

Pos	Dorsal	Nome	Equipa	Escalão	Tempo	Dife.
===	=====	=====	=====	=====	=====	=====
1	373	Francisco Fernandes	Individual	M-SEN	01:46:41	00:00:00
2	424	João Borges	Addicted to Trail	M-SEN	01:47:14	00:00:33
3	430	Hugo Sousa	CAAC - Clube de Atletismo de Arentim e Cunha	M-SEN	01:47:57	00:01:16
4	452	Carlos Ferreira	Santo Tirso Runners	M-SEN	01:50:58	00:04:17
5	426	Antonio Vieira	CAAC - Clube de Atletismo de Arentim e Cunha	M-SEN	01:51:36	00:04:55
6	390	Bruno Rodrigues	UMFCA WARRIORS	M-SEN	01:52:10	00:05:29
7	416	Modesto Vieira	Casa do Povo de Soalhães	M-50	01:52:27	00:05:46
8	311	Adélio Gouveia	Amigos da Montanha	M-40	01:53:55	00:07:14
9	399	Ricardo Pais	ST TRAIL	M-SEN	01:54:15	00:07:34
10	342	Dionísio Sousa	Individual	M-50	01:55:50	00:09:09
11	384	Markus Renn	Markus	M-SEN	01:55:57	00:09:16
12	427	Tiago Sousa	CAAC - Clube de Atletismo de Arentim e Cunha	M-SEN	01:59:01	00:12:20
13	340	Romeu Pereira	Crossfit Vale do Ave	M-SEN	01:59:30	00:12:49
14	425	Ricardo Sousa	CAAC - Clube de Atletismo de Arentim e Cunha	M-SEN	01:59:50	00:13:09
15	459	Jorge Marques	GD4CAMINHOS	M-40	02:00:03	00:13:22
16	341	Felisberto Arcipreste	Crossfit Vale do Ave	M-SEN	02:01:03	00:14:22
17	316	Mário Lima	FriendsRus	M-40	02:01:11	00:14:30
18	381	Fernando Carneiro	NAST	M-SEN	02:01:44	00:15:03
19	415	Aurélio Vieira	Casa do Povo de Soalhães	M-40	02:02:07	00:15:26
20	363	Vasco Pereira	BeYourSelf	M-SEN	02:04:30	00:17:49
21	301	Sergio Coelho	GTT ARMAZÉM DO CAFFÉ	M-SEN	02:04:53	00:18:12
22	374	António Direito	António Direito	M-SEN	02:04:57	00:18:16
23	454	Miguel Jaques	Olimpico Vianense Trail / ND Sport	M-SEN	02:05:01	00:18:20
24	385	Aurélio Barbosa	Team Açor	M-SEN	02:05:20	00:18:39
25	331	Carlos Gandra	Kotas BTT	M-50	02:05:38	00:18:57
26	411	Paulino Alves	Corridas De Pernas Pro Ar	M-SEN	02:05:39	00:18:58
27	377	Nuno Araujo	UMFCA WARRIORS	M-SEN	02:06:03	00:19:22
28	370	Alexis Gonçalves	UMFCA WARRIORS	M-SEN	02:06:06	00:19:25
29	330	Adelino Brito	Individual	M-50	02:06:28	00:19:47
30	436	Rui Madureira	MM	M-SEN	02:06:29	00:19:48
31	307	Rui Leitão	Varzim Sport Clube Trialo	M-SEN	02:06:47	00:20:06
32	367	Joao Silva	Individual	M-SEN	02:06:55	00:20:14
33	366	Hélder Lemos	BeYourSelf	M-SEN	02:07:18	00:20:37
34	432	André Machado	ST TRAIL	M-SEN	02:07:42	00:21:01
35	386	Rui Franco	GTT ARMAZÉM DO CAFFÉ	M-40	02:08:16	00:21:35
36	440	Pedro Castro	CAAC - Clube de Atletismo de Arentim e Cunha	M-SEN	02:09:02	00:22:21
37	332	Osvaldo Rebelo	Papa trilhos	M-40	02:09:04	00:22:23
38	354	Sérgio Ferreira	Ginásio Desafios	M-SEN	02:10:03	00:23:22
39	396	Simão Costa	clube de atletismo da póvoa de varzim	M-40	02:12:37	00:25:56
40	445	Sandro Oliveira	Crossfit Vale do Ave	M-SEN	02:13:32	00:26:51
41	388	Artur Miranda	.	M-40	02:14:22	00:27:41
42	391	Hugo Pereira	GTT ARMAZÉM DO CAFFÉ	M-SEN	02:14:24	00:27:43
43	302	Ricardo Boucinha	trincametas	M-SEN	02:14:31	00:27:50
44	442	António Marques	Maiaacrossteam	M-SEN	02:15:05	00:28:24
45	456	Germano Figueira	Individual	M-SEN	02:16:34	00:29:53
46	359	Helder Ferreira	Fitness UP	M-SEN	02:16:40	00:29:59
47	448	Paulo Moreira	Turbulentos	M-50	02:17:40	00:30:59
48	365	Renato Reis	BeYourSelf	M-SEN	02:17:49	00:31:08
49	449	Frederico Silva	Arcoenses	M-40	02:17:55	00:31:14
50	349	Hugo Palmeira	GTT-Armazém do Caffé	M-SEN	02:18:30	00:31:49

Pos	Dorsal	Nome	Equipa	Escalão	Tempo	Dife.
