



# Campeonatos Nacionais de 5km em estrada

FPA **COMPETIÇÕES**

Braga - 09/03/2025

5km - Absolutos Femininos | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

## Série 1

| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|----------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 1       | Lemlem Nibret        | 2005 | SUB-23  | ETH | SPORTING C P         | 0:15:19 |
| 2       | Mariana Machado      | 2000 | SEN     |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:15:21 |
| 3       | Solange Jesus        | 1987 | M 35    |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:15:49 |
| 4       | Laura Taborda        | 1999 | SEN     |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:15:51 |
| 6       | Ana Marinho          | 2003 | SUB-23  |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:16:17 |
| 7       | Vanessa Carvalho     | 1991 | SEN     |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:16:29 |
| 8       | Ana Mafalda Ferreira | 1988 | M 35    |     | SPORTING C P         | 0:16:33 |
| 9       | Cátia Khvas          | 2007 | SUB-20  |     | A D NUCLEOIRAS       | 0:16:34 |
| 10      | Mónica F Silva       | 2000 | SEN     |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:16:37 |
| 11      | Carla Salomé Rocha   | 1990 | M 35    |     | SPORTING C P         | 0:16:41 |
| 12      | Marta Castro         | 2003 | SUB-23  |     | SPORTING C P         | 0:16:44 |
| 13      | Andreia Santos       | 1985 | M 35    |     | C S R DESP SANTIAGO  | 0:16:45 |
| 14      | Beatriz Rios         | 2003 | SUB-23  |     | A C PÓVOA DE VARZIM  | 0:16:59 |
| 15      | Susana Francisco     | 1991 | SEN     |     | SPORTING C P         | 0:17:11 |
| 16      | Stela Fernandes      | 2006 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:17:19 |
| 17      | Lia Lemos            | 2001 | SEN     |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:17:27 |
| 18      | Joana Nunes          | 1985 | M 35    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:17:37 |
| 19      | Maria Bernardo       | 1999 | SEN     |     | SPORTING C P         | 0:17:38 |
| 20      | Sofia Silva          | 2003 | SUB-23  |     | SPORTING C P         | 0:17:39 |
| 21      | Estela Melo          | 1976 | M 45    |     | U DESP DA VÁRZEA     | 0:17:44 |
| 22      | Sónia Ferreira       | 1995 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:17:49 |
| 23      | Carolina Correia     | 2007 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:17:51 |
| 24      | Anita Alves          | 2002 | SEN     |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:17:53 |
| 24      | Ema Simão            | 2006 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:17:53 |
| 26      | Neide Dias           | 1987 | M 35    |     | SPORTING C P         | 0:17:56 |
| 27      | Joana Gomes          | 1989 | M 35    |     | A C PÓVOA DE VARZIM  | 0:17:59 |
| 28      | Maria João Pimentel  | 2006 | SUB-20  |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:18:10 |
| 28      | Anabela Aguiar       | 1998 | SEN     |     | C S R DESP SANTIAGO  | 0:18:10 |
| 30      | Kcénia Bougrova      | 1994 | SEN     |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:18:22 |
| 31      | Fátima Silva         | 2007 | SUB-20  |     | C BENFICA PAREDES    | 0:18:24 |
| 32      | Telma Pinho          | 2000 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:18:34 |
| 33      | Carla Almeida        | 1988 | M 35    |     | A C R SRA DESTERRO   | 0:18:42 |
| 34      | Daniela Gregório     | 1994 | SEN     |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:18:45 |
| 35      | Liliana Rocha        | 1979 | M 45    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:18:48 |
| 36      | Ana Marta Pinto      | 1991 | SEN     |     | S C BEIRA-MAR        | 0:18:51 |
| 36      | Maria Rijo           | 2006 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:18:51 |
| 38      | Leonor Rijo          | 2006 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:18:52 |
| 39      | Ana Silva            | 1998 | SEN     |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:18:53 |
| 40      | Mariana Saltão       | 2007 | SUB-20  |     | ACDRS QUINHENDROS    | 0:18:56 |
| 41      | Beatriz Passos       | 1997 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:18:57 |
| 42      | Susana Vilela        | 1983 | M 40    |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:19:02 |
| 43      | Margarida Oliveira   | 2004 | SUB-23  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:19:10 |
| 44      | Sílvia Pereira       | 1979 | M 45    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:19:12 |
| 45      | Raquel Cirne         | 1997 | SEN     |     | GRECAS - VAGOS       | 0:19:14 |
| 46      | Inês Mendes          | 1986 | M 35    |     | S C FREAMUNDE        | 0:19:38 |
| 47      | Inês Sousa           | 2006 | SUB-20  |     | LIBERDADE F C        | 0:19:42 |
| 48      | Tânia Silva          | 1988 | M 35    |     | LIBERDADE F C        | 0:19:44 |
| 49      | Paula Costa          | 1979 | M 45    |     | ACADEMIA DE VALDEVEZ | 0:19:46 |
| 50      | Paula Marques        | 1981 | M 40    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:20:01 |
| 51      | Márcia França        | 2006 | SUB-20  |     | F C E SUSANENSES     | 0:20:02 |
| 52      | Sara R F Oliveira    | 1998 | SEN     |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:20:07 |
| 53      | Vanessa Sousa        | 1990 | M 35    |     | C A MAZAREFES        | 0:20:08 |
| 54      | Céu Fernandes        | 1973 | M 50    |     | VITÓRIA S C          | 0:20:12 |
| 54      | Inês Almeida         | 2007 | SUB-20  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:20:12 |



