
40ª Equipa	97	GINASIO C. SANTO TIRSO	(188 + 264 + 296) = 748
41ª Equipa	89	G.D. LEÕES DA GUARDA	(144 + 172 + 553) = 869
42ª Equipa	38	C.I.A. ALPENDORADA	(58 + 437 + 483) = 978
43ª Equipa	136	OS SANTA APOLONIA	(198 + 343 + 462) = 1003
44ª Equipa	28	BOMBOS E SOLAS	(251 + 392 + 394) = 1037
45ª Equipa	39	C.I.A. ARGONCILHE	(117 + 388 + 568) = 1073
46ª Equipa	52	C.A. AVINTES	(276 + 402 + 403) = 1081

47ª Equipa	31	C F VILACONDENSE	(89 + 174 + 892) = 1155
48ª Equipa	185	URBAN SHAPE TEAM	(278 + 434 + 470) = 1182
49ª Equipa	42	CAVE ESPOSENDE	(329 + 344 + 518) = 1191
50ª Equipa	208	ACR CONDE	(197 + 307 + 698) = 1202
51ª Equipa	153	RODA DOS VENTOS	(318 + 464 + 484) = 1266
52ª Equipa	59	CLUBE ZUPPER	(39 + 635 + 649) = 1323
53ª Equipa	19	ASS. CULTURAL VERMOIM	(371 + 479 + 524) = 1374
54ª Equipa	115	MOINHOS DAVENTURA	(249 + 574 + 588) = 1411
55ª Equipa	13	AMIGOS PARQUE CIDADE DESPORTI	(25 + 671 + 721) = 1417
56ª Equipa	186	VESPA RUNNERS	(316 + 536 + 670) = 1522
57ª Equipa	122	NAST	(157 + 585 + 781) = 1523
58ª Equipa	128	N. KARATE E ATLETISMO RORIZ	(366 + 487 + 681) = 1534
59ª Equipa	176	SUNSET RUNNERS	(445 + 507 + 589) = 1541
60ª Equipa	71	ERMIDAFITRUNNERS	(435 + 537 + 572) = 1544
61ª Equipa	54	CLUBE PESSOAL EDP - PORTO	(378 + 678 + 679) = 1735
62ª Equipa	67	DOMOWEB	(476 + 600 + 696) = 1772
63ª Equipa	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	(455 + 534 + 807) = 1796
64ª Equipa	130	OS 5 À HORA	(459 + 667 + 702) = 1828
65ª Equipa	103	INSANOS	(414 + 601 + 827) = 1842
66ª Equipa	181	TROFA A CONCELHO	(384 + 594 + 876) = 1854
67ª Equipa	157	RUN4FUNTEAM	(252 + 805 + 879) = 1936
68ª Equipa	22	ATC	(478 + 706 + 753) = 1937
69ª Equipa	23	ATLETICO C. ALFENENSE	(331 + 769 + 888) = 1988
70ª Equipa	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	(539 + 701 + 763) = 2003
71ª Equipa	165	SEMPRE EM FORMA	(674 + 727 + 745) = 2146
72ª Equipa	141	PARI PASSU	(800 + 801 + 802) = 2403
73ª Equipa	154	ROOF TOP RUNNING TEAM SPORTZO	(843 + 844 + 862) = 2549
74ª Equipa	120	MOV. JUVENTUDE MERELIM	(796 + 857 + 903) = 2556
75ª Equipa	92	GAME OF RUNS	(778 + 889 + 896) = 2563

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST****JUVENIS-FEM****INDIVIDUAL**

