



Nome da Prova: Trail Moinhos da Bajouca

Organizador: Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Classe: Trail

Categoria: Geral Absoluta - Trail 15km



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
1	122	1915	Carlos Bárbara	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:44:51	4:05	1:01:20
2	124	1917	Nélio Almeida	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:44:50	4:05	1:01:20
3	139	1932	Francisco Reis	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:45:13	4:06	1:01:30
4	114	1907	Fabio Durão	M	MSEN	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:45:21	4:10	1:02:39
5	157	1950	Licínio Carreira	M	M35		Trail 15km	0:45:42	4:11	1:02:50
6	155	1948	Nuno Gonçalves	M	M35		Trail 15km	0:45:59	4:13	1:03:21
7	130	1923	Bruno Filipe	M	M35	Individual	Trail 15km	0:46:32	4:19	1:04:45
8	96	1889	Valter Costa	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:47:20	4:23	1:05:45
9	91	1884	Ricardo Carreira	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:47:19	4:23	1:05:47
10	76	1869	António Jesus	M	MSEN	Vulcal	Trail 15km	0:48:18	4:25	1:06:16
11	174	1967	Armenio Coelho	M	M35	Make Fit Real/ casa Vantagem S.I.	Trail 15km	0:48:12	4:26	1:06:30
12	142	1935	Bruno Gonçalves	M	MSEN	Juventude Vidigalense	Trail 15km	0:49:18	4:29	1:07:21
13	94	1887	Bruno Reis	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:49:31	4:32	1:08:11
14	179	1968	José Figueira	M	M35	Burinhosa	Trail 15km	0:49:54	4:34	1:08:31
15	26	1828	Fábio Gomes	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:50:11	4:35	1:08:49
16	5	1807	Daniel Jaulino	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:49:58	4:35	1:08:55
17	125	1918	Samuel Reis	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:50:30	4:38	1:09:31
18	70	1863	Germano Capela	M	M50	CA Barreira	Trail 15km	0:51:05	4:40	1:10:09
19	67	1860	Hugo Leite	M	MSEN		Trail 15km	0:51:38	4:43	1:10:46
20	6	1808	Jorge Silva	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:51:58	4:44	1:11:12
21	78	1871	Joaquim Duarte	M	M35	GT Running	Trail 15km	0:51:44	4:46	1:11:40
22	7	1809	José Gonçalves	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:52:17	4:49	1:12:17
23	111	1904	Amândio Paulo	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:52:12	4:49	1:12:19
24	74	1867	Luis Miguel Mateus Ramos Ramos	M	M35	individual	Trail 15km	0:52:58	4:49	1:12:24
25	149	1942	Rui Cadete	M	M35	Lama Solta	Trail 15km	0:52:43	4:50	1:12:30
26	161	1954	Pedro Assunção	M	M35	Yudo Green Booster	Trail 15km	0:52:51	4:51	1:12:50
27	88	1881	Hugo Freitas	M	MSEN	GT Running	Trail 15km	0:52:58	4:54	1:13:37
28	163	1956	Sérgio Lima	M	M35	Domplex BTT	Trail 15km	0:53:50	4:54	1:13:44
29	121	1914	Rui João	M	M35	A.R.M	Trail 15km	0:53:01	4:56	1:14:11
30	64	1857	Jose Cordeiro	M	M50	Pé na Pinha	Trail 15km	0:54:28	4:57	1:14:18
31	13	1815	André Fernandes	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:54:27	4:57	1:14:20
32	28	1830	Ricardo Pedrosa Carreira	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:54:31	4:57	1:14:20
33	46	1839	Ricardo Nunes	M	MSEN	ACRM SILVEIRINHA GRANDE CLARAS	Trail 15km	0:53:39	4:57	1:14:22
34	98	1891	Jorge Vieira	M	MSEN	Individual	Trail 15km	0:55:01	4:58	1:14:39
35	126	1919	Ricardo Cortês	M	M35	Bora Bora Runner's Leiria	Trail 15km	0:53:57	4:59	1:14:50
36	158	1951	Milton Branco	M	M35		Trail 15km	0:55:06	4:59	1:14:56
37	102	1895	Joel Couto	M	M35		Trail 15km	0:54:17	5:01	1:15:20
38	2000	988	Vitor Bruno	M	MSEN		Trail 15km	0:53:49	5:02	1:15:30
39	1122	981	Horácio Gaspar	M	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:56:10	5:07	1:16:53
40	95	1888	Diamantino Lopes	M	M50	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:56:20	5:09	1:17:24