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**MAIS Atletismo!**

www.fpatletismo.pt

| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|----------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 56      | Marta Caeiro         | 1989 | M 35    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:20:18 |
| 57      | Ana Costa            | 2006 | SUB-20  |     | U DESP DA VÁRZEA     | 0:20:20 |
| 58      | Alexandra Slayton    | 1984 | M 40    | USA | C F OS BELENENSES    | 0:20:21 |
| 59      | Elisabete Macedo     | 1981 | M 40    |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:20:25 |
| 60      | Liliana Gonçalves    | 1980 | M 45    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:20:37 |
| 60      | Marisa Fernandes     | 1985 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:20:37 |
| 62      | Ana Luís             | 1994 | SEN     |     | C DESP FEIRENSE      | 0:20:41 |
| 63      | Marlene Puga         | 1983 | M 40    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:20:42 |
| 64      | Ana Neves            | 1975 | M 45    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:20:43 |
| 65      | Beatriz Crispim      | 2001 | SEN     |     | THOMAR ATHLETICS     | 0:20:56 |
| 66      | Alexandra Costa      | 1976 | M 45    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:01 |
| 67      | Andreia Branco       | 1981 | M 40    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:21:04 |
| 67      | Sofia Reis           | 2007 | SUB-20  |     | CD OPERÁRIO LAGOA    | 0:21:04 |
| 69      | Francisca Sá         | 2006 | SUB-20  |     | FUNDAÇÃO SALESIANOS  | 0:21:07 |
| 70      | Rosa Soares          | 1989 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:21:12 |
| 71      | Margarida Martins    | 1996 | SEN     |     | F C E SUSANENSES     | 0:21:17 |
| 72      | Graça Costa          | 1963 | M 60    |     | A.MONT/ESCOLA DO RIO | 0:21:21 |
| 73      | Edite Dias           | 2007 | SUB-20  |     | OLÍMPICO VIANENSE    | 0:21:24 |
| 73      | Florinda Fernandes   | 1969 | M 55    |     | C A MAZAREFES        | 0:21:24 |
| 73      | Fátima Silva         | 1970 | M 55    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:24 |
| 76      | Lara Araújo          | 2005 | SUB-23  |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:21:26 |
| 77      | Júlia Conceição      | 1968 | M 55    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:21:27 |
| 78      | Sara Ribeiro         | 1992 | SEN     |     | VITÓRIA S C          | 0:21:32 |
| 79      | Fátima Veiga         | 1991 | SEN     |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:21:33 |
| 80      | Beatriz Leão         | 2007 | SUB-20  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:21:36 |
| 81      | Fátima Paz           | 1978 | M 45    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:21:39 |
| 82      | Deolinda Oliveira    | 1968 | M 55    |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:21:46 |
| 83      | Fátima Santos        | 1967 | M 55    |     | LUSITÂNIA LOUROSA FC | 0:21:49 |
| 84      | Guilhermina Rebola   | 1974 | M 50    |     | Individual           | 0:21:50 |
| 85      | Luísa Azevedo        | 2007 | SUB-20  |     | OLÍMPICO VIANENSE    | 0:21:51 |
| 85      | Elisabete Ferreira   | 1991 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:21:51 |
| 87      | Joana Alves          | 1994 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:21:57 |
| 87      | Telma Sofia Silva    | 1991 | SEN     |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:21:57 |
| 89      | Ariana Cardoso       | 2006 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:22:02 |
| 90      | Lígia Santos         | 1982 | M 40    |     | C ATLETISMO DE OVAR  | 0:22:07 |
| 91      | Sara Dos Santos      | 2007 | SUB-20  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:22:08 |
| 92      | Lisa Diegues         | 1993 | SEN     |     | G C BRAGANÇA         | 0:22:09 |
| 93      | Rita Lopes           | 2006 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:22:13 |
| 93      | Márcia Almeida       | 1990 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:22:13 |
| 95      | Catarina Borges      | 2003 | SUB-23  |     | VITÓRIA S C          | 0:22:16 |
| 96      | Conceição Santos     | 1977 | M 45    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:22:22 |
| 97      | Catarina Lopes       | 1991 | SEN     |     | G C BRAGANÇA         | 0:22:29 |
| 98      | Daniela Costa        | 2002 | SEN     |     | LIBERDADE F C        | 0:22:39 |
| 99      | Bruna Madureira      | 2007 | SUB-20  |     | C E MARCO CANAVESES  | 0:22:41 |
| 99      | Augusta Rodrigues    | 1974 | M 50    |     | DESNÍVEL POSITIVO    | 0:22:41 |
| 101     | Clara Sampaio        | 2006 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:22:44 |
| 102     | Fátima Dantas        | 1962 | M 60    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:22:47 |
| 103     | Cláudia Borralho     | 1973 | M 50    |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:22:52 |
| 104     | Tânia Alves          | 1991 | SEN     |     | C P REC A-DO-BARBAS  | 0:23:09 |
| 105     | Sandra Matos         | 1974 | M 50    |     | MAIA A C             | 0:23:13 |
| 106     | Marlene Ferreira     | 1976 | M 45    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:23:19 |
| 106     | Márcia Silva         | 1987 | M 35    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:23:19 |
| 108     | Bianca Albuquerque   | 1992 | SEN     | BRA | G C BRAGANÇA         | 0:23:23 |
| 109     | Bárbara Rita Abreu   | 1993 | SEN     |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:23:28 |
| 110     | Sandrina Costa       | 2007 | SUB-20  |     | CYCLONES A C         | 0:23:33 |
| 111     | Joana Azevedo        | 2005 | SUB-23  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:23:35 |
| 112     | Ana Pereira          | 1967 | M 55    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:23:42 |
| 113     | Rita Sousa           | 2000 | SEN     |     | VITÓRIA S C          | 0:23:48 |
| 114     | Patrícia Fertuzinhos | 1997 | SEN     |     | VITÓRIA S C          | 0:23:52 |
| 115     | Carla Martins        | 1989 | M 35    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:23:54 |



| Posicao | Nome               | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|--------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 116     | Luísa Moreira      | 1975 | M 45    |     | G C BRAGANÇA         | 0:24:01 |
| 117     | Patrícia Azevedo   | 1984 | M 40    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:24:04 |
| 118     | Anabela Silva      | 1975 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:24:09 |
| 118     | Leonor Pereira     | 2007 | SUB-20  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:24:09 |
| 120     | Patrícia Sousa     | 1987 | M 35    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:24:11 |
| 120     | Fátima Barros      | 1978 | M 45    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:24:11 |
| 122     | Rosa Araújo        | 1966 | M 55    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:24:12 |
| 123     | Delfina Rompante   | 1964 | M 60    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:24:14 |
| 124     | Maria Costa        | 1984 | M 40    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:24:41 |
| 125     | Marisa Pereira     | 1980 | M 40    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:24:51 |
| 125     | Vera Pinheiro      | 1991 | SEN     |     | ASS MOINHO VERMOIM   | 0:24:51 |
| 127     | Milene Jesus       | 2005 | SUB-23  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:24:56 |
| 128     | Helena Mourão      | 1960 | M 60    |     | HM GROUP SANGALHOS   | 0:25:11 |
| 128     | Maria Cardoso      | 1968 | M 55    |     | GRECAS - VAGOS       | 0:25:11 |
| 130     | Inês Oliveira      | 2000 | SEN     |     | S C FREAMUNDE        | 0:25:43 |
| 131     | Ana Ribeiro        | 1994 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:25:45 |
| 132     | Elsa Rocha         | 1984 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:25:58 |
| 133     | Magda Reina        | 1980 | M 45    |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:26:04 |
| 134     | Anabela Delgado    | 1976 | M 45    |     | C VETERANOS COIMBRA  | 0:26:09 |
| 135     | Ana Andrade        | 1983 | M 40    |     | ESCOLA DO MOVIMENTO  | 0:26:12 |
| 136     | Beatriz Neto       | 2001 | SEN     |     | S C FREAMUNDE        | 0:26:15 |
| 137     | Nádia Morais       | 2007 | SUB-20  |     | HM GROUP SANGALHOS   | 0:26:19 |
| 138     | Rafaela Faria      | 1995 | SEN     |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:26:40 |
| 139     | Sandra Souto       | 1982 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:26:58 |
| 140     | Renata Barros      | 1979 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:27:00 |
| 141     | Elsa Martins       | 1985 | M 35    |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:27:03 |
| 142     | Anaísa Tavares     | 2006 | SUB-20  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:27:20 |
| 143     | Cláudia Ferreira   | 1986 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:27:24 |
| 144     | Tânia Monteiro     | 1997 | SEN     |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:27:27 |
| 145     | Susana Duarte      | 1971 | M 50    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:27:34 |
| 146     | Hermínia Rodrigues | 1963 | M 60    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:27:51 |
| 147     | Anabela Santos     | 1972 | M 50    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:28:05 |
| 148     | Adília Fernandes   | 1963 | M 60    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:29:09 |
| 149     | Maria Valente      | 1965 | M 55    |     | CALDAS SÃO JORGE S C | 0:29:20 |
| 149     | Beatriz Valente    | 2003 | SUB-23  |     | CALDAS SÃO JORGE S C | 0:29:20 |
| 151     | Isabel Ribeiro     | 1989 | M 35    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:29:26 |
| 152     | Susana Vasconcelos | 1977 | M 45    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:30:15 |
| 153     | Margarida Leal     | 1998 | SEN     |     | S C FREAMUNDE        | 0:31:03 |
| 154     | Isabel Rhodes      | 1959 | M 65    |     | C A ARCOS VALDEVEZ   | 0:32:18 |
| 155     | Maria Fernandes    | 1952 | M 70    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:32:21 |

