

Col	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Tempo	Ritmo	Cat.
1.	234	Pedro Magalhães	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	15:29,4	05:02	1
2.	120	Daniel Costa	A. D. Roladores De Basto	M	M Sen	15:36,5	05:02	2
3.	100	Fernando Gonçalves	Fafe Runners	M	M50	15:41,3	05:03	1
4.	177	Pedro Freitas	Petro Basto	M	M Sen	15:49,1	05:03	3
5.	292	Óscar Miranda		M	M Sen	23:47,5	05:35	4
6.	276	Joel Silva	Clube atlético de codessoso	M	M Sen	23:53,5	05:35	5
7.	263	Bruno Gonçalves		M	M Sen	24:38,4	05:38	6
8.	257	Jorge Oliveira	A.D.Amarante Trail Running	M	M40	24:38,6	05:38	1
9.	101	Marco Brochado	Os Lobos Do Saibro	M	M Sen	24:39,7	05:38	7
10.	260	Adriano Teixeira	Infantes Runners	M	M40	24:59,2	05:40	2
11.	251	Paulo Sousa	Fridão Sem Limites	M	M40	26:33,9	05:46	3
12.	149	Filipe Ferreira	Os Lobos Do Saibro	M	M Sen	26:34,2	05:46	8
13.	265	Manuel Vieira	ada	M	M40	30:30,3	06:02	4
14.	136	Alipio Fernandes	Petro Basto	M	M50	31:06,9	06:04	2
15.	259	Sérgio Fernandes	Infantes Runners	M	M Sen	31:58,9	06:08	9
16.	284	Antonio Mendes	A.D.Amarante Trail Running	M	M Sen	32:15,5	06:09	10
17.	258	Tiago Abreu		M	M Sen	32:22,4	06:10	11
18.	137	Luis Oliveira		M	M Sen	33:01,1	06:12	12
19.	188	David Queiros		M	M Sen	33:12,7	06:13	13
20.	296	Rui Faria		M	M Sen	35:20,5	06:22	14
21.	274	Miguel Pereira	A.D.Amarante Trail Running	M	M Sen	35:58,9	06:24	15
22.	178	Paulo Alves	Gondomar Futsal Clube	M	M40	36:15,3	06:25	5
23.	132	Rafael Freitas	Guimarunning Moscada	M	M Sen	36:36,8	06:26	16
24.	129	Miguel Oliveira	Guimarunning Moscada	M	M40	36:37,0	06:26	6
25.	264	Samuel Queirós		M	M Sen	38:21,0	06:34	17
26.	261	Hélder Pinto	ACR Fervença	M	M Sen	39:18,9	06:37	18
27.	158	Diogo Neves	OS TRAILEIROS	M	M Sen	39:44,6	06:39	19
28.	139	Nuno Lemos		M	M Sen	39:59,1	06:40	20
29.	145	Carlos Lemos	Pinheiro	M	M Sen	40:01,4	06:40	21
30.	247	António Fonseca		M	M40	40:02,1	06:40	7
31.	268	Jose Ferreira	Rinus Fafe	M	M Sen	40:59,7	06:44	22
32.	229	Carlos Miguel Pinto	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	41:00,7	06:44	23
33.	250	José Bastos	Petro Basto	M	M Sen	41:06,7	06:44	24
34.	275	Filipe Teixeira	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	41:08,1	06:44	25
35.	269	Tiago Machado	Rinus Fafe	M	M Sen	41:30,7	06:46	26
36.	266	Rui Castro	Rinus Fafe	M	M Sen	41:32,1	06:46	27
37.	212	Pedro Oliveira	Villa de Basto	M	M Sen	42:27,7	06:50	28
38.	293	Leonel Costa		M	M Sen	42:29,5	06:50	29
39.	135	Henrique Marques		M	M40	42:40,4	06:50	8
40.	142	Flávio Teixeira	Twins Lixa	M	M Sen	42:57,2	06:52	30
41.	272	Paulo Pires	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	45:18,1	07:01	31