41	12	1814	Otelo Pereira	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:20	5:10	1:17:31
42	154	1947	Denise Pereira	F	FSEN		Trail 15km	0:56:45	5:10	1:17:40
43	113	1906	Miguel Gineto	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:56:44	5:10	1:17:41
44	173	1966	Martinho Pedrosa	M	M50	Individual	Trail 15km	0:55:51	5:10	1:17:44
45	17	1819	Hugo Barqueiro	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:56:27	5:12	1:18:09
46	182	1971	Frederico Carreira	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	0:56:18	5:13	1:18:28
47	119	1912	Jose Santos Joss	M	M50		Trail 15km	0:57:59	5:14	1:18:43
48	150	1943	Lino Silva	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	0:57:34	5:15	1:18:47
49	23	1825	Milene Santos	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:36	5:16	1:19:01
50	123	1916	Carlos Cunha	M	M35	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:57:40	5:17	1:19:21
51	25	1827	Micael Rodrigues	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:58	5:18	1:19:38
52	47	1840	Pedro Pereira	M	MSEN	BVORTIGOSA	Trail 15km	0:57:59	5:19	1:19:57
53	183	1972	Hélder Matos	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	0:58:20	5:19	1:19:57
54	146	1939	Carlos Manuel Da Cruz Estrada	M	M50	Inercia Sport Club	Trail 15km	0:58:31	5:20	1:20:12
55	104	1897	Cristiano Ginja	M	MSEN	Atletico Clube Moita da Roda	Trail 15km	0:57:55	5:21	1:20:27
56	136	1929	Nuno Vitorino	M	MSEN	ADRM-Mata	Trail 15km	0:58:57	5:21	1:20:28
57	138	1931	Filipa Casimiro	F	FSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:59:37	5:23	1:20:54
58	191	983	Luis Belo	M	M50	os tolinhos	Trail 15km	0:59:53	5:26	1:21:31
59	135	1928	José Alves	M	M50	ADRM-Mata	Trail 15km	0:59:45	5:26	1:21:39
60	18	1820	Dany Grilo	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:58:57	5:27	1:21:50
61	112	1905	Rodolfo Deyllot	M	M50	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	1:00:05	5:27	1:21:53
62	106	1899	Nuno Navalho	M	M35	Individual	Trail 15km	0:59:34	5:29	1:22:16
63	92	1885	Guilherme Bento	M	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:59:20	5:29	1:22:17
64	134	1927	António Carreira	M	M35	ADRM-Mata	Trail 15km	1:00:44	5:30	1:22:42
65	127	1920	Diogo Ferreira Diogo	M	M35	clubes veteranos do lis	Trail 15km	0:59:44	5:33	1:23:23
66	83	1876	Luís Miguel Pedrosa	M	M50		Trail 15km	1:01:47	5:33	1:23:25
67	48	1841	Frederico Sismeiro	M	M35	Os Intocáveis	Trail 15km	1:02:04	5:33	1:23:27
68	168	1961	Énio Lacerda	M	M35	Lacerfer Runners	Trail 15km	1:01:09	5:35	1:23:56
69	8	1810	Jorge Rodrigues	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:00:45	5:36	1:24:10
70	93	1886	Paulo Pedras	M	M35		Trail 15km	1:02:05	5:37	1:24:24
71	110	1903	António Palmeira	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	1:01:21	5:37	1:24:28
72	62	1855	José Dos Santos	M	MSEN	Tintol Runners	Trail 15km	1:02:01	5:39	1:24:46
73	153	1946	Nuno Gonçalves	M	M35	Individual	Trail 15km	1:02:26	5:39	1:24:49
74	105	1898	Gonçalo Bregieiro	M	MSEN		Trail 15km	1:03:07	5:39	1:24:57
75	140	1933	André Pereira Crespo	M	MSEN		Trail 15km	1:01:20	5:39	1:24:59
76	21	1823	Marco Reis	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:01:51	5:39	1:24:59
77	84	1877	Francisco Ferreira	M	M50	Ferreiras	Trail 15km	1:02:32	5:44	1:26:00
78	120	1913	Renato Santos	M	M35	Individual	Trail 15km	1:02:02	5:44	1:26:06
79	151	1944	Luis Oliveira	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:01:48	5:44	1:26:08
80	57	1850	Filipe Ramos	M	M35		Trail 15km	1:02:56	5:47	1:26:52
81	131	1924	Cláudia Torres	F	F35	Individual	Trail 15km	1:04:51	5:49	1:27:19
82	15	1817	Nuno Branco	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:04:06	5:50	1:27:36