**5km - Absolutos Masculinos | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube               | Marca   |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---------------------|---------|
| 1       | Charles Rotich    | 2005 | SUB-23  | KEN | SPORTING C P        | 0:13:48 |
| 2       | Hugo Rocha        | 1997 | SEN     |     | G DESP ESTREITO     | 0:13:51 |
| 3       | José Carlos Pinto | 1997 | SEN     |     | S L BENFICA         | 0:13:53 |
| 4       | Rui Pinto         | 1992 | SEN     |     | SPORTING C P        | 0:13:54 |
| 5       | Duarte Santos     | 2003 | SUB-23  |     | SPORTING C P        | 0:14:17 |
| 6       | Miguel Palm       | 1998 | SEN     |     | SPORTING C P        | 0:14:20 |
| 7       | Ricardo Pedra     | 2002 | SEN     |     | OLÍMPICO VIANENSE   | 0:14:22 |
| 8       | Pedro Amaro       | 2002 | SEN     |     | S L BENFICA         | 0:14:24 |
| 9       | João Amaro        | 2002 | SEN     |     | S L BENFICA         | 0:14:25 |
| 10      | Leandro Monteiro  | 2003 | SUB-23  |     | SPORTING C P        | 0:14:36 |
| 10      | Wilson Cabral     | 1993 | SEN     | CPV | OLÍMPICO VIANENSE   | 0:14:36 |
| 10      | João Azevedo      | 2005 | SUB-23  |     | E A ROSA OLIVEIRA   | 0:14:36 |
| 13      | Diogo Rosário     | 2000 | SEN     |     | S CLUBE DE BRAGA    | 0:14:37 |
| 14      | João Pais         | 2002 | SEN     |     | C ATLETISMO DE SEIA | 0:14:39 |
| 15      | Afonso Simão      | 1998 | SEN     |     | C ATLETISMO DE SEIA | 0:14:42 |
| 16      | André Barbosa     | 2005 | SUB-23  |     | TEAM EL COMANDANTE  | 0:14:48 |



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**MAIS Atletismo!**

www.fpatletismo.pt

| Posição | Nome                | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|---------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 17      | Manuel Dos Santos   | 2006 | SUB-20  |     | GIRA SOL             | 0:14:57 |
| 18      | Tiago Sabino        | 2001 | SEN     |     | A D R ÁGUA DE PENA   | 0:14:58 |
| 19      | João Rodrigues      | 2004 | SUB-23  |     | GDR SANTA TECLA      | 0:15:09 |
| 20      | Nathan Geada        | 2005 | SUB-23  |     | S L BENFICA          | 0:15:13 |
| 21      | Rui Fernandes       | 1997 | SEN     |     | VIZELA CORRE         | 0:15:14 |
| 22      | Sandro Baessa       | 1999 | SEN     |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:15:15 |
| 22      | Rúben Pires         | 2003 | SUB-23  |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:15:15 |
| 24      | Joel Barros         | 2005 | SUB-23  |     | A D NUCLEOIRAS       | 0:15:16 |
| 25      | João Valente        | 1993 | SEN     |     | THOMAR ATHLETICS     | 0:15:17 |
| 26      | Rafael Pereira      | 1992 | SEN     |     | VIZELA CORRE         | 0:15:19 |
| 26      | Guilherme Filipe    | 2007 | SUB-20  |     | A D NUCLEOIRAS       | 0:15:19 |
| 28      | Bruno Silva         | 1983 | M 40    |     | VIZELA CORRE         | 0:15:22 |
| 29      | Nuno Miguel Costa   | 1981 | M 40    |     | GRECAS - VAGOS       | 0:15:26 |
| 30      | Nuno Carraça        | 1989 | M 35    |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:15:28 |
| 30      | João Protásio       | 2001 | SEN     |     | THOMAR ATHLETICS     | 0:15:28 |
| 30      | Tomás Costa         | 2006 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:15:28 |
| 33      | Tiago Freitas       | 1996 | SEN     |     | VITÓRIA S C          | 0:15:29 |
| 34      | Nuno Alves          | 2002 | SEN     |     | C DESP FEIRENSE      | 0:15:30 |
| 34      | Nuno Costa          | 1995 | SEN     |     | VIZELA CORRE         | 0:15:30 |
| 36      | André Regufe        | 2002 | SEN     |     | OLÍMPICO VIANENSE    | 0:15:31 |
| 36      | Miguel Valente      | 1999 | SEN     |     | BEJA ATLÉTICO CLUBE  | 0:15:31 |
| 38      | Leonardo Oliveira   | 2007 | SUB-20  |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:15:35 |
| 39      | Afonso Carvalho     | 2007 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:15:36 |
| 40      | Bruno Abreu         | 1990 | M 35    |     | VITÓRIA S C          | 0:15:37 |
| 40      | David Pedrosa       | 1999 | SEN     |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:15:37 |
| 42      | Carlos Rodrigues    | 1993 | SEN     |     | C S R DESP SANTIAGO  | 0:15:38 |
| 43      | Nuno Fernandes      | 1997 | SEN     |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:15:40 |
| 44      | Paulo Mendes        | 1992 | SEN     |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:15:41 |
| 45      | Diogo Fraga         | 1998 | SEN     |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:15:42 |
| 45      | Eduardo Salazar     | 2004 | SUB-23  |     | LIBERDADE F C        | 0:15:42 |
| 45      | André Antunes       | 2002 | SEN     |     | GRUPO REC EIRENSE    | 0:15:42 |
| 48      | Rui Borges          | 1996 | SEN     |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:15:43 |
| 49      | Rui Oliveira        | 2002 | SEN     |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:15:46 |
| 49      | Cristiano Ribeiro   | 1988 | M 35    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:15:46 |
| 51      | Guilherme Fernandes | 2005 | SUB-23  |     | GRUPO REC EIRENSE    | 0:15:47 |
| 52      | Zacarias Siteo      | 1994 | SEN     | MOZ | C S R DESP SANTIAGO  | 0:15:48 |
| 52      | Pedro Meireles      | 1989 | M 35    |     | MAIA A C             | 0:15:48 |
| 54      | Miguel Meira        | 1979 | M 45    |     | OLÍMPICO VIANENSE    | 0:15:49 |
| 55      | Luís Ceia           | 1996 | SEN     |     | CYCLONES A C         | 0:15:51 |
| 55      | Tomás Morais        | 1995 | SEN     |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:15:51 |
| 55      | António Câmara      | 2001 | SEN     |     | CD OPERÁRIO LAGOA    | 0:15:51 |
| 58      | Miguel Ribeiro      | 2001 | SEN     |     | MAIA A C             | 0:15:52 |
| 58      | Bernardo Magina     | 2003 | SUB-23  |     | C F OS BELENENSES    | 0:15:52 |
| 60      | José C Moreira      | 1980 | M 40    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:15:53 |
| 61      | Nelson Moreira      | 2007 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:15:54 |
| 61      | Evandro Pires       | 2005 | SUB-23  |     | SPORTING C P         | 0:15:54 |
| 63      | Pedro Lacerda       | 2005 | SUB-23  |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:15:55 |
| 64      | Ricardo Alves       | 2006 | SUB-20  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:15:58 |
| 64      | Hugo Silva          | 1982 | M 40    |     | OLÍMPICO VIANENSE    | 0:15:58 |
| 64      | Nelson Barbosa      | 2003 | SUB-23  |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:15:58 |
| 67      | Tomás Rosário       | 2007 | SUB-20  |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:15:59 |
| 68      | Erick Araújo        | 1996 | SEN     |     | GDR SANTA TECLA      | 0:16:00 |
| 69      | Tiago Graça         | 1987 | M 35    |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:16:01 |
| 70      | José Azevedo        | 2007 | SUB-20  |     | CAOB OLIVEIRA BAIRRO | 0:16:06 |
| 71      | Ismael Carvalho     | 1994 | SEN     | STP | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:16:07 |
| 72      | Christian Sierpes   | 2007 | SUB-20  | ESP | S L BENFICA          | 0:16:08 |
| 73      | Cristiano Pereira   | 2002 | SEN     |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:16:09 |
| 73      | Daniel Monteiro     | 1994 | SEN     | CPV | G C BRAGANÇA         | 0:16:09 |
| 75      | Rui Ferreira        | 2004 | SUB-23  |     | Individual           | 0:16:11 |
| 76      | Tiago D Silva       | 2002 | SEN     |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:16:12 |