42.	231	Fernando Magalhães	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	45:21,8	07:01	32
43.	175	Manuel Pereira		M	M40	45:42,9	07:03	9
44.	164	Nuno Ramos		M	M Sen	46:37,5	07:07	33
45.	169	Sérgio Leal	Farroncos Papa Km	M	M Sen	47:52,8	07:11	34
46.	102	Vera Pinto	A.D.Amarante Trail Running	F	F Sen	48:18,8	07:13	1
47.	176	Paulino Guedes	Petro Basto	M	M50	48:27,3	07:14	3
48.	270	Liliana Mendes	ACR Fervença	F	F Sen	48:30,6	07:14	2
49.	170	João Matos	Farroncos Papa Km	M	M Sen	49:01,4	07:16	35
50.	224	Valter Cerqueira	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	49:43,0	07:19	36
51.	138	Pedro Magalhães	Arco4Run	M	M Sen	49:50,8	07:19	37
52.	190	Marco Soares		M	M Sen	50:41,9	07:23	38
53.	152	Anabela Almeida	MD	F	F40	51:03,7	07:24	1
54.	180	Filipe Almeida		M	M50	51:34,8	07:26	4
55.	195	Nuno Moura	A.D.Amarante Trail Running	M	M Sen	52:29,3	07:30	39
56.	288	Tiago Alves	ExtremeFit	M	M Sen	52:42,3	07:31	40
57.	168	Francisco Matos	Farroncos Papa Km	M	M Sen	52:54,5	07:32	41
58.	189	Daniel Santos		M	M Sen	54:41,4	07:39	42
59.	254	Susana Neta	Clube Zupper	F	F40	54:45,0	07:39	2
60.	154	Rui Pinto	MD	M	M Sen	54:45,2	07:39	43
61.	286	André Pereira	ExtremeFit	M	M Sen	54:49,2	07:39	44
62.	220	João Martins	Shots International Runners	M	M Sen	55:07,5	07:40	45
63.	299	Marco Maia		M	M Sen	55:13,5	07:41	46
64.	209	Rolando Pinto	amigos cafe vizinho	M	M40	56:35,0	07:46	10

Col	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Tempo	Ritmo	Cat.
65.	211	Luis Oliveira	amigos cafe vizinho	M	M Sen	56:35,8	07:46	47
66.	210	Tiago Magalhaes	amigos cafe vizinho	M	M Sen	56:38,5	07:47	48
67.	226	João Veloso	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	57:41,9	07:51	49
68.	232	rafaela sousa	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	57:42,2	07:51	3
69.	290	Nuno Fernandes		M	M Sen	58:56,1	07:56	50
70.	273	Ricardo Meireles		M	M Sen	58:57,6	07:56	51
71.	185	Jorge Coelho		M	M40	59:32,1	07:58	11
72.	289	Leonel Rodriguês	ExtremeFit	M	M Sen	59:34,2	07:58	52
73.	104	Sara Dantas	MD	F	F Sen	00:36,8	08:02	4
74.	277	Ruben Oliveira		M	M Sen	00:55,5	08:04	53
75.	118	Luís Magalhães		M	M Sen	00:55,6	08:04	54
76.	201	Lucy Araújo	ACR Fervença	F	F Sen	01:40,8	08:07	5
77.	150	Mário Dantas	MD	M	M40	02:10,3	08:08	12
78.	159	Carla Ferrão	OS TRAILEIROS	F	F Sen	03:15,1	08:13	6
79.	235	francisco carvaho	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	03:15,4	08:13	55
80.	233	dinis veloso	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M40	03:22,3	08:13	13
81.	157	Luís Pinto		M	M50	06:12,9	08:25	5
82.	172	Eva Pacheco		F	F Sen	06:22,0	08:25	7
83.	245	Elisabete Cunha		F	F Sen	06:50,3	08:28	8
84.	141	Carla Pinto		F	F Sen	06:53,8	08:28	9