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2219	FRANCISCA BORGES	112	MAIA A C CRIOBABY	JUVENIS-FEM	0:11:13.84
2	2326	CATARINA PAIVA	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-FEM	0:11:21.09
3	2325	ANABELA PAIVA	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-FEM	0:11:34.04
4	2106	ANA VIEIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-FEM	0:11:42.85
5	2222	MARIA CARVALHO	112	MAIA A C CRIOBABY	JUVENIS-FEM	0:11:48.05
6	2397	EDUARDA SAAVEDRA	160	S.C. SALGUEIROS	JUVENIS-FEM	0:12:02.99
7	2223	MARIANA CASTANHEIRA	112	MAIA A C CRIOBABY	JUVENIS-FEM	0:12:13.38
8	2010	ANA NUNES	4	A.D. LUSTOSA	JUVENIS-FEM	0:12:16.50
9	2227	PATRÍCIA CARNEIRO	112	MAIA A C CRIOBABY	JUVENIS-FEM	0:12:42.54
10	2189	SARA OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUVENIS-FEM	0:12:46.72
11	2215	ANA GONÇALVES	112	MAIA A C CRIOBABY	JUVENIS-FEM	0:12:49.45
12	2407	DIANA PEREIRA	91	G.R.E. BONFIM	JUVENIS-FEM	0:12:56.30
13	2416	ANA RIBEIRO	208	ACR CONDE	JUVENIS-FEM	0:13:01.65
14	2298	TATIANA FERREIRA	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	JUVENIS-FEM	0:13:07.59
15	2162	ANA RIBEIRO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUVENIS-FEM	0:13:09.77
16	2306	JULIANA MENDES	193	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVELE	JUVENIS-FEM	0:13:28.03
17	2116	ISABEL PESTANA	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-FEM	0:13:32.42
18	2145	DANIELA PONTES	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	JUVENIS-FEM	0:13:36.76
19	2111	DIANA RIBEIRO	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-FEM	0:13:38.77
20	2216	CATARINA RICARDO	112	MAIA A C CRIOBABY	JUVENIS-FEM	0:13:56.60
21	2183	MARGARIDA MARQUES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUVENIS-FEM	0:14:16.82
22	2124	VERONICA DIAS	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-FEM	0:14:44.03
23	2417	TÂNIA RIBEIRO	208	ACR CONDE	JUVENIS-FEM	0:15:04.31
24	2273	INÊS MARTINS	0	INDIVIDUAL	JUVENIS-FEM	0:16:44.79

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

JUVENIS-MASC					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2333	GABRIEL RIBEIRO	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-MASC	0:09:17.62
2	2122	RUBEN SOUSA	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-MASC	0:09:17.94
3	2330	FILIPE MAGALHÃES	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-MASC	0:09:24.71
4	2332	MARCELO DIAS	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-MASC	0:09:29.48
5	2186	MIGUEL TORRES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUVENIS-MASC	0:09:40.51
6	2382	SIMÃO BASTOS	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	JUVENIS-MASC	0:09:44.69
7	2006	MIGUEL PEREIRA	3	A.C.J. MÓZINHO	JUVENIS-MASC	0:09:52.22
8	2100	SANDRO GONÇALVES	36	C.D. PÓVOA	JUVENIS-MASC	0:09:55.98
9	2121	PEDRO MOREIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-MASC	0:09:57.18
10	2331	PEDRO GAUDÊNCIO	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-MASC	0:09:58.91
11	2008	SÉRGIO FERREIRA	3	A.C.J. MÓZINHO	JUVENIS-MASC	0:10:15.18
12	2120	MIGUEL MONTEIRO	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-MASC	0:10:22.82
13	2087	DAVID LOPES	36	C.D. PÓVOA	JUVENIS-MASC	0:10:41.92
14	2002	ARMANDO MOREIRA	3	A.C.J. MÓZINHO	JUVENIS-MASC	0:10:44.34
15	2209	MARCELO SILVA	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	JUVENIS-MASC	0:11:06.98
16	2112	FRANCISCO CUNHA	41	CASA BENFICA PAREDES	JUVENIS-MASC	0:11:13.45
17	2041	DINIS ANDRADE	21	ASS. LINCE TRIATHLON	JUVENIS-MASC	0:11:18.30
18	2017	JOÃO SILVA	4	A.D. LUSTOSA	JUVENIS-MASC	0:11:28.60
19	2269	LUÍS CARLOS CARVALHO	0	INDIVIDUAL	JUVENIS-MASC	0:11:39.51
20	2172	DIOGO FARIA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUVENIS-MASC	0:11:48.60
21	2169	CARLOS FERNANDES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	JUVENIS-MASC	0:11:54.05
22	2350	JOAQUIM LEITE	184	U.D. VÁRZEA	JUVENIS-MASC	0:11:57.00
23	2095	LUÍS CARREIRA	36	C.D. PÓVOA	JUVENIS-MASC	0:12:31.27
24	2234	MARCO LEBRES	121	NASCIDOS PARA CORRER	JUVENIS-MASC	0:12:34.95
25	2394	NUNO MONTEIRO	0	INDIVIDUAL	JUVENIS-MASC	0:13:15.14