===	=====	=====	=====	=====	=====	=====
51	446	Rui Rêgo	NAST	M-SEN	02:18:34	00:31:53
52	314	Bruno Ferreira	Limiano	M-SEN	02:18:39	00:31:58
53	382	Cesar Teixeira	trincametas	M-SEN	02:18:56	00:32:15
54	364	Sérgio Peixoto	BeYourSelf	M-SEN	02:20:36	00:33:55
55	322	Luis Matos	Luis Matos	M-SEN	02:21:05	00:34:24
56	398	Fátima Oliveira	GTT ARMAZÉM DO CAFFÉ	F-SEN	02:21:05	00:34:24
57	368	Ricardo Pereira	Individual	M-SEN	02:23:01	00:36:20
58	327	Miguel Silva	lumicu	M-SEN	02:23:10	00:36:29
59	439	Antonio Matos	First time 22k	M-SEN	02:24:25	00:37:44
60	397	Eugénia Morim	clube de atletismo da póvoa de varzim	F-40	02:24:37	00:37:56
61	362	Mira Matias	Individual	F-40	02:25:19	00:38:38
62	417	Geraldo Gomes	Casa do Povo de Soalhães	M-40	02:25:58	00:39:17
63	361	Manuel Arezes	CORRER ANTAS À NOITE	M-40	02:26:31	00:39:50
64	437	Henrique Matos	First time 22k	M-SEN	02:27:50	00:41:09
65	441	Álvaro Reis	Álvaro Reis	M-40	02:28:18	00:41:37
66	360	André Couto	trincametas	M-SEN	02:28:27	00:41:46
67	408	Sergio Estves	Maiacrossteam	M-40	02:28:31	00:41:50
68	429	Joel Rego	Bazinga	M-SEN	02:28:39	00:41:58
69	389	Domingos Morais	Mysecretspa	M-40	02:28:40	00:41:59
70	458	Pedro Ramos	aronianisnoah	M-SEN	02:28:46	00:42:05
71	457	Janine Coelho	aronianisnoa	F-SEN	02:28:46	00:42:05
72	400	Telma Duarte	ErmidaFit Runners	F-SEN	02:29:17	00:42:36
73	403	Silvério Alberto	Crossfit Vale do Ave	M-40	02:29:21	00:42:40
74	312	André Baptista	GD4CAMINHOS	M-SEN	02:29:35	00:42:54
75	410	José Araújo	Individual	M-40	02:29:54	00:43:13
76	423	Blandine Ramires	Addicted to Trail	F-SEN	02:31:22	00:44:41
77	402	Vera Fernandes	Individual	F-SEN	02:32:33	00:45:52
78	409	Bruno Machado	Bruno Machado	M-SEN	02:32:41	00:46:00
79	323	João Moura	Moura	M-SEN	02:34:37	00:47:56
80	329	José Silveira	José Silveira	M-SEN	02:36:39	00:49:58
81	419	Ana Lírio	Individual	F-SEN	02:36:51	00:50:10
82	444	Pedro Mendes	Crossfit Vale do Ave	M-SEN	02:37:17	00:50:36
83	383	Joao Gomes	Individual	M-40	02:38:23	00:51:42
84	450	Tiago Martins	Tataruguinhas do Trail	M-SEN	02:39:03	00:52:22
85	320	Marta Cardoso	FriendsRus	F-40	02:39:40	00:52:59
86	310	Michel Rolo	Moreira Relax Runners	M-SEN	02:39:47	00:53:06
87	350	Liliana Araújo	GTT-Armazém do Caffé	F-SEN	02:41:06	00:54:25
88	343	Xénia	Bcn - runners	F-40	02:41:21	00:54:40
89	438	Pedro Marques	First time 22k	M-SEN	02:42:33	00:55:52
90	451	Ana Borges	Amigos da Onça	F-SEN	02:42:42	00:56:01
91	333	Francisco Lemos	FriendsRus	M-SEN	02:43:30	00:56:49
92	324	Fernando Araujo	lumicu	M-SEN	02:46:14	00:59:33
93	455	Paulo Moreira	EPAH Runners	M-SEN	02:46:34	00:59:53
94	372	Mário Soares	MTS LSC	M-SEN	02:47:20	01:00:39
95	348	Carlos Teixeira	trincametas	M-SEN	02:47:32	01:00:51
96	387	Helder Vieira	Individual	M-SEN	02:47:45	01:01:04
97	447	Ana Teixeira	Crossfit Vale do Ave	F-SEN	02:51:42	01:05:01
98	443	Francisco Bartolomeu	Crossfit Vale do Ave	M-40	02:51:42	01:05:01
99	435	Vanessa Soares	Crossfit Vale do Ave	F-SEN	02:51:42	01:05:01
100	317	Carla Monteiro	Desnível Positivo	F-SEN	02:55:28	01:08:47

Pos	Dorsal	Nome	Equipa	Escalão	Tempo	Dife.