Nome da Prova: Trail Moinhos da Bajouca

Organizador: Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Classe: Trail

Categoria: Geral Absoluta - Trail 15km



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
83	181	1970	Casimiro Gomes	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	1:02:08	5:51	1:27:49
84	166	1959	Fábio Morgado	M	MSEN	CONTASOUTO	Trail 15km	1:03:33	5:51	1:27:51
85	50	1843	André Crespo	M	MSEN		Trail 15km	1:05:01	5:54	1:28:36
86	147	1940	Pedro Santos	M	M35	Lama Solta	Trail 15km	1:03:47	5:55	1:28:50
87	148	1941	Luis Marques	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:03:56	5:55	1:28:51
88	164	1957	Cláudio Sousa	M	M35	Domplex BTT	Trail 15km	1:04:59	5:56	1:29:07
89	80	1873	Marcio Duarte	M	MSEN	GT Running	Trail 15km	1:04:55	5:58	1:29:30
90	137	1930	Nuno Simões	M	M35	Trail da Ladeia Running team	Trail 15km	1:05:58	5:59	1:29:57
91	51	1844	Humberto Oliveira	M			Trail 15km	1:04:08	6:00	1:30:11
92	56	1849	Jorge Domingues	M	MSEN	Tintol Runners	Trail 15km	1:03:44	6:01	1:30:17
93	42	1835	André Lopes	M	MSEN	CCD CRÉDITO AGRÍCOLA MÚTUO	Trail 15km	1:05:14	6:01	1:30:17
94	77	1870	Abel Lopes	M	M35	Funcional Active sports	Trail 15km	1:04:55	6:01	1:30:20
95	14	1816	Pedro Cabecinhas	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:04:41	6:01	1:30:23
96	81	1874	Jorge Ribeiro	M	M35	GT Running	Trail 15km	1:04:33	6:01	1:30:25
97	189	1978	Bruno Miguel Ferreira Simões Lima	M	MSEN	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:05:24	6:03	1:30:52
98	152	1945	César Viola	M	M35	Pé na pinha	Trail 15km	1:05:57	6:04	1:31:06
99	118	1911	Elizangela Silva Eliza	F	F35		Trail 15km	1:07:25	6:07	1:31:51
100	97	1890	David Catela	M	M50	Hóquei Clube de Turquel	Trail 15km		6:07	1:31:58
101	116	1909	Sandro Vilela	M	M35	Amigos do descanso	Trail 15km	1:07:13	6:08	1:32:07
102	144	1937	Sílvia Franco	F	F35		Trail 15km	1:07:11	6:08	1:32:12
103	53	1846	André Silva	M	MSEN	Sonic Team	Trail 15km	1:07:34	6:11	1:32:48
104	3	1805	Sérgio Marcelino	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:09:05	6:13	1:33:18
105	54	1847	Guilherme Gonçalves	M	M35		Trail 15km	1:08:05	6:13	1:33:20
106	52	1845	José Silva	M	M35	Sonic Team	Trail 15km	1:07:54	6:15	1:33:49
107	186	1975	Miguel Ângelo D. Das Neves Matias	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:07:57	6:15	1:33:53
108	20	1822	Tiago Pedrosa	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:06:59	6:17	1:34:28
109	165	1958	José Seguro	M	MSEN	Superfresco Trail Team	Trail 15km	1:10:20	6:20	1:35:13
110	65	1858	João Ricardo Gomes	M	M50	Pé na Pinha	Trail 15km	1:08:43	6:21	1:35:20
111	82	1875	David Cunha	M	M35		Trail 15km	1:08:52	6:22	1:35:33
112	101	1894	Tome Fernandes Fernandes	M	M35	Bteam	Trail 15km	1:09:50	6:22	1:35:33
113	1	1803	Ramiro Rodrigues	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:11:00	6:22	1:35:40
114	2001	987	Andreia Parreiras	F	FSEN		Trail 15km	1:08:40	6:23	1:35:46
115	44	1837	Luis Vieira	M	M50	CCD CRÉDITO AGRÍCOLA MÚTUO	Trail 15km	1:10:45	6:23	1:35:59
116	55	1848	João Costa	M	MSEN	Individual	Trail 15km	1:09:42	6:25	1:36:16
117	133	1926	Fernando Passadouro	M	MSEN	ADRM-Mata	Trail 15km	1:09:50	6:25	1:36:22
118	128	1921	José Martins	M	M50	clube veteranos do lis	Trail 15km	1:10:08	6:27	1:36:48
119	159	1952	Ricardo Figueiredo	M	M35	Yudo Green Booster	Trail 15km	1:10:24	6:30	1:37:31
120	41	1834	Maria Do Rosario Pereira Lourenço	F	F35		Trail 15km	1:11:36	6:30	1:37:33
121	59	1852	Fábio Silva	M	MSEN	Tarahumara	Trail 15km	1:08:19	6:31	1:37:54
122	24	1826	Diogo Domingues	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:10:29	6:32	1:38:00