85.	242	João Moreira	Villa de Basto	M	M Sen	07:44,7	08:31	56
86.	202	Márcio Neves	ACR Fervença	M	M Sen	08:14,5	08:33	57
87.	271	Rosa Silva		F	F Sen	08:27,2	08:34	10
88.	267	Vitor Alves	Rinus Fafe	M	M40	09:37,1	08:38	14
89.	253	Liliana Magalhães		F	F Sen	09:37,3	08:38	11
90.	297	Bruno Maia		M	M Sen	10:18,9	08:41	58
91.	295	André Buffon		M	M Sen	10:19,1	08:41	59
92.	181	Marisa Sousa	pes de abobora	F	F Sen	12:31,7	08:50	12
93.	182	Maria Teixeira	pes de abobora	F	F40	12:33,3	08:50	3
94.	112	Carlos Oliveira		M	M Sen	13:00,6	08:52	60
95.	144	Hugo Carvalho	Arco4Run	M	M Sen	13:04,8	08:52	61
96.	127	Joel Teixeira	Gloss Cosmética Lixa	M	M Sen	13:15,5	08:53	62
97.	213	Floriano Freitas	Pura Forma	M	M Sen	13:16,3	08:53	63
98.	291	José Pinto		M	M Sen	13:16,9	08:53	64
99.	282	Ana Martins		F	F Sen	14:35,1	08:58	13
100.	143	Victor Marinho		M	M Sen	14:35,2	08:58	65
101.	128	Marco Ribeiro	Guimarunning Moscada	M	M Sen	14:51,2	08:59	66
102.	183	Nuno Almeida		M	M Sen	14:51,4	08:59	67
103.	197	Filomena Neto	A.D.Amarante Trail Running	F	F40	15:57,0	09:04	4
104.	198	Marisa Pinto	A.D.Amarante Trail Running	F	F40	16:39,7	09:07	5
105.	256	Rafael Urjais	Fisiofafe	M	M Sen	17:35,1	09:10	68
106.	103	Susana Bastos	Celorico Team	F	F Sen	17:50,1	09:11	14
107.	214	Ana Costa	Fisiofafe	F	F Sen	17:55,9	09:11	15
108.	249	Rui Sousa		M	M Sen	21:37,0	09:26	69
109.	205	Carla Oliveira	Clube de Montanhismo de Braga	F	F40	23:54,1	09:35	6
110.	287	Henrique Costa	ExtremeFit	M	M Sen	24:02,7	09:36	70
111.	300	DANIEL Portela		M	M Sen	25:34,4	09:42	71
112.	285	Bárbara Ferreira	ExtremeFit	F	F Sen	25:47,5	09:43	16
113.	134	Daniel Andrade	Arda Serra	M	M Sen	26:37,4	09:46	72
114.	173	Irene Arjones		F	F Sen	26:40,7	09:47	17
115.	243	Joana Ribeiro	pes de abobora	F	F Sen	28:25,0	09:53	18
116.	184	Carla Costa		F	F40	28:27,9	09:54	7
117.	280	Manuel Moura	Os Barriguitas	M	M50	29:09,1	09:56	6
118.	117	Sofia Ferreira		F	F Sen	32:53,8	10:11	19
119.	225	Joana Gonçalves	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	35:27,8	10:22	20
120.	230	Vania Alves	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	35:28,7	10:22	21
121.	227	Andreia Andrade	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	35:31,4	10:22	22
122.	165	Catarina Bastos	Farroncos Papa Km	F	F Sen	36:34,3	10:26	23
123.	199	Elke Haeyer	A.D.Amarante Trail Running	F	F40	36:47,4	10:27	8
124.	283	Paula Peixoto		F	F40	37:08,6	10:29	9
125.	147	Claudia Sousa		F	F Sen	37:50,6	10:31	24
126.	217	Joana Silveira		F	F Sen	38:07,4	10:32	25
127.	200	Diogo Vasconcelos		M	M Sen	38:07,6	10:32	73
128.	171	António Teixeira	Farroncos Papa Km	M	M Sen	38:18,9	10:33	74

Col	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Tempo	Ritmo	Cat.