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

INICIADOS-FEM	INDIVIDUAL
---------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2334	MARTA SILVA	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-FEM	0:08:54.43
2	2220	LIA LEMOS	112	MAIA A C CRIOBABY	INICIADOS-FEM	0:08:59.18
3	2139	ALICE OLIVEIRA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	INICIADOS-FEM	0:09:09.39
4	2297	ÉRICA REIS	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	INICIADOS-FEM	0:09:23.27
5	2335	TATIANA COSTA	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-FEM	0:09:34.10
6	2129	BRUNA MONTEIRO	69	DRAGÕES VALE VIZELA	INICIADOS-FEM	0:09:52.82
7	2115	INÊS SANTOS	41	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS-FEM	0:10:00.32
8	2184	MARIA JOÃO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INICIADOS-FEM	0:10:04.59
9	2156	SANDRA SÁ	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	INICIADOS-FEM	0:10:07.24
10	2320	ANA SOFIA ALMEIDA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS-FEM	0:10:16.51
11	2166	BRUNA ORTIGA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INICIADOS-FEM	0:10:28.54
12	2178	LARA OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INICIADOS-FEM	0:10:59.47
13	2020	LEANDRA NETO	4	A.D. LUSTOSA	INICIADOS-FEM	0:11:00.77
14	2336	JOANA MIDÃO	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-FEM	0:11:01.00
15	2136	MARTA FERREIRA	69	DRAGÕES VALE VIZELA	INICIADOS-FEM	0:11:11.70
16	2180	MARCIA OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INICIADOS-FEM	0:11:12.62
17	2321	CATARINA FERREIRA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS-FEM	0:11:39.00
18	2202	MARTA PEREIRA	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	INICIADOS-FEM	0:11:58.63
19	2083	BEATRIZ DIAS	36	C.D. PÓVOA	INICIADOS-FEM	0:13:04.93

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

INICIADOS-MASC	INDIVIDUAL
----------------	------------

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2324	HENRIQUE NEVES	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS-MASC	0:07:33.18
2	2322	TIAGO SILVA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS-MASC	0:07:34.43
3	2377	RAFAEL LOPES	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	INICIADOS-MASC	0:07:39.62
4	2337	RUBEN FARIA	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-MASC	0:07:41.40
5	2381	SEBASTIÃO SILVA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	INICIADOS-MASC	0:07:42.12
6	2118	JORGE PEREIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS-MASC	0:07:57.86
7	2418	DIOGO CUNHA	208	ACR CONDE	INICIADOS-MASC	0:08:05.18
8	2039	SAMUEL SILVA	5	A.D.C C J CLARK	INICIADOS-MASC	0:08:07.05
9	2135	MARCO MAGALHÃES	69	DRAGÕES VALE VIZELA	INICIADOS-MASC	0:08:07.70
10	2113	GUILHERME MOREIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	INICIADOS-MASC	0:08:10.70
11	2339	HUGO TELES	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-MASC	0:08:17.12
12	2287	MARCO MELO	191	A.C.D. S. JOÃO SERRA	INICIADOS-MASC	0:08:21.52
13	2239	BRUNO NETO	123	NBA BARROSAS	INICIADOS-MASC	0:08:24.94
14	2348	RICARDO RIBEIRO	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-MASC	0:08:25.61
15	2338	RICARDO SAMPAIO	184	U.D. VÁRZEA	INICIADOS-MASC	0:08:26.49
16	2305	PEDRO SILVA	193	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	INICIADOS-MASC	0:08:28.49
17	2197	ALEXANDRE GUEDES	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	INICIADOS-MASC	0:08:39.31
18	2167	BRUNO OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	INICIADOS-MASC	0:08:56.16
19	2225	MIGUEL RIBEIRO	112	MAIA A C CRIOBABY	INICIADOS-MASC	0:08:57.65
20	2323	DANIEL SILVA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INICIADOS-MASC	0:09:04.74
21	2011	BERNARDO OLIVEIRA	4	A.D. LUSTOSA	INICIADOS-MASC	0:09:13.73
22	2419	NUNO TEIXEIRA	208	ACR CONDE	INICIADOS-MASC	0:09:16.36
23	2029	DIOGO FERREIRA	5	A.D.C C J CLARK	INICIADOS-MASC	0:09:21.60
24	2204	RUBEN SOARES	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	INICIADOS-MASC	0:09:25.98
25	2278	DIOGO FERREIRA	123	NBA BARROSAS	INICIADOS-MASC	0:09:33.01
26	2088	DIOGO COSTA	36	C.D. PÓVOA	INICIADOS-MASC	0:09:37.15
27	2255	PEDRO PEREIRA	123	NBA BARROSAS	INICIADOS-MASC	0:09:39.81
28	2366	FRANCISCO GOMES	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	INICIADOS-MASC	0:09:39.89
29	2254	PAULO FERREIRA	123	NBA BARROSAS	INICIADOS-MASC	0:09:47.92
30	2104	JOSÉ DIAS	38	C.I.A. ALPENDORADA	INICIADOS-MASC	0:10:20.88
31	2102	TIAGO EUSÉBIO	36	C.D. PÓVOA	INICIADOS-MASC	0:10:21.72
32	2192	TIAGO AZEVEDO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	INICIADOS-MASC	0:11:15.00
33	2097	PEDRO FRASCO	36	C.D. PÓVOA	INICIADOS-MASC	0:11:48.09
34	2030	DIOGO RODRIGUES	5	A.D.C C J CLARK	INICIADOS-MASC	0:11:52.96