123	103	1896	Tiago Rodrigues	M	M35		Trail 15km	1:11:42	6:32	1:38:08
124	27	1829	Maria Silvério	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:02	6:38	1:39:37
125	143	1936	Tiago Mateus Palricas Palricas	M	MSEN	Trail da Ladeia Running team	Trail 15km	1:10:51	6:42	1:40:36
126	129	1922	Benilde Santos	F	F35	TROLLS	Trail 15km	1:13:14	6:42	1:40:39
127	60	1853	Cláudia Lopes	F	FSEN	Tarahumara	Trail 15km	1:12:44	6:44	1:41:02
128	9	1811	Rosa Henriques	F	F35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:43	6:44	1:41:11
129	87	1880	Bruno Silva	M	M35	GT Running	Trail 15km	1:12:45	6:48	1:42:05
130	40	1833	Pedro Joaquim	M	M35	Liz Runners	Trail 15km	1:14:31	6:54	1:43:39
131	187	1976	Pascoal Duarte Oliveira	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:16:04	6:58	1:44:42
132	61	1854	Jorge Crespo	M	M50		Trail 15km	1:09:50	7:00	1:45:09
133	4	1806	Rafael Cabecinhas	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:06	7:04	1:46:05
134	141	1934	João Salgueiro	M	M35	Liz Runners	Trail 15km	1:15:32	7:05	1:46:26
135	107	1900	Ana Gomes	F	F35	Liz Runners	Trail 15km	1:16:28	7:06	1:46:30
136	19	1821	Luísa Areia	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:16:59	7:07	1:46:54
137	190	1979	Virginia Margarida Sintra	F	F35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:18:39	7:09	1:47:16
138	188	1977	Arlindo De Jesus Oliveira	M	M50	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:18:40	7:10	1:47:38
139	86	1879	Pedro Raposo	M	M35		Trail 15km	1:18:24	7:11	1:47:47
140	73	1866	Mário Silva	M	M35	Os Intocáveis	Trail 15km	1:18:01	7:14	1:48:38
141	169	1962	Tina Silva	F	F50	Juventude Vidigalense	Trail 15km	1:18:33	7:15	1:48:46
142	176	984	Joana Francisco	F	FSEN		Trail 15km	1:17:21	7:17	1:49:24
143	175	985	Andreia Gonçalves	F	FSEN		Trail 15km	1:19:17	7:20	1:50:05
144	160	1953	Tiago Silva	M	MSEN	Yudo Green Booster	Trail 15km	1:19:11	7:21	1:50:20
145	167	1960	Flávio Neves	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:19:38	7:22	1:50:31
146	43	1836	Filipe Simões	M	M35	CCD CRÉDITO AGRÍCOLA MÚTUO	Trail 15km	1:19:37	7:27	1:51:53
147	85	1878	Carina Gaspar	F	FSEN	Cabritos do Mato	Trail 15km	1:21:55	7:31	1:52:45
148	172	1965	Elisabete Pedrosa	F	F35	GIM RUNNING TEAM	Trail 15km	1:23:05	7:37	1:54:16
149	156	1949	Liliana Pedrosa	F	F35	rocket team	Trail 15km	1:24:28	7:40	1:55:06
150	72	1865	Pedro Santos	M	M35	Os Intocáveis	Trail 15km	1:24:08	7:43	1:55:48
151	184	1973	Odete Oliveira	F	F35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	1:25:56	7:49	1:57:25
152	45	1838	Joao Marques	M	M35	SS CGD	Trail 15km	1:24:55	7:54	1:58:40
153	550	980	Sílvia Vilar	F	F35	svcortinados	Trail 15km	1:24:57	7:54	1:58:40
154	109	1902	Tânia Ferreira	F	FSEN	Cabritos do Mato	Trail 15km	1:25:57	7:57	1:59:26
155	132	1925	Sílvia Leonardo	F	F35	Cabritos do Mato	Trail 15km	1:26:08	7:58	1:59:36
156	49	1842	Neuza Monteiro	F	F35		Trail 15km	1:26:29	8:00	2:00:07
157	63	1856	Sabrina Sintra	F	FSEN		Trail 15km	1:26:28	8:00	2:00:08
158	10	1812	Anabela Fernandes	F	F35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:28:00	8:09	2:02:18
159	71	1864	Ana Bento	F	F35	Os Intocáveis	Trail 15km	1:28:35	8:11	2:02:47
160	117	1910	Catarina Afonso	F	F35	Juniores da Eira	Trail 15km	1:29:38	8:28	2:07:01
161	145	1938	José Afonso	M	MSEN	Juniores da Eira	Trail 15km	1:29:38	8:28	2:07:01
162	100	1893	Liliana Marques	F	F35	Bteam	Trail 15km	1:35:29	8:45	2:11:28
163	162	1955	Paiva Antonio	M	M50		Trail 15km	1:33:49	8:53	2:13:15
164	79	1872	Vera Neves	F	F35	Corpo e Mente	Trail 15km	1:36:49	8:57	2:14:15