129.	167	Janete Rodrigues	Farroncos Papa Km	F	F Sen	38:20,2	10:34	26
130.	166	Gil Vieira	Farroncos Papa Km	M	M Sen	38:20,3	10:34	75
131.	192	Ricardo Silva	SS Montepio	M	M40	39:56,7	10:40	15
132.	203	Nuno Bastos	SS Montepio	M	M Sen	39:56,9	10:40	76
133.	191	Joao Cardoso	SS Montepio	M	M40	39:57,1	10:40	16
134.	219	Ana Gonçalves	Shots International Runners	F	F Sen	39:59,0	10:40	27
135.	221	José Ferraz		M	M Sen	40:38,2	10:43	77
136.	222	Alcina Cardoso		F	F Sen	40:38,8	10:43	28
137.	151	Sónia Silva	MD	F	F Sen	41:48,6	10:47	29
138.	156	Célia Pereira	MD	F	F Sen	41:50,0	10:47	30
139.	194	Ana Mendonça	A.D.Amarante Trail Running	F	F Sen	42:27,2	10:50	31
140.	193	Luís Mendes	A.D.Amarante Trail Running	M	M Sen	42:29,4	10:50	78
141.	179	Helena Cardoso	PT JRSOUSA TEAM	F	F40	42:29,8	10:50	10
142.	161	José Teixeira	OS TRAILEIROS	M	M40	43:17,6	10:53	17
143.	160	Joel Moreira	OS TRAILEIROS	M	M Sen	43:17,6	10:53	79
144.	163	Geraldo Castro		M	M Sen	43:47,0	10:55	80
145.	162	Vânia Lobo		F	F Sen	43:47,9	10:55	32
146.	126	Sílvio Patrício		M	M Sen	44:19,8	10:57	81
147.	125	Carla Fernandes		F	F Sen	44:20,4	10:58	33
148.	239	juliana campos	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	45:58,4	11:04	34
149.	148	Paulo Rocha		M	M Sen	46:23,1	11:05	82
150.	279	Catarina Campos		F	F Sen	47:06,6	11:08	35
151.	240	fatima fraga	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	49:50,7	11:19	36
152.	281	João Sousa	Os Barriguitas	M	M Sen	50:45,1	11:23	83
153.	153	Carlos Ventura	MD	M	M Sen	51:09,3	11:25	84
154.	115	Isabel Barbosa	Bragazelas	F	F Sen	51:10,4	11:25	37
155.	186	Juliana Cruz		F	F Sen	53:22,4	11:34	38
156.	255	Maria Ramos		F	F40	55:56,2	11:44	11
157.	140	Eduarda Mesquita		F	F40	55:56,3	11:44	12
158.	238	ricardo sousa	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	57:54,4	11:52	85
159.	278	Rui Vidal		M	M Sen	58:01,4	11:52	86
160.	204	Carla Araujo	CLINICA GONDOMAR II - MFR, SA	F	F Sen	08:42,6	12:35	39
161.	241	liliana sousa	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	F	F Sen	08:43,1	12:35	40
162.	252	Adelino Videira		M	M Sen	08:46,8	12:35	87
163.	237	joão marques	Ama ASSOCIAÇÃO MONDIM ATLETISMO	M	M Sen	08:47,0	12:35	88
164.	244	Isabel Silva		F	F Sen	14:28,8	12:58	41
165.	133	Vera Sousa		F	F Sen	14:29,6	12:58	42
166.	116	Vânia Cunha	Bragazelas	F	F40	16:41,5	13:07	13
167.	122	Maria Esperança	Bragazelas	F	F40	18:30,0	13:14	14
168.	119	Maria Fernandes		F	F50	18:38,1	13:14	1
169.	123	Teresa Pinheiro	Bragazelas	F	F50	18:38,5	13:14	2
170.	121	Miguel Barbosa		M	M50	18:40,1	13:14	7
171.	110	António Tavares		M	M40	20:01,8	13:20	18
172.	113	Susana Rito		F	F Sen	32:42,1	14:11	43
173.	246	Carla Moreira		F	F40	33:43,3	14:15	15
174.	262	Dulce Campos		F	F40	33:48,7	14:15	16
175.	206	Helena Magalhães		F	F40	36:42,4	14:27	17
176.	208	Norberto Fernandes	Os Lobos Do Saibro	M	M Sen	37:03,8	14:28	89
177.	207	Diana Costa	Os Lobos Do Saibro	F	F Sen	37:05,2	14:28	44