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

INFANTIS-FEM					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2164	BEATRIZ FERNANDES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INFANTIS-FEM	0:04:53.69
2	2068	ANA COSTA	34	C.A. TÂMEGA	INFANTIS-FEM	0:05:01.33
3	2340	FILIPA LOPES	184	U.D. VÂRZEA	INFANTIS-FEM	0:05:06.39
4	2161	ANA MARINHO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INFANTIS-FEM	0:05:12.77
5	2137	PATRICIA MARTINS	69	DRAGÕES VALE VIZELA	INFANTIS-FEM	0:05:13.61
6	2247	INÊS SILVA	123	NBA BARROSAS	INFANTIS-FEM	0:05:17.80
7	2343	VÂNIA SILVA	184	U.D. VÂRZEA	INFANTIS-FEM	0:05:20.16
8	2108	ANGELA CRUZ	41	CASA BENFICA PAREDES	INFANTIS-FEM	0:05:20.53
9	2342	SOFIA AIRES	184	U.D. VÂRZEA	INFANTIS-FEM	0:05:20.99
10	2295	INÊS BARBOSA	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	INFANTIS-FEM	0:05:27.68
11	2040	SARA SOUSA	5	A.D.C C J CLARK	INFANTIS-FEM	0:05:29.54
12	2127	ANA MAGALHÃES	69	DRAGÕES VALE VIZELA	INFANTIS-FEM	0:05:34.45
13	2403	MARIANA PENTIEIRO	91	G.R.E. BONFIM	INFANTIS-FEM	0:05:37.14
14	2341	RAQUEL SAMPAIO	184	U.D. VÂRZEA	INFANTIS-FEM	0:05:37.81
15	2014	FILIPA RODRIGUES	4	A.D. LUSTOSA	INFANTIS-FEM	0:05:38.18
16	2096	MARIA ISILDA	36	C.D. PÓVOA	INFANTIS-FEM	0:05:38.65
17	2392	TETYANA GAVRYSYUK	200	GINÁSIO DA TROFA	INFANTIS-FEM	0:05:39.36
18	2296	BÁRBARA FERNANDES	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	INFANTIS-FEM	0:05:39.92
19	2061	RAFAELA COSTA RAMALHO	30	BTT-MATOSINHOS	INFANTIS-FEM	0:05:43.37
20	2362	BRUNA MARQUES	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	INFANTIS-FEM	0:05:45.40
21	2319	MARIANA COUTO	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	INFANTIS-FEM	0:05:46.52
22	2224	MARIANA RIBEIRO	112	MAIA A C CRIOBABY	INFANTIS-FEM	0:05:48.76
23	2103	FRANCISCA SANTOS	37	C.D. SÃO SALVADOR CAMPO	INFANTIS-FEM	0:05:53.35
24	2035	JÉSSICA DUARTE	5	A.D.C C J CLARK	INFANTIS-FEM	0:05:56.66
25	2213	FRANCISCA MENDES	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	INFANTIS-FEM	0:06:00.85
26	2212	BEATRIZ DINIS	109	LOCOMOTIVA PARANHOS	INFANTIS-FEM	0:06:01.50
27	2217	CLÁUDIA OLIVEIRA	112	MAIA A C CRIOBABY	INFANTIS-FEM	0:06:02.91
28	2021	LEONOR COSTA	4	A.D. LUSTOSA	INFANTIS-FEM	0:06:08.40
29	2003	CATARINA FERREIRA	3	A.C.J. MÓZINHO	INFANTIS-FEM	0:06:09.36
30	2272	SOFIA MARIA BARROS	0	INDIVIDUAL	INFANTIS-FEM	0:06:12.42
31	2157	SOFIA SANTOS	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	INFANTIS-FEM	0:06:15.28
32	2206	DANIELA MORIM MENDES	91	G.R.E. BONFIM	INFANTIS-FEM	0:06:17.75
33	2054	INÊS COSTA LAPA	30	BTT-MATOSINHOS	INFANTIS-FEM	0:06:22.67
34	2141	BEATRIZ MAIA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	INFANTIS-FEM	0:06:30.34
35	2149	JOANA MARTINS	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	INFANTIS-FEM	0:06:40.54
36	2252	LARA TEIXEIRA	123	NBA BARROSAS	INFANTIS-FEM	0:06:52.16
37	2218	ELIANA PEREIRA	112	MAIA A C CRIOBABY	INFANTIS-FEM	0:07:02.66
38	2140	ANA MOTA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	INFANTIS-FEM	0:07:11.01