| Posicao | Nome               | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|--------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 76      | Afonso Oliveira    | 2007 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:16:12 |
| 76      | João Pereira       | 1975 | M 45    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:16:12 |
| 79      | João Tomás         | 1995 | SEN     |     | G DESP CASTELENSE    | 0:16:13 |
| 79      | Tiago Madureira    | 1989 | M 35    |     | 3 SANTOS POPULARES   | 0:16:13 |
| 79      | Sérgio Salgueiro   | 1988 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:16:13 |
| 82      | Domingos Fernandes | 1967 | M 55    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:16:14 |
| 83      | Nuno Gabriel       | 1989 | M 35    |     | VITÓRIA S C          | 0:16:18 |
| 83      | Rodrigo Gomes      | 2003 | SUB-23  |     | C A BAIXA BANHEIRA   | 0:16:18 |
| 85      | Duarte Santos      | 2001 | SEN     |     | THOMAR ATHLETICS     | 0:16:20 |
| 86      | Rui Alves          | 1995 | SEN     |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:16:23 |
| 87      | João Costa         | 1993 | SEN     |     | VITÓRIA S C          | 0:16:28 |
| 88      | Filipe Serra       | 2007 | SUB-20  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:16:29 |
| 88      | Ricardo Silva      | 1985 | M 35    |     | NASCIDOS PARA CORRER | 0:16:29 |
| 88      | Rui Lousa          | 1993 | SEN     |     | THOMAR ATHLETICS     | 0:16:29 |
| 91      | Nuno Quitério      | 1986 | M 35    |     | G C BRAGANÇA         | 0:16:31 |
| 91      | João Silva         | 2007 | SUB-20  |     | MAIA A C             | 0:16:31 |
| 93      | Nuno Fernandes     | 1982 | M 40    |     | FAFE RUNNERS         | 0:16:32 |
| 94      | André Natário      | 2001 | SEN     |     | VIZELA CORRE         | 0:16:34 |
| 95      | Tiago Nunes        | 2003 | SUB-23  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:16:36 |
| 96      | Paulo Oliveira     | 2000 | SEN     |     | GDR SANTA TECLA      | 0:16:37 |
| 96      | Ricardo Saldanha   | 1995 | SEN     |     | THOMAR ATHLETICS     | 0:16:37 |
| 96      | João Figueiredo    | 1993 | SEN     |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:16:37 |
| 99      | Bruno Sousa        | 2006 | SUB-20  |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:16:39 |
| 99      | Ricardo Castro     | 1981 | M 40    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:16:39 |
| 99      | Tiago Correia      | 1986 | M 35    |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:16:39 |
| 102     | Joaquim Lopes      | 1977 | M 45    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:16:42 |
| 103     | Fábio Sousa        | 1989 | M 35    |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:16:43 |
| 104     | Tiago Pinto        | 1991 | SEN     |     | S C FREAMUNDE        | 0:16:44 |
| 105     | Braima Dabó        | 1993 | SEN     | GBS | G C BRAGANÇA         | 0:16:45 |
| 106     | Bruno Batista      | 1991 | SEN     |     | C REC ALTURENSE      | 0:16:46 |
| 107     | Miguel Ferreira    | 1980 | M 40    |     | C S R DESP SANTIAGO  | 0:16:47 |
| 108     | Rui Ramos          | 1977 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:16:49 |
| 108     | Jorge Silva        | 2006 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:16:49 |
| 108     | Jorge Freitas      | 1984 | M 40    |     | VITÓRIA S C          | 0:16:49 |
| 111     | Nuno Felgueiras    | 1984 | M 40    |     | C A MAZAREFES        | 0:16:50 |
| 112     | Nuno Queiroz       | 1977 | M 45    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:16:52 |
| 113     | Salvador Santos    | 2007 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:16:54 |
| 114     | Mihail Lalev       | 1982 | M 40    |     | ÁGUIAS MISERICÓRDIA  | 0:16:55 |
| 115     | Simão Flor         | 2007 | SUB-20  |     | C ATLETISMO DO PORTO | 0:16:57 |
| 116     | Filipe Cunha       | 1980 | M 40    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:16:58 |
| 116     | Nuno Guimarães     | 2004 | SUB-23  |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:16:58 |
| 116     | Hélder Gonçalves   | 2006 | SUB-20  |     | CYCLONES A C         | 0:16:58 |
| 119     | Gonçalo Rodrigues  | 2007 | SUB-20  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:17:00 |
| 120     | Vicente Julião     | 1990 | M 35    |     | GRECAS - VAGOS       | 0:17:02 |
| 120     | Fernando Grilo     | 1975 | M 45    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:17:02 |
| 122     | João Anjos         | 1998 | SEN     |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:17:03 |
| 122     | João Costa         | 1985 | M 35    |     | ESCOLA DESP LIMIANA  | 0:17:03 |
| 124     | Pedro Vieira       | 1989 | M 35    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:17:04 |
| 125     | Daniel Peixoto     | 1982 | M 40    |     | C S S JOÃO MADEIRA   | 0:17:13 |
| 126     | Gil Ferreira       | 1971 | M 50    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:17:14 |
| 126     | Mark Macedo        | 1981 | M 40    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:17:14 |
| 128     | Rafael Santos      | 2006 | SUB-20  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:17:15 |
| 129     | Hugo Ramalho       | 1978 | M 45    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:17:19 |
| 130     | Luca Robinson      | 2006 | SUB-20  |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:17:21 |
| 131     | Paulo Gomes        | 1978 | M 45    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:17:23 |
| 132     | Tiago Cardoso      | 1996 | SEN     |     | C SPIRIDON DE GAIA   | 0:17:24 |
| 133     | Sérgio Lima        | 1982 | M 40    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:17:25 |
| 134     | Jorge Vieira       | 1976 | M 45    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:17:26 |
| 135     | Manuel Alves       | 1964 | M 60    |     | C S S JOÃO MADEIRA   | 0:17:27 |
| 136     | David Oliveira     | 2003 | SUB-23  |     | G DESP CASTELENSE    | 0:17:30 |