Nome da Prova: Trail Moinhos da Bajouca

Organizador: Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Classe: Trail

Categoria: Geral Absoluta - Trail 15km



Pos	Dorsal	Chip	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
165	115	1908	Lizete Heleno	F	F35	Juventude Vidigalense	Trail 15km	1:37:20	8:57	2:14:27
166	11	1813	Gilberto Santos	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:36:59	9:02	2:15:44
167	171	1964	Nuno Alfaiate Rodrigues	M	M35	Gau	Trail 15km	1:34:03	9:03	2:15:46
168	68	1861	Ângela Vieira	F	FSEN		Trail 15km	1:37:16	9:06	2:16:42
169	16	1818	José Matos	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
170	29	1831	Sandro Cordeiro	M	M35	VEGAN	Trail 15km			DNS
171	30	1832	Ricardo Monteiro	M	M35	VEGAN	Trail 15km			DNS
172	58	1851	Humberto Oliveira	M	M35	out2run/Miro	Trail 15km			DNS
173	66	1859	José Jorge	M	M50	Clube de Atletismo Os Pesados	Trail 15km			DNS
174	69	1862	Tiago Nascimento	M	MSEN	Tintol Runners	Trail 15km			DNS
175	89	1882	Ana Tereza Santos	F	F35		Trail 15km			DNS
176	99	1892	Fernanda Mota	F	F50	Corpo e mente	Trail 15km			DNS
177	2	1804	Filipe Carvalheiro	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
178	22	1824	Licínio Silva	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
179	170	1963	Pedro Marques	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km			DNS
180	185	1974	Álvaro José Vieira Lopes	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km			DNS
181	1121	982	Paulo Costa	M	M35		Trail 15km			DNS



Campeonato Distrital de Trail Curto

Trail Moinhos da Bajouca
Grupo Alegre e Unido da Bajouca
Geral Absoluta - Trail 15km
Bajouca, 17 de Março de 2018



Pos	Dorsal	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
1	122	Carlos Bárbara	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:44:51	4:05	1:01:20
2	124	Nélio Almeida	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:44:50	4:05	1:01:20
3	139	Francisco Reis	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:45:13	4:06	1:01:30
4	114	Fabio Durão	M	MSEN	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:45:21	4:10	1:02:39
5	155	Nuno Gonçalves	M	M35	Individual	Trail 15km	0:45:59	4:13	1:03:21
6	130	Bruno Filipe	M	M35	Individual	Trail 15km	0:46:32	4:19	1:04:45
7	96	Valter Costa	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:47:20	4:23	1:05:45
8	91	Ricardo Carreira	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:47:19	4:23	1:05:47
9	142	Bruno Gonçalves	M	MSEN	Juventude Vidigalense	Trail 15km	0:49:18	4:29	1:07:21
10	94	Bruno Reis	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:49:31	4:32	1:08:11
11	179	José Figueira	M	M35	Burinhosa	Trail 15km	0:49:54	4:34	1:08:31
12	26	Fábio Gomes	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:50:11	4:35	1:08:49
13	5	Daniel Jaulino	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:49:58	4:35	1:08:55
14	125	Samuel Reis	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:50:30	4:38	1:09:31
15	70	Germano Capela	M	M50	CA Barreira	Trail 15km	0:51:05	4:40	1:10:09
16	6	Jorge Silva	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:51:58	4:44	1:11:12
17	7	José Gonçalves	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:52:17	4:49	1:12:17
18	111	Amândio Paulo	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:52:12	4:49	1:12:19
19	149	Rui Cadete	M	M35	Lama Solta	Trail 15km	0:52:43	4:50	1:12:30
20	13	André Fernandes	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:54:27	4:57	1:14:20
21	28	Ricardo Pedrosa Carreira	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:54:31	4:57	1:14:20
22	46	Ricardo Nunes	M	MSEN	ACRM SILVEIRINHA GRANDE CLARAS	Trail 15km	0:53:39	4:57	1:14:22
23	98	Jorge Vieira	M	MSEN	Individual	Trail 15km	0:55:01	4:58	1:14:39
24	1122	Horácio Gaspar	M	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:56:10	5:07	1:16:53
25	95	Diamantino Lopes	M	M50	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:56:20	5:09	1:17:24
26	12	Otelo Pereira	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:20	5:10	1:17:31
27	154	Denise Pereira	F	FSEN	Individual	Trail 15km	0:56:45	5:10	1:17:40
28	113	Miguel Gineto	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:56:44	5:10	1:17:41

29	17	Hugo Barqueiro	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:56:27	5:12	1:18:09
30	182	Frederico Carreira	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	0:56:18	5:13	1:18:28
31	150	Lino Silva	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	0:57:34	5:15	1:18:47
32	23	Milene Santos	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:36	5:16	1:19:01
33	123	Carlos Cunha	M	M35	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:57:40	5:17	1:19:21
34	25	Micael Rodrigues	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:58	5:18	1:19:38
35	183	Hélder Matos	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	0:58:20	5:19	1:19:57
36	136	Nuno Vitorino	M	MSEN	ADRM-Mata	Trail 15km	0:58:57	5:21	1:20:28
37	138	Filipa Casimiro	F	FSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:59:37	5:23	1:20:54
38	135	José Alves	M	M50	ADRM-Mata	Trail 15km	0:59:45	5:26	1:21:39
39	18	Dany Grilo	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:58:57	5:27	1:21:50
40	112	Rodolfo Deyllot	M	M50	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	1:00:05	5:27	1:21:53
41	92	Guilherme Bento	M	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:59:20	5:29	1:22:17
42	134	António Carreira	M	M35	ADRM-Mata	Trail 15km	1:00:44	5:30	1:22:42
43	127	Diogo Ferreira	M	M35	clube veteranos do lis	Trail 15km	0:59:44	5:33	1:23:23
44	8	Jorge Rodrigues	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:00:45	5:36	1:24:10
45	153	Nuno Gonçalves	M	M35	Individual	Trail 15km	1:02:26	5:39	1:24:49
46	21	Marco Reis	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:01:51	5:39	1:24:59
47	151	Luis Oliveira	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:01:48	5:44	1:26:08
48	131	Cláudia Torres	F	F35	Individual	Trail 15km	1:04:51	5:49	1:27:19
49	15	Nuno Branco	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:04:06	5:50	1:27:36
50	181	Casimiro Gomes	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	1:02:08	5:51	1:27:49
51	147	Pedro Santos	M	M35	Lama Solta	Trail 15km	1:03:47	5:55	1:28:50
52	148	Luis Marques	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:03:56	5:55	1:28:51
53	14	Pedro Cabecinhas	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:04:41	6:01	1:30:23
54	189	Bruno Miguel Ferreira Simões Lima	M	MSEN	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:05:24	6:03	1:30:52
55	3	Sérgio Marcelino	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:09:05	6:13	1:33:18
56	186	Miguel Ângelo D. Das Neves Matias	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:07:57	6:15	1:33:53
57	20	Tiago Pedrosa	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:06:59	6:17	1:34:28
58	1	Ramiro Rodrigues	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:11:00	6:22	1:35:40
59	133	Fernando Passadouro	M	MSEN	ADRM-Mata	Trail 15km	1:09:50	6:25	1:36:22
60	128	José Martins	M	M50	clube veteranos do lis	Trail 15km	1:10:08	6:27	1:36:48
61	24	Diogo Domingues	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:10:29	6:32	1:38:00
62	27	Maria Silvério	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:02	6:38	1:39:37
63	9	Rosa Henriques	F	F35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:43	6:44	1:41:11

64	187	Pascoal Duarte Oliveira	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:16:04	6:58	1:44:42
65	4	Rafael Cabecinhas	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:06	7:04	1:46:05
66	19	Luísa Areia	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:16:59	7:07	1:46:54
67	190	Virginia Margarida Sintra	F	F35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:18:39	7:09	1:47:16
68	188	Arlindo De Jesus Oliveira	M	M50	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:18:40	7:10	1:47:38
69	169	Tina Silva	F	F50	Juventude Vidigalense	Trail 15km	1:18:33	7:15	1:48:46
70	167	Flávio Neves	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:19:38	7:22	1:50:31
71	10	Anabela Fernandes	F	F35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:28:00	8:09	2:02:18
72	115	Lizete Heleno	F	F35	Juventude Vidigalense	Trail 15km	1:37:20	8:57	2:14:27
73	11	Gilberto Santos	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:36:59	9:02	2:15:44
74	2	Filipe Carvalheiro	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
75	22	Licínio Silva	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
76	170	Pedro Marques	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km			DNS
77	185	Álvaro José Vieira Lopes	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km			DNS



Campeonato Distrital de Trail Curto

Trail Moinhos da Bajouca
Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Senior Feminino

Bajouca, 17 de Março de 2018



Pos	Dorsal	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
1	154	Denise Pereira	F	FSEN	Individual	Trail 15km	0:56:45	5:10	1:17:40
2	23	Milene Santos	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:36	5:16	1:19:01
3	138	Filipa Casimiro	F	FSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:59:37	5:23	1:20:54
4	27	Maria Silvério	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:02	6:38	1:39:37
5	19	Luísa Areia	F	FSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:16:59	7:07	1:46:54



Campeonato Distrital de Trail Curto

Trail Moinhos da Bajouca
Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Senior Masc.

Bajouca, 17 de Março de 2018



Pos	Dorsal	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
1	122	Carlos Bárbara	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:44:51	4:05	1:01:20
2	124	Nélio Almeida	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:44:50	4:05	1:01:20
3	139	Francisco Reis	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:45:13	4:06	1:01:30
4	114	Fabio Durão	M	MSEN	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:45:21	4:10	1:02:39
5	96	Valter Costa	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:47:20	4:23	1:05:45
6	91	Ricardo Carreira	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:47:19	4:23	1:05:47
7	142	Bruno Gonçalves	M	MSEN	Juventude Vidigalense	Trail 15km	0:49:18	4:29	1:07:21
8	94	Bruno Reis	M	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:49:31	4:32	1:08:11
9	26	Fábio Gomes	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:50:11	4:35	1:08:49
10	125	Samuel Reis	M	MSEN	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:50:30	4:38	1:09:31
11	46	Ricardo Nunes	M	MSEN	ACRM SILVEIRINHA GRANDE CLARAS	Trail 15km	0:53:39	4:57	1:14:22
12	98	Jorge Vieira	M	MSEN	Individual	Trail 15km	0:55:01	4:58	1:14:39
13	150	Lino Silva	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	0:57:34	5:15	1:18:47
14	25	Micael Rodrigues	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:58	5:18	1:19:38
15	136	Nuno Vitorino	M	MSEN	ADRM-Mata	Trail 15km	0:58:57	5:21	1:20:28
16	18	Dany Grilo	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:58:57	5:27	1:21:50
17	21	Marco Reis	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:01:51	5:39	1:24:59
18	151	Luis Oliveira	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:01:48	5:44	1:26:08
19	148	Luis Marques	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:03:56	5:55	1:28:51
20	189	Bruno Miguel Ferreira Simões Lima	M	MSEN	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:05:24	6:03	1:30:52
21	20	Tiago Pedrosa	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:06:59	6:17	1:34:28
22	133	Fernando Passadouro	M	MSEN	ADRM-Mata	Trail 15km	1:09:50	6:25	1:36:22
23	24	Diogo Domingues	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:10:29	6:32	1:38:00
24	167	Flávio Neves	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km	1:19:38	7:22	1:50:31
	22	Licínio Silva	M	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
	170	Pedro Marques	M	MSEN	Lama Solta	Trail 15km			DNS



Campeonato Distrital de Trail Curto

Trail Moinhos da Bajouca
Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Master Fem.

Bajouca, 17 de Março de 2018



Pos	Dorsal	Atleta	Sex	Escalão	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
1	131	Cláudia Torres	F	F35	Individual	Trail 15km	1:04:51	5:49	1:27:19
2	9	Rosa Henriques	F	F35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:43	6:44	1:41:11
3	190	Virginia Margarida Sintra	F	F35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:18:39	7:09	1:47:16
4	169	Tina Silva	F	F50	Juventude Vidigalense	Trail 15km	1:18:33	7:15	1:48:46
5	10	Anabela Fernandes	F	F35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:28:00	8:09	2:02:18
6	115	Lizete Heleno	F	F35	Juventude Vidigalense	Trail 15km	1:37:20	8:57	2:14:27



Campeonato Distrital de Trail Curto

Trail Moinhos da Bajouca
Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Master Masc.

Bajouca, 17 de Março de 2018



Pos	Dorsal	Atleta	Sex	Escalaço	Equipa	Prova	10km	Ritmo	Tempo
1	155	Nuno Gonçalves	M	M35	Individual	Trail 15km	0:45:59	4:13	1:03:21
2	130	Bruno Filipe	M	M35	Individual	Trail 15km	0:46:32	4:19	1:04:45
3	179	José Figueira	M	M35	Burinhosa	Trail 15km	0:49:54	4:34	1:08:31
4	5	Daniel Jaulino	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:49:58	4:35	1:08:55
5	70	Germano Capela	M	M50	CA Barreira	Trail 15km	0:51:05	4:40	1:10:09
6	6	Jorge Silva	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:51:58	4:44	1:11:12
7	7	José Gonçalves	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:52:17	4:49	1:12:17
8	111	Amândio Paulo	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:52:12	4:49	1:12:19
9	149	Rui Cadete	M	M35	Lama Solta	Trail 15km	0:52:43	4:50	1:12:30
10	13	André Fernandes	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:54:27	4:57	1:14:20
11	28	Ricardo Pedrosa Carreira	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:54:31	4:57	1:14:20
12	1122	Horácio Gaspar	M	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:56:10	5:07	1:16:53
13	95	Diamantino Lopes	M	M50	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:56:20	5:09	1:17:24
14	12	Otelo Pereira	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:57:20	5:10	1:17:31
15	113	Miguel Gineto	M	M35	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	0:56:44	5:10	1:17:41
16	17	Hugo Barqueiro	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	0:56:27	5:12	1:18:09
17	182	Frederico Carreira	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	0:56:18	5:13	1:18:28
18	123	Carlos Cunha	M	M35	A. C. S. Mamede	Trail 15km	0:57:40	5:17	1:19:21
19	183	Hélder Matos	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	0:58:20	5:19	1:19:57
20	135	José Alves	M	M50	ADRM-Mata	Trail 15km	0:59:45	5:26	1:21:39
21	112	Rodolfo Deyllot	M	M50	Clube Desportivo Ribeirense	Trail 15km	1:00:05	5:27	1:21:53
22	92	Guilherme Bento	M	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	Trail 15km	0:59:20	5:29	1:22:17
23	134	António Carreira	M	M35	ADRM-Mata	Trail 15km	1:00:44	5:30	1:22:42
24	127	Diogo Ferreira	M	M35	clube veteranos do lis	Trail 15km	0:59:44	5:33	1:23:23
25	8	Jorge Rodrigues	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:00:45	5:36	1:24:10
26	153	Nuno Gonçalves	M	M35	Individual	Trail 15km	1:02:26	5:39	1:24:49
27	15	Nuno Branco	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:04:06	5:50	1:27:36
28	181	Casimiro Gomes	M	M35	Atletico Clube Batalha	Trail 15km	1:02:08	5:51	1:27:49

29	147	Pedro Santos	M	M35	Lama Solta	Trail 15km	1:03:47	5:55	1:28:50
30	14	Pedro Cabecinhas	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:04:41	6:01	1:30:23
31	3	Sérgio Marcelino	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:09:05	6:13	1:33:18
32	186	Miguel Ângelo D. Das Neves Matias	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:07:57	6:15	1:33:53
33	1	Ramiro Rodrigues	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:11:00	6:22	1:35:40
34	128	José Martins	M	M50	clube veteranos do lis	Trail 15km	1:10:08	6:27	1:36:48
35	187	Pascoal Duarte Oliveira	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:16:04	6:58	1:44:42
36	4	Rafael Cabecinhas	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:13:06	7:04	1:46:05
37	188	Arlindo De Jesus Oliveira	M	M50	CSCRFCHARNECA	Trail 15km	1:18:40	7:10	1:47:38
38	11	Gilberto Santos	M	M35	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km	1:36:59	9:02	2:15:44
	2	Filipe Carvalheiro	M	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	Trail 15km			DNS
	185	Álvaro José Vieira Lopes	M	M35	CSCRFCHARNECA	Trail 15km			DNS



Campeonato Distrital de Trail Curto

Trail Moinhos da Bajouca

Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Coletiva

Bajouca, 17 de Março de 2018



1º	1	Carlos Bárbara	MSEN	A. C. S. Mamede	1:01:20	20
	2	Nélio Almeida	MSEN	A. C. S. Mamede	1:01:20	
	3	Francisco Reis	MSEN	A. C. S. Mamede	1:01:30	
	14	Samuel Reis	MSEN	A. C. S. Mamede	1:09:31	
2º	7	Valter Costa	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	1:05:45	49
	8	Ricardo Carreira	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	1:05:47	
	10	Bruno Reis	MSEN	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	1:08:11	
	24	Horácio Gaspar	M35	GAC - Grupo Atletismo da Caranguejeira	1:16:53	
3º	12	Fábio Gomes	MSEN	Grupo Alegre Unido Bajouca	1:08:49	58
	13	Daniel Jaulino	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	1:08:55	
	16	Jorge Silva	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	1:11:12	
	17	José Gonçalves	M50	Grupo Alegre Unido Bajouca	1:12:17	
4º	4	Fabio Durão	MSEN	Clube Desportivo Ribeirense	1:02:39	90
	18	Amândio Paulo	M35	Clube Desportivo Ribeirense	1:12:19	
	28	Miguel Gineto	M35	Clube Desportivo Ribeirense	1:17:41	
	40	Rodolfo Deyllot	M50	Clube Desportivo Ribeirense	1:21:53	
5º	19	Rui Cadete	M35	Lama Solta	1:12:30	148
	31	Lino Silva	MSEN	Lama Solta	1:18:47	
	47	Luis Oliveira	MSEN	Lama Solta	1:26:08	
	51	Pedro Santos	M35	Lama Solta	1:28:50	
6º	36	Nuno Vitorino	MSEN	ADRM-Mata	1:20:28	175
	38	José Alves	M50	ADRM-Mata	1:21:39	
	42	António Carreira	M35	ADRM-Mata	1:22:42	
	59	Fernando Passadouro	MSEN	ADRM-Mata	1:36:22	
7º	54	Bruno Lima	MSEN	CSCRFCHARNECA	1:30:52	241
	56	Miguel Matias	M35	CSCRFCHARNECA	1:33:53	
	64	Pascoal Duarte Oliveira	M35	CSCRFCHARNECA	1:44:42	
	67	Virginia Margarida Sintra	F35	CSCRFCHARNECA	1:47:16	