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

INFANTIS-MASC				INDIVIDUAL		
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2188	RUI OLIVEIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INFANTIS-MASC	0:04:39.10
2	2345	RUBEN PIRES	184	U.D. VÁRZEA	INFANTIS-MASC	0:04:42.41
3	2365	DIOGO ANDRADE	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	INFANTIS-MASC	0:04:45.93
4	2425	FILIPPE LOUREIRO	23	ATLETICO C. ALFENENSE	INFANTIS-MASC	0:04:51.74
5	2420	OCTÁVIO SOUSA	208	ACR CONDE	INFANTIS-MASC	0:04:56.55
6	2195	TIAGO SILVA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INFANTIS-MASC	0:04:57.88
7	2023	PEDRO NOGUEIRA	4	A.D. LUSTOSA	INFANTIS-MASC	0:05:04.92
8	2307	JOÃO SAMPAIO	193	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVELE	INFANTIS-MASC	0:05:09.70
9	2413	ANDRÉ LOPES	207	A.D.C. ASTROMIL	INFANTIS-MASC	0:05:10.80
10	2270	BRUNO MANUEL FERNAND	0	INDIVIDUAL	INFANTIS-MASC	0:05:12.39
11	2277	JOÃO PEDRO MALHEIRO	0	INDIVIDUAL	INFANTIS-MASC	0:05:13.27
12	2042	GUSTAVO RIBEIRO	21	ASS. LINCE TRIATHLON	INFANTIS-MASC	0:05:17.96
13	2171	DIOGO BARROSO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	INFANTIS-MASC	0:05:24.37
14	2025	TIAGO RODRIGUES	4	A.D. LUSTOSA	INFANTIS-MASC	0:05:27.72
15	2005	HÉLDER FERREIRA	3	A.C.J. MÓZINHO	INFANTIS-MASC	0:05:30.40
16	2391	RÚBEN SILVA	197	CONFRARIA DA BIKE - GAIA	INFANTIS-MASC	0:05:30.79
17	2044	MIGUEL CARDOSO	21	ASS. LINCE TRIATHLON	INFANTIS-MASC	0:05:34.02
18	2046	CARLOS RAFAEL AZEVEDO	30	BTT-MATOSINHOS	INFANTIS-MASC	0:05:40.62
19	2393	FILIPPE MIGUEL MOÇO	0	INDIVIDUAL	INFANTIS-MASC	0:05:46.79
20	2352	RUBEN SAMPAIO	184	U.D. VÁRZEA	INFANTIS-MASC	0:05:57.65
21	2099	ROBERTO SILVA	36	C.D. PÓVOA	INFANTIS-MASC	0:06:05.45
22	2043	MANUEL BANDEIRA	21	ASS. LINCE TRIATHLON	INFANTIS-MASC	0:06:36.44
23	2274	BERNARDINO AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	INFANTIS-MASC	0:07:46.72

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

BENJAMIM B -FEM					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2317	BEATRIZ PEREIRA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -FEM	0:05:08
2	2126	ANA ISABEL TALAGAIA	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM B -FEM	0:05:14
3	2123	SOFIA SOUSA	41	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM B -FEM	0:05:22
4	2318	BEATRIZ GUIMARÃES	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -FEM	0:05:31
5	2316	DANIELA SANTOS	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -FEM	0:05:36
6	2114	INÊS MAGALHÃES	41	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM B -FEM	0:05:50
7	2031	ÉRICA DUARTE	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM B -FEM	0:05:51
8	2402	BEATRIZ SILVA	91	G.R.E. BONFIM	BENJAMIM B -FEM	0:05:51
9	2238	BEATRIZ OLIVEIRA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -FEM	0:06:10
10	2315	GABRIELA ALMEIDA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -FEM	0:06:18
11	2151	MARIANA COSTA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM B -FEM	0:06:20
12	2384	SOFIA SILVA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM B -FEM	0:06:26
13	2065	SARA TEIXEIRA FERREIRA	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM B -FEM	0:06:27
14	2027	CARINA FERREIRA	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM B -FEM	0:06:28
15	2248	JÉSSICA SILVA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -FEM	0:06:30
16	2158	TATIANA SOARES	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM B -FEM	0:06:34
17	2371	INÊS SANTOS	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM B -FEM	0:06:54
18	2199	BÁRBARA ALBANO	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	BENJAMIM B -FEM	0:07:05
19	2302	BÁRBARA CARDOSO	193	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	BENJAMIM B -FEM	0:07:15
20	2179	LARA PEREIRA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	BENJAMIM B -FEM	0:07:21
21	2370	INÊS CARDOSO	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM B -FEM	0:07:33
22	2028	DIANA BARBOSA	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM B -FEM	0:07:34
23	2311	MARIANA PEREIRA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -FEM	0:07:56
24	2143	CARLA ALVES	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM B -FEM	0:08:35
25	2045	BRUNA RAFAELA VIEIRA	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM B -FEM	0:09:28
26	2253	PAULA MOREIRA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -FEM	0:09:53
27	2414	BRUNA RODRIGUES	207	A.D.C. ASTROMIL	BENJAMIM B -FEM	0:09:59

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST**

BENJAMIM B -MASC					INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2344	JOÃO FERREIRA	184	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM B -MASC	0:05:00
2	2133	LUCAS PINTO	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM B -MASC	0:05:04
3	2210	RUI FERREIRA	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	BENJAMIM B -MASC	0:05:09
4	2400	DIOGO RODRIGUES	91	G.R.E. BONFIM	BENJAMIM B -MASC	0:05:19
5	2304	DIOGO MONTEIRO	193	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVE	BENJAMIM B -MASC	0:05:22
6	2131	GABRIEL LEITE	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM B -MASC	0:05:22
7	2138	TIAGO MONTEIRO	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM B -MASC	0:05:23
8	2276	GABRIEL SANTOS	140	PAPALÉGUAS	BENJAMIM B -MASC	0:05:31
9	2176	JOÃO MACHADO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	BENJAMIM B -MASC	0:05:32
10	2203	RODRIGO LOUREIRO	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	BENJAMIM B -MASC	0:05:34
11	2200	DINIS CARVALHO	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	BENJAMIM B -MASC	0:05:36
12	2401	PEDRO SILVA	91	G.R.E. BONFIM	BENJAMIM B -MASC	0:05:37
13	2168	BRUNO RODRIGUES	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	BENJAMIM B -MASC	0:05:48
14	2423	JOÃO BESSA	184	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM B -MASC	0:05:49
15	2155	RUBEN PINTO	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM B -MASC	0:05:54
16	2105	ALEXANDRE MOREIRA	41	CASA BENFICA PAREDES	BENJAMIM B -MASC	0:05:55
17	2281	JOÃO GONÇALVES	130	OS 5 À HORA	BENJAMIM B -MASC	0:05:59
18	2244	FRANCISCO OLIVEIRA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -MASC	0:06:03
19	2076	MIGUEL COSTA	34	C.A. TÂMEGA	BENJAMIM B -MASC	0:06:03
20	2313	DIOGO SANTOS	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -MASC	0:06:05
21	2379	RODRIGO ANDRADE	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM B -MASC	0:06:08
22	2250	JOÃO PEREIRA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -MASC	0:06:14
23	2229	LUCAS FERNANDES	114	MICAS	BENJAMIM B -MASC	0:06:15
24	2314	LUÍS PEREIRA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -MASC	0:06:16
25	2187	RAFAEL AZEVEDO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIR	BENJAMIM B -MASC	0:06:19
26	2396	TOMAS SOARES	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM B -MASC	0:06:22
27	2292	DOMINGOS VALENTE	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SAN	BENJAMIM B -MASC	0:06:35
28	2280	TIAGO VIEIRA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM B -MASC	0:06:37
29	2150	LUÍS OLIVEIRA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM B -MASC	0:06:37
30	2388	DIOGO GOMES	197	CONFRARIA DA BIKE - GAIA	BENJAMIM B -MASC	0:06:38
31	2132	JOÃO PEDRO CARDOSO	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM B -MASC	0:06:39
32	2410	TIAGO COSTA	207	A.D.C. ASTROMIL	BENJAMIM B -MASC	0:06:40
33	2064	RODRIGO SANTOS ARAÚJO	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM B -MASC	0:06:47
34	2389	RICARDO PINTO	197	CONFRARIA DA BIKE - GAIA	BENJAMIM B -MASC	0:06:52
35	2022	LUÍS FERREIRA	4	A.D. LUSTOSA	BENJAMIM B -MASC	0:06:56
36	2249	JOÃO MARTINS	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -MASC	0:07:03
37	2241	DOMINGOS GAUDENCIO	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -MASC	0:07:07
38	2243	FÁBIO SILVA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM B -MASC	0:07:10
39	2261	EDUARDO DUARTE	178	THE OUTSIDERS RUNNING TRAI	BENJAMIM B -MASC	0:07:26
40	2312	RODRIGO FERNANDES	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM B -MASC	0:07:30
41	2387	TOMÁS TAMOS	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM B -MASC	0:08:30
42	2153	NUNO COSTA	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM B -MASC	0:09:02
43	2390	RODRIGO SALGUEIRO	197	CONFRARIA DA BIKE - GAIA	BENJAMIM B -MASC	0:09:03

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST****BENJAMIM A-FEM****INDIVIDUAL**

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2134	MARCELA SILVA	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM A-FEM	0:02:19.00
2	2363	CAROLINA SANTIAGO	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A-FEM	0:02:20.19
3	2347	LARA MACHADO	184	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM A-FEM	0:02:20.47
4	2308	FILIPA MOREIRA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM A-FEM	0:02:24.82
5	2130	CLÁUDIA RIBEIRO	69	DRAGÕES VALE VIZELA	BENJAMIM A-FEM	0:02:28.76
6	2346	LARA COSTA	184	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM A-FEM	0:02:32.21
7	2019	LARA MARTINS	4	A.D. LUSTOSA	BENJAMIM A-FEM	0:02:32.56
8	2256	RITA LOPES	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM A-FEM	0:02:36.05
9	2421	LARA CARTUCHO	208	ACR CONDE	BENJAMIM A-FEM	0:02:39.44
10	2424	GABRIELA FELGUEIRAS	184	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM A-FEM	0:02:42.80
11	2081	ANA EUSÉBIO	36	C.D. PÓVOA	BENJAMIM A-FEM	0:02:46.91
12	2185	MARIA MACHADO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	BENJAMIM A-FEM	0:02:49.33
13	2098	RICARDA COSTA	36	C.D. PÓVOA	BENJAMIM A-FEM	0:02:50.01
14	2369	INÊS ALMEIDA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A-FEM	0:02:54.12
15	2294	ARAIANA COSTA	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SANTO TIRSO	BENJAMIM A-FEM	0:02:56.44
16	2148	ISABEL MARTINS	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM A-FEM	0:02:56.85
17	2214	ALEXIA PEREIRA	112	MAIA A C CRIOBABY	BENJAMIM A-FEM	0:02:57.18
18	2226	MIRIAM FERREIRA	112	MAIA A C CRIOBABY	BENJAMIM A-FEM	0:02:58.30
19	2374	LAURA COSTA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A-FEM	0:02:58.66
20	2412	LARA RODRIGUES	207	A.D.C. ASTROMIL	BENJAMIM A-FEM	0:03:03.29
21	2375	MAFALDA SILVA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A-FEM	0:03:03.63
22	2411	JOANA COSTA	207	A.D.C. ASTROMIL	BENJAMIM A-FEM	0:03:04.02
23	2182	MAFALDA MONTEIRO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	BENJAMIM A-FEM	0:03:11.61
24	2163	ANA SILVA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	BENJAMIM A-FEM	0:03:13.24
25	2233	MAFALDA CARVALHO	118	MOREIRA RELAX RUNNERS	BENJAMIM A-FEM	0:03:17.83
26	2361	BEATRIZ MONTEIRO	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A-FEM	0:03:17.89
27	2291	MARIANA GOMES	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SANTO TIRSO	BENJAMIM A-FEM	0:03:20.25
28	2290	DIANA LACERDA	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SANTO TIRSO	BENJAMIM A-FEM	0:03:20.58
29	2232	ANA SOFIA MOREIRA	118	MOREIRA RELAX RUNNERS	BENJAMIM A-FEM	0:03:23.44
30	2359	ANA ANDRADE	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A-FEM	0:03:29.07
31	2058	LARA ISABEL AZEVEDO	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A-FEM	0:03:34.67
32	2036	LARA SOUSA	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM A-FEM	0:04:06.36
33	2398	MARIANA SÁ	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM A-FEM	0:04:31.82
34	2144	CAROLINA MARTINS	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM A-FEM	0:04:32.48

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO**12/12/2015****C.M. SANTO TIRSO/ CAST****BENJAMIM A -MASC****INDIVIDUAL**

Class	Dorsal	Nome	Nº	Equipa	Escalão	Tempo
1	2309	FRANCISCO COUTO	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM A -MASC	0:02:19.85
2	2310	LUÍS BARBOSA	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	BENJAMIM A -MASC	0:02:25.82
3	2205	SALVADOR LOUREIRO	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	BENJAMIM A -MASC	0:02:26.10
4	2399	DIOGO SANTOS	91	G.R.E. BONFIM	BENJAMIM A -MASC	0:02:30.73
5	2367	FRANCISCO PEREIRA	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A -MASC	0:02:38.97
6	2053	HUGO MATIAS RAMALHO	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A -MASC	0:02:39.71
7	2349	HENRIQUE TELES	184	U.D. VÁRZEA	BENJAMIM A -MASC	0:02:39.83
8	2160	AFONSO SILVA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	BENJAMIM A -MASC	0:02:41.90
9	2237	ANDRÉ NUNES	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM A -MASC	0:02:42.18
10	2271	RODRIGO MANUEL FERNANDES	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A -MASC	0:02:42.40
11	2038	SAMUEL PEREIRA	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM A -MASC	0:02:43.96
12	2264	AFONSO MAGNO ANDRADE	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A -MASC	0:02:46.08
13	2125	MANUEL RODRIGUES	43	CCD APDL	BENJAMIM A -MASC	0:02:46.43
14	2194	TIAGO SILVA	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	BENJAMIM A -MASC	0:02:48.52
15	2299	JORGE SOUSA	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	BENJAMIM A -MASC	0:02:50.98
16	2368	GUILHERME RAMOS	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A -MASC	0:02:51.32
17	2033	GIL JOAQUINA	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM A -MASC	0:02:51.32
18	2024	RODRIGO SILVA	4	A.D. LUSTOSA	BENJAMIM A -MASC	0:02:53.73
19	2279	JORGE SILVA	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A -MASC	0:02:54.64
20	2246	HÉLDER SILVA	123	NBA BARROSAS	BENJAMIM A -MASC	0:02:55.00
21	2263	GUSTAVO BORGES	179	TRAILISTAS "EU É QUE SEI"	BENJAMIM A -MASC	0:02:59.74
22	2051	FILIPE RAMALHO PINTO	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A -MASC	0:03:01.00
23	2385	TOMÁS ANDRADE	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A -MASC	0:03:01.78
24	2289	DAVID LACERDA	188	CAST-CENTRO ATLETISMO SANTO TIRSO	BENJAMIM A -MASC	0:03:05.51
25	2173	SIMÃO AZEVEDO	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	BENJAMIM A -MASC	0:03:06.64
26	2018	JORGE MARTINS	4	A.D. LUSTOSA	BENJAMIM A -MASC	0:03:07.50
27	2142	BRUNO SÁ	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM A -MASC	0:03:08.85
28	2063	RODRIGO ALMEIDA DIAS	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A -MASC	0:03:14.29
29	2386	TOMÁS HEWAGE	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	BENJAMIM A -MASC	0:03:14.90
30	2079	RUI TEIXEIRA	34	C.A. TÂMEGA	BENJAMIM A -MASC	0:03:18.56
31	2152	MAX ANOLRIJUK	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM A -MASC	0:03:19.14
32	2196	NUNO MANUEL FERNANDES	76	FAMA RUNNERS	BENJAMIM A -MASC	0:03:32.59
33	2052	FRANCISCO GARCIA BRITO	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A -MASC	0:03:33.35
34	2077	RAFAEL TEIXEIRA	34	C.A. TÂMEGA	BENJAMIM A -MASC	0:03:33.63
35	2048	DANIEL ALMEIDA DIAS	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A -MASC	0:03:59.59
36	2275	FRANCISCO AZEVEDO	0	INDIVIDUAL	BENJAMIM A -MASC	0:04:01.72
37	2034	HUGO JOAQUINA	5	A.D.C C J CLARK	BENJAMIM A -MASC	0:04:03.78
38	2049	DANIEL SOARES FERREIRA	30	BTT-MATOSINHOS	BENJAMIM A -MASC	0:04:06.37
39	2146	DENIS TSYBRUS	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	BENJAMIM A -MASC	0:04:43.83

18ª S. SILVESTRE SANTO TIRSO
12/12/2015
C.M. SANTO TIRSO/ CAST

COLETIVO ESCALÕES JOVENS

Class	Nº	CLUBE	TOTAL PONTOS
1ª Equipa	184	U.D. VÁRZEA	117
2ª Equipa	194	A.R. LUZ VIDA GONDOMARENSE	70
3ª Equipa	69	DRAGÕES VALE VIZELA	56
4ª Equipa	72	ESC. ATLETISMO ROSA OLIVEIRA	47
5ª Equipa	41	CASA BENFICA PAREDES	44
6ª Equipa	189	C.F. OLIVEIRA DOURO	42
7ª Equipa	112	MAIA A C CRIOBABY	31
8ª Equipa	91	G.R.E. BONFIM	17
9ª Equipa	123	NBA BARROSAS	12
10ª Equipa	208	ACR CONDE	12
11ª Equipa	4	A.D. LUSTOSA	11
12ª Equipa	70	EAT-ESC. ATLETISMO TROFA	10
13ª Equipa	34	C.A. TÂMEGA	9
14ª Equipa	87	F.C. ESTRELAS SUSANENSES	9
15ª Equipa	193	C.A. ESTRELAS MARCO CANAVESES	9
16ª Equipa	100	G.D. SÃO PAIO OLEIROS	8
17ª Equipa	192	C.S.R.D.C. SANTIAGO	8
18ª Equipa	5	A.D.C C J CLARK	7
19ª Equipa	23	ATLETICO C. ALFENENSE	7
20ª Equipa	30	BTT-MATOSINHOS	5
21ª Equipa	160	S.C. SALGUEIROS	5
22ª Equipa	3	A.C.J. MÓZINHO	4
23ª Equipa	36	C.D. PÓVOA	3
24ª Equipa	140	PAPALÉGUAS	3
25ª Equipa	207	A.D.C. ASTROMIL	2