| Posição | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|----------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 137     | Yuri Pushkin         | 1982 | M 40    | RUS | C F OS BELENENSES    | 0:17:31 |
| 138     | Sérgio Rodrigues     | 1985 | M 35    |     | NASCIDOS PARA CORRER | 0:17:32 |
| 139     | Carlos Carneiro      | 1969 | M 55    |     | CA MACEDO CAVALEIROS | 0:17:33 |
| 139     | João Monteiro        | 2004 | SUB-23  |     | S C SALGUEIROS       | 0:17:33 |
| 141     | José Cunha           | 2007 | SUB-20  |     | C A ARCOS VALDEVEZ   | 0:17:35 |
| 142     | André Pinto          | 1984 | M 40    |     | S C FREAMUNDE        | 0:17:36 |
| 143     | António Moura        | 1992 | SEN     |     | AC FERNANDA RIBEIRO  | 0:17:42 |
| 143     | Virgílio Bastos      | 1978 | M 45    |     | G D R C UNIDOS       | 0:17:42 |
| 143     | Flávio Costa         | 1991 | SEN     |     | VIZELA CORRE         | 0:17:42 |
| 146     | Pedro Gilvaz         | 1977 | M 45    |     | C P T Bº CARCAVELOS  | 0:17:43 |
| 147     | Daniel Silva         | 2000 | SEN     |     | S C SALGUEIROS       | 0:17:44 |
| 147     | Francisco Azevedo    | 2007 | SUB-20  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:17:44 |
| 149     | David Ribeiro        | 1979 | M 45    |     | NÚCLEO AMADOR IDÃES  | 0:17:45 |
| 149     | João Pires           | 2000 | SEN     |     | S C SALGUEIROS       | 0:17:45 |
| 151     | Orlando Neves        | 1970 | M 50    |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:17:46 |
| 152     | Márcio Dias          | 2005 | SUB-23  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:17:54 |
| 153     | Carlos Costa         | 1974 | M 50    |     | U DESP DA VÁRZEA     | 0:17:56 |
| 154     | Paulo Lopes          | 1983 | M 40    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:17:58 |
| 155     | Ricardo Queiroz      | 1989 | M 35    |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:18:03 |
| 156     | José Freitas         | 1977 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:18:06 |
| 157     | Gonçalo Monteiro     | 2007 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:18:09 |
| 158     | Paulo Benevente      | 1979 | M 45    |     | ASS JORGE PINA       | 0:18:10 |
| 159     | Sérgio Carmo         | 1990 | M 35    |     | C A MAZAREFES        | 0:18:11 |
| 160     | Eduardo Brandão      | 1982 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:18:13 |
| 161     | Luís Dantas          | 1984 | M 40    |     | ESCOLA DESP LIMIANA  | 0:18:15 |
| 161     | José Vilela          | 1972 | M 50    |     | Individual           | 0:18:15 |
| 163     | Ivo Gonçalves        | 1999 | SEN     |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:18:18 |
| 163     | Diogo A Ferreira     | 2005 | SUB-23  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:18:18 |
| 165     | João Pedro Saldanha  | 1993 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:18:19 |
| 166     | Fernando Figueiredo  | 1964 | M 60    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:18:21 |
| 167     | Helder Narciso       | 1992 | SEN     |     | G C BRAGANÇA         | 0:18:22 |
| 168     | Rui Cardoso          | 1975 | M 45    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:18:23 |
| 169     | Sílvio Guimarães     | 1973 | M 50    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:18:24 |
| 170     | João Carlos Ferreira | 2001 | SEN     |     | G C BRAGANÇA         | 0:18:26 |
| 171     | Pedro Luís           | 1984 | M 40    |     | C DESP FEIRENSE      | 0:18:28 |
| 172     | Rúben Barros         | 2001 | SEN     |     | CYCLONES A C         | 0:18:29 |
| 172     | Joaquim Lopes        | 1963 | M 60    |     | VIZELA CORRE         | 0:18:29 |
| 174     | Paulo Leça           | 1983 | M 40    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:18:31 |
| 175     | Ricardo Silva        | 2007 | SUB-20  |     | SPORTING C P         | 0:18:32 |
| 176     | Luís Trigo           | 1965 | M 55    |     | VITÓRIA F C          | 0:18:40 |
| 177     | Pedro Costa          | 1988 | M 35    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:18:41 |
| 178     | José Veiga           | 1982 | M 40    |     | ESCOLA DESP LIMIANA  | 0:18:42 |
| 179     | Márcio Azevedo       | 1983 | M 40    |     | CD OPERÁRIO LAGOA    | 0:18:43 |
| 180     | Nuno Albergaria      | 1986 | M 35    |     | C S S JOÃO MADEIRA   | 0:18:44 |
| 181     | Gabriel Presa        | 2004 | SUB-23  |     | CYCLONES A C         | 0:18:45 |
| 181     | Dinis Neves          | 2007 | SUB-20  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:18:45 |
| 183     | Mário Silva          | 1963 | M 60    |     | HM GROUP SANGALHOS   | 0:18:46 |
| 184     | Simão Teixeira       | 2005 | SUB-23  |     | PENTA CLUBE COVILHÃ  | 0:18:48 |
| 185     | António Santos       | 1975 | M 45    |     | S C SALGUEIROS       | 0:18:52 |
| 185     | Augusto Antunes      | 1964 | M 60    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:18:52 |
| 185     | João Silva           | 2007 | SUB-20  |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:18:52 |
| 188     | Agostinho Rodrigues  | 1964 | M 60    |     | A.MONT/ESCOLA DO RIO | 0:18:53 |
| 188     | Luciano Faria        | 1989 | M 35    |     | G DESP CASTELENSE    | 0:18:53 |
| 190     | Carlos Alves         | 1964 | M 60    |     | C A ARCOS VALDEVEZ   | 0:18:55 |
| 190     | Vitor Figueiredo     | 1962 | M 60    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:18:55 |
| 190     | José Trigo           | 2003 | SUB-23  |     | PENTA CLUBE COVILHÃ  | 0:18:55 |
| 193     | Carlos Moreira       | 1958 | M 65    |     | ASS CORRER LISBOA    | 0:18:57 |
| 194     | Fernando Almeida     | 1969 | M 55    |     | MACIEIRA ATLETISMO   | 0:18:58 |
| 195     | Carlos Gomes         | 1959 | M 65    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:19:01 |
| 196     | Ricardo Pais         | 1989 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:19:02 |



| Posição | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|----------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 197     | Luís Filipe Rosa     | 1971 | M 50    |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:19:03 |
| 198     | André Macedo         | 2007 | SUB-20  |     | S C FREAMUNDE        | 0:19:06 |
| 199     | Ricardo Carvalho     | 1983 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:19:08 |
| 200     | Francisco Cunha      | 1990 | M 35    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:19:13 |
| 200     | Paulo Lages          | 1981 | M 40    |     | G DESP CASTELENSE    | 0:19:13 |
| 202     | António Palhares     | 1974 | M 50    |     | Individual           | 0:19:14 |
| 203     | Marco Cunha          | 1985 | M 35    |     | S C FREAMUNDE        | 0:19:15 |
| 203     | Marco Ribeiro        | 1978 | M 45    |     | DESPORTOS AR LIVRE   | 0:19:15 |
| 205     | Duarte Lima          | 1997 | SEN     |     | ESCOLA DESP LIMIANA  | 0:19:21 |
| 206     | Agostinho Figueiredo | 1979 | M 45    |     | A FIGUEIREDO RUNNERS | 0:19:27 |
| 207     | Miguel Silveira      | 2006 | SUB-20  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:19:29 |
| 208     | Jorge Campos         | 1975 | M 45    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:19:30 |
| 209     | Jorge Gonçalves      | 1985 | M 35    |     | NASCIDOS PARA CORRER | 0:19:32 |
| 210     | Joatan Santos        | 1983 | M 40    | BRA | N BARROSAS AMADOR    | 0:19:34 |
| 211     | António Alves        | 1957 | M 65    |     | INDUSTRIAL VIEIRENSE | 0:19:37 |
| 211     | Jorge Luís Rocha     | 1976 | M 45    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:19:37 |
| 213     | Casimiro Galhardo    | 1955 | M 70    |     | C P T Bº CARCAVELOS  | 0:19:41 |
| 214     | Édi Rodrigues        | 2007 | SUB-20  |     | CYCLONES A C         | 0:19:42 |
| 215     | Ricardo Fusco        | 1993 | SEN     |     | S C SALGUEIROS       | 0:19:46 |
| 215     | Vítor Lopes          | 1990 | M 35    |     | C D S SALVADOR CAMPO | 0:19:46 |
| 215     | Afonso Sampaio       | 2006 | SUB-20  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:19:46 |
| 218     | Alexandre Florindo   | 2007 | SUB-20  |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:19:47 |
| 218     | Ezequiel Fernandes   | 1974 | M 50    |     | ESCOLA DESP LIMIANA  | 0:19:47 |
| 220     | Eugénio Barros       | 1977 | M 45    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:19:49 |
| 221     | Hélio Videira        | 1980 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:19:52 |
| 221     | Rui Martins          | 1977 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:19:52 |
| 223     | Carlos Ferreira      | 1987 | M 35    |     | C S R DESP SANTIAGO  | 0:19:54 |
| 224     | Roberto Machado      | 1984 | M 40    |     | A C VALE S MARTINHO  | 0:19:55 |
| 225     | Leandro Queirós      | 1976 | M 45    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:19:57 |
| 226     | Francisco Amorim     | 2006 | SUB-20  |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:19:58 |
| 227     | Flávio Fernandes     | 1968 | M 55    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:20:00 |
| 228     | Paulo R A Costa      | 1980 | M 40    |     | A C VALE S MARTINHO  | 0:20:03 |
| 229     | José Dias            | 1961 | M 60    |     | Individual           | 0:20:06 |
| 230     | André Soares         | 1981 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:20:08 |
| 231     | Joaquim Ferreira     | 1970 | M 50    |     | ÁGUIAS MISERICÓRDIA  | 0:20:10 |
| 232     | Sérgio Silva         | 1979 | M 45    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:20:13 |
| 233     | Pedro Terra          | 1957 | M 65    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:20:14 |
| 234     | Artur Valente        | 1969 | M 55    |     | CALDAS SÃO JORGE S C | 0:20:19 |
| 235     | Albano Braga         | 1956 | M 65    |     | G D C CODAL          | 0:20:22 |
| 236     | Nuno Oliveira        | 1985 | M 35    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:20:25 |
| 237     | Luís Loureiro        | 1964 | M 60    |     | C A ARCOS VALDEVEZ   | 0:20:26 |
| 238     | José Alves           | 1964 | M 60    |     | ÁGUIAS MISERICÓRDIA  | 0:20:30 |
| 239     | Paulo Silva          | 1971 | M 50    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:20:32 |
| 240     | Cesário Simões       | 1969 | M 55    |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:20:34 |
| 240     | Tiago Oliveira       | 1990 | M 35    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:20:34 |
| 242     | João Oliveira        | 1992 | SEN     |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:20:39 |
| 243     | André Silva          | 1988 | M 35    |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:20:40 |
| 244     | José Carlos Sousa    | 1975 | M 45    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:20:42 |
| 245     | Carlos Veiga         | 1980 | M 40    |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:20:43 |
| 246     | Carlos Carvalho      | 1976 | M 45    |     | C E MARCO CANAVESSES | 0:20:49 |
| 247     | Augusto Ferreira     | 1973 | M 50    |     | C P T Bº CARCAVELOS  | 0:20:56 |
| 247     | Rodrigo Silva        | 2006 | SUB-20  |     | S C FREAMUNDE        | 0:20:56 |
| 249     | Diogo Ferreira       | 2007 | SUB-20  |     | F C E SUSANENSES     | 0:20:57 |
| 250     | Adérito Alves        | 1951 | M 70    |     | S C SALGUEIROS       | 0:20:59 |
| 251     | Abel Santos          | 1979 | M 45    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:00 |
| 252     | Filipe Coelho        | 1976 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:21:07 |
| 253     | Filipe França        | 1969 | M 55    |     | F C E SUSANENSES     | 0:21:10 |
| 253     | Ludgero Moreira      | 1982 | M 40    |     | A CLUBE ALFENENSE    | 0:21:10 |
| 255     | João Fontão          | 1979 | M 45    |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:21:22 |
| 256     | Sérgio Silva         | 1974 | M 50    |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:23 |





| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|----------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 257     | Manuel Rodrigues     | 1954 | M 70    |     | S C ESPINHO          | 0:21:27 |
| 258     | Pedro Ferreira       | 2003 | SUB-23  |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:28 |
| 259     | Manuel G. Azevedo    | 1963 | M 60    |     | ÁGUIAS MISERICÓRDIA  | 0:21:29 |
| 260     | Domingos Pinto       | 1959 | M 65    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:21:30 |
| 261     | José Pardal          | 2003 | SUB-23  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:21:36 |
| 262     | José Marcos          | 1996 | SEN     | BRA | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:21:37 |
| 263     | Pedro Almendra       | 1987 | M 35    |     | C A MAZAREFES        | 0:21:39 |
| 264     | Vítor Ferreira       | 1984 | M 40    |     | A C VALE S MARTINHO  | 0:21:42 |
| 265     | Pedro Sousa          | 2005 | SUB-23  |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:21:49 |
| 266     | Jorge Beliago        | 1996 | SEN     |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:21:52 |
| 267     | David Correia        | 2005 | SUB-23  |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:54 |
| 268     | Pedro Marques        | 1979 | M 45    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:22:07 |
| 269     | Jacinto Oliveira     | 1958 | M 65    |     | C P T Bº CARCAVELOS  | 0:22:10 |
| 270     | Luís Bidarra         | 1971 | M 50    |     | C ATLETISMO DE SEIA  | 0:22:11 |
| 271     | Fernando Antunes     | 1956 | M 65    |     | C VETERANOS COIMBRA  | 0:22:20 |
| 272     | Duarte Rodrigues     | 2000 | SEN     |     | G JUV VILA DE PUNHE  | 0:22:23 |
| 273     | Valdemar Alves       | 1962 | M 60    |     | Individual           | 0:22:24 |
| 274     | João Capa            | 1969 | M 55    |     | ÁGUIAS MISERICÓRDIA  | 0:22:33 |
| 275     | Francisco Vieira     | 1984 | M 40    |     | ASS MOINHO VERMOIM   | 0:22:54 |
| 276     | Raul Silva           | 1984 | M 40    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:22:59 |
| 277     | Joaquim Sá           | 1948 | M 75    |     | C A ARCOS VALDEVEZ   | 0:23:01 |
| 278     | Leandro Santos       | 2007 | SUB-20  |     | ESCOLA DESP LIMIANA  | 0:23:04 |
| 279     | Severino Santos      | 1955 | M 70    |     | G D R DA GRANJA      | 0:23:08 |
| 280     | Paulo Carvalho       | 1970 | M 50    |     | S C FREAMUNDE        | 0:23:14 |
| 281     | David Teixeira       | 1990 | M 35    |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:23:17 |
| 282     | Joaquim Coelho       | 1964 | M 60    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:23:30 |
| 283     | Alexandre Simões     | 1979 | M 45    |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:23:34 |
| 284     | Joaquim Pereira      | 1968 | M 55    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:23:35 |
| 285     | Ricardo Carvalho     | 1996 | SEN     |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:23:44 |
| 286     | Sérgio Sousa         | 1975 | M 50    |     | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 0:23:49 |
| 287     | Marco Oliveira       | 1980 | M 40    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:24:03 |
| 288     | Américo Pereira      | 1971 | M 50    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:24:08 |
| 289     | Jose Moura           | 1962 | M 60    |     | F C E SUSANENSES     | 0:24:25 |
| 290     | Emanuel Gomes        | 1967 | M 55    |     | C VETERANOS COIMBRA  | 0:24:32 |
| 291     | Ramiro Marques       | 1965 | M 55    |     | HM GROUP SANGALHOS   | 0:25:18 |
| 292     | Hélder Ferreira      | 1977 | M 45    |     | Individual           | 0:25:21 |
| 293     | Osvaldo Oliveira     | 1960 | M 60    |     | C VETERANOS COIMBRA  | 0:25:34 |
| 294     | Armando De Lacerda   | 1954 | M 70    |     | GRUPO DESP DIANA     | 0:25:49 |
| 295     | Nuno Soares          | 1983 | M 40    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:26:00 |
| 296     | Diamantino Coelho    | 1948 | M 75    |     | Individual           | 0:26:32 |
| 297     | Domingos Cardoso     | 1958 | M 65    |     | TEAM EL COMANDANTE   | 0:27:46 |
| 298     | Josué Fernandes      | 1948 | M 75    |     | S S T S JOÃO MADEIRA | 0:29:09 |
| 299     | Fernando Santos      | 1943 | M 80    |     | ATLETAS FIM SEMANA   | 0:29:22 |
| 300     | Giuseppe Baldassarre | 1966 | M 55    | ITA | C VETERANOS COIMBRA  | 0:30:25 |
| 301     | Auspício Fernandes   | 1942 | M 80    |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:31:12 |
| 302     | Augusto Silva        | 1979 | M 45    |     | HM GROUP SANGALHOS   | 2:00:44 |

**5km - Sub-18 Femininos | SUB-18 - F | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome               | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|--------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 1       | Mariana Moreira    | 2008 | SUB-18  |     | U DESP DA VÁRZEA     | 0:17:07 |
| 2       | Rafaela Sá         | 2009 | SUB-18  |     | SPORTING C P         | 0:18:34 |
| 3       | Maria Rodrigues    | 2008 | SUB-18  |     | LIBERDADE F C        | 0:18:50 |
| 4       | Carolina Cruz      | 2009 | SUB-18  |     | CAOB OLIVEIRA BAIRRO | 0:19:14 |
| 5       | Margarida Monteiro | 2009 | SUB-18  |     | E ATLETISMO TROFA    | 0:19:16 |
| 6       | Ana Pereira        | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:19:31 |
| 7       | Maria Vitorino     | 2008 | SUB-18  |     | SPORTING C P         | 0:19:32 |
| 8       | Sara Ribas         | 2009 | SUB-18  |     | A D NUCLEOIRAS       | 0:19:33 |
| 9       | Mariana Reis       | 2008 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:19:34 |
| 10      | Mariana Isidro     | 2009 | SUB-18  |     | SPORTING C P         | 0:19:37 |



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**MAIS Atletismo!**

www.fpatletismo.pt



| Posição | Nome            | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|-----------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 11      | Beatriz Gomes   | 2008 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:19:40 |
| 12      | Catarina Leão   | 2009 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:19:44 |
| 13      | Sofia Souto     | 2008 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:19:58 |
| 14      | Leonor Alves    | 2008 | SUB-18  |     | SPORTING C P         | 0:20:00 |
| 15      | Teresa Amado    | 2009 | SUB-18  |     | SPORTING C P         | 0:20:09 |
| 16      | Mariana Beja    | 2008 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:21:02 |
| 17      | Marla Araújo    | 2009 | SUB-18  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:21:03 |
| 18      | Ana Ferreira    | 2008 | SUB-18  |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:21:05 |
| 19      | Mariana Queirós | 2009 | SUB-18  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:21:16 |
| 20      | Ana Oliveira    | 2009 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:21:20 |
| 21      | Maria Machado   | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:21:23 |
| 22      | Ana Silva       | 2009 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:21:33 |
| 23      | Beatriz Pereira | 2009 | SUB-18  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:21:50 |
| 24      | Diana Nunes     | 2009 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:21:51 |
| 25      | Luana Cunha     | 2008 | SUB-18  |     | U DESP DA VÁRZEA     | 0:21:59 |
| 26      | Madalena Anjos  | 2008 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:22:03 |
| 27      | Ana Soares      | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:22:09 |
| 28      | Rita Martins    | 2009 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:22:44 |
| 29      | Marta Esteves   | 2009 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:22:52 |
| 30      | Beatriz Franco  | 2009 | SUB-18  |     | PENTA CLUBE COVILHÃ  | 0:23:10 |
| 31      | Luciana Pinto   | 2008 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:23:18 |
| 32      | Rita Rocha      | 2008 | SUB-18  |     | S C FREAMUNDE        | 0:23:58 |
| 33      | Camila Líquito  | 2009 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:24:48 |
| 34      | Lara Pereira    | 2009 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:25:24 |
| 35      | Margarida Silva | 2008 | SUB-18  |     | S C FREAMUNDE        | 0:26:28 |
| 36      | Ana Almeida     | 2008 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:27:07 |

**5km - Sub-18 Masculinos | SUB-18 - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posição | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|----------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 1       | Alex Sierpes         | 2008 | SUB-18  | ESP | S L BENFICA          | 0:14:47 |
| 2       | Afonso Gomes         | 2008 | SUB-18  |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:15:08 |
| 3       | Diogo Pinto          | 2009 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:15:38 |
| 4       | David Moura          | 2008 | SUB-18  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:15:40 |
| 5       | Rafael Alves         | 2009 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:15:42 |
| 6       | João Magalhães       | 2008 | SUB-18  |     | A R L V GONDOMARENSE | 0:15:53 |
| 7       | Francisco Figueiredo | 2008 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:15:55 |
| 8       | Santiago Fernandes   | 2009 | SUB-18  |     | GIRA SOL             | 0:15:58 |
| 9       | Diogo Brandão        | 2008 | SUB-18  |     | A D NUCLEOEIRAS      | 0:16:00 |
| 10      | Gustavo Ferreira     | 2008 | SUB-18  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:16:28 |
| 11      | Francisco Loureiro   | 2008 | SUB-18  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:16:42 |
| 12      | José Sousa           | 2008 | SUB-18  |     | CLUBE DESP DA PÓVOA  | 0:16:48 |
| 13      | Gonçalo Carvalho     | 2009 | SUB-18  |     | ESCOLA CARLOS LOPES  | 0:16:49 |
| 14      | Sebastian Salom      | 2009 | SUB-18  | ECU | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:16:53 |
| 15      | Francisco Barros     | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:16:54 |
| 16      | Tiago José Silva     | 2009 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:16:55 |
| 17      | Luís Miranda         | 2009 | SUB-18  |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:16:56 |
| 18      | Tomás Magina         | 2009 | SUB-18  |     | 1º DEZEMBRO QUEIJAS  | 0:16:57 |
| 19      | Rodrigo Azevedo      | 2009 | SUB-18  |     | MAIA A C             | 0:16:58 |
| 20      | Pedro Leal Ribeiro   | 2008 | SUB-18  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:17:00 |
| 21      | Miguel Tavares       | 2008 | SUB-18  |     | A C R VALE DE CAMBRA | 0:17:05 |
| 22      | Gustavo Matos        | 2008 | SUB-18  |     | SPORTING C P         | 0:17:09 |
| 23      | Simão Simões         | 2008 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:17:25 |
| 24      | Pedro Augusto        | 2008 | SUB-18  |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:17:27 |
| 25      | Marco Amorim         | 2009 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:17:39 |
| 26      | Pablo Monteiro       | 2009 | SUB-18  |     | CD OPERÁRIO LAGOA    | 0:17:55 |
| 27      | Afonso Guimarães     | 2009 | SUB-18  |     | C ATLETISMO DO PORTO | 0:17:59 |
| 28      | Duarte Magalhães     | 2008 | SUB-18  |     | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:18:23 |
| 29      | Tomás Campos         | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:18:30 |
| 30      | Tiago Machado        | 2008 | SUB-18  |     | A C VALE S MARTINHO  | 0:18:36 |



| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube                | Marca   |
|---------|-------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 31      | Ebrima Jaiteh     | 2008 | SUB-18  | GAM | RUNRIVER - RIO TINTO | 0:18:48 |
| 32      | Martim Araújo     | 2008 | SUB-18  |     | S CLUBE DE BRAGA     | 0:18:49 |
| 33      | David Vieites     | 2008 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:19:00 |
| 34      | Mateus Videira    | 2008 | SUB-18  |     | CYCLONES A C         | 0:19:04 |
| 35      | Rafael Duarte     | 2008 | SUB-18  |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:19:17 |
| 36      | Gonçalo Moura     | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:19:29 |
| 37      | Leandro Marinho   | 2008 | SUB-18  |     | N BARROSAS AMADOR    | 0:19:31 |
| 38      | Lourenço Ferreira | 2008 | SUB-18  |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:19:34 |
| 39      | André Barbosa     | 2008 | SUB-18  |     | F C E SUSANENSES     | 0:19:38 |
| 40      | Afonso Queirós    | 2008 | SUB-18  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:19:45 |
| 41      | Carlos Ruano      | 2008 | SUB-18  |     | PENTA CLUBE COVILHÃ  | 0:20:06 |
| 42      | Gonçalo Silva     | 2009 | SUB-18  |     | C DESP FEIRENSE      | 0:20:52 |
| 43      | Pedro Silva       | 2009 | SUB-18  |     | C F OLIVEIRA DOURO   | 0:21:09 |
| 44      | André Rodrigues   | 2008 | SUB-18  |     | E A ROSA OLIVEIRA    | 0:21:20 |
| 45      | Tiago Sousa       | 2008 | SUB-18  |     | S C FREAMUNDE        | 0:21:41 |



## Sub-20 - Masculinos - Provisórios

| Posicao | Clube   | Pontos |        |
|---------|---------|--------|--------|
| 1       | SCP     | 258.0  | 274.0  |
| 2       | ADNO    | 389.0  | 389.0  |
| 3       | NBA     | 541.0  | 1186.0 |
| 4       | RUNTEJO | 632.0  | 831.0  |

## Sub-18 - Femininos - Provisórios

| Posicao | Clube | Pontos |      |
|---------|-------|--------|------|
| 1       | SCP   | 33.0   | 33.0 |
| 2       | ARLVG | 63.0   | 63.0 |
| 3       | EAROS | 69.0   | 69.0 |
| 4       | ADNO  | 86.0   | 86.0 |
| 5       | CYCL  | 91.0   | 91.0 |

## Sub-18 - Masculinos - Provisórios

| Posicao | Clube    | Pontos |       |
|---------|----------|--------|-------|
| 1       | ADNO     | 24.0   | 24.0  |
| 2       | RUNRIVER | 90.0   | 90.0  |
| 3       | EAROS    | 96.0   | 96.0  |
| 4       | CDFE     | 96.0   | 96.0  |
| 5       | CFOD     | 104.0  | 104.0 |
| 6       | CYCL     | 115.0  | 115.0 |

## Sub-20 - Femininos - Provisórios

| Posicao | Clube | Pontos |       |
|---------|-------|--------|-------|
| 1       | SCP   | 99.0   | 131.0 |

## Absolutos - Femininos - - Provisórios

| Posicao | Clube    | Pontos |       |
|---------|----------|--------|-------|
| 1       | SCB      | 16.0   | 16.0  |
| 2       | SCP      | 32.0   | 131.0