===	=====	=====	=====	=====	=====	=====
101	321	Alberto Guimaraes	Team283	M-40	02:55:28	01:08:47
102	309	David Teixeira	SEMPRE A GALGAR	M-SEN	02:56:48	01:10:07
103	303	Liliana Ribeiro	Esmoriz Runners	F-SEN	02:57:05	01:10:24
104	304	Filipe Nunes	Esmoriz Runners	M-SEN	02:57:07	01:10:26
105	395	Conceição Rabaldo	clube de atletismo da póvoa de varzim	F-40	02:57:55	01:11:14
106	371	Luís Silva	UMFCA WARRIORS	M-SEN	02:58:36	01:11:55
107	380	Vânia Santos	UMFCA WARRIORS	F-SEN	02:58:36	01:11:55
108	375	Luís Calheiros	UMFCA WARRIORS	M-SEN	02:58:38	01:11:57
109	313	Guilherme Vieira	Varzim sport club-triatlo	M-SEN	03:00:59	01:14:18
110	404	Joao Gil	Aventureiros	M-50	03:03:43	01:17:02
111	306	Vitor Costa	Amigos Vale Silencio	M-40	03:04:02	01:17:21
112	405	Sonia Bras	Aventureiros	F-SEN	03:04:40	01:17:59
113	334	Rute Olávia	Erdal	F-SEN	03:06:06	01:19:25
114	335	Su Alves	Erdal	F-40	03:15:12	01:28:31
115	369	Nuno Caraça	UMFCA WARRIORS	M-SEN	03:17:57	01:31:16
116	379	Inês Costa	UMFCA WARRIORS	F-SEN	03:17:57	01:31:16
117	392	Luis Lima	UMFCA WARRIORS	M-SEN	03:17:58	01:31:17
118	418	Ângelo Moura	UMFCA WARRIORS	M-SEN	03:17:59	01:31:18
119	358	Pedro Leite	Ginásio Desafios	M-SEN	03:20:32	01:33:51
120	346	Ivo Ferreira	Ginásio Desafios	M-SEN	03:21:11	01:34:30
121	347	Liliana Santos	Ginásio Desafios	F-SEN	03:21:11	01:34:30
122	422	Ana Rosa	Addicted to Trail	F-SEN	03:22:41	01:36:00
123	345	Jani Mendes	Ginásio Desafios	F-SEN	03:33:56	01:47:15
124	351	Roberto Costa	Ginásio Desafios	M-SEN	03:33:56	01:47:15
125	420	Silvia Couto	RunRun	F-SEN	03:35:34	01:48:53
125	421	Diogo Santos	RunRun	M-SEN	03:35:34	01:48:53
126	339	Manuel Paulino	Ginásio Desafios	M-50	03:54:18	02:07:37
127	338	Celeste Abrunhosa	Ginásio Desafios	F-50	03:54:19	02:07:38
128	315	Patricia Carvalho	Ginásio Desafios	F-SEN	03:59:36	02:12:55
129	352	Isabel Carneiro	Ginásio Desafios	F-40	03:59:38	02:12:57
130	353	Diana Funina	Ginásio Desafios	F-SEN	04:00:03	02:13:22
131	357	Filipe Martins	Ginásio Desafios	M-40	04:00:28	02:13:47
132	356	Cláudia Parente	Ginásio Desafios	F-40	04:00:29	02:13:48
133	337	Cátia Morato	Ginásio Desafios	F-SEN	04:00:29	02:13:48
134	318	Luis Campos	Ginásio Desafios	M-SEN	04:00:29	02:13:48
135	355	Dilsa Dias	Ginásio Desafios	F-SEN	04:00:30	02:13:49
===	=====	=====	=====	=====	=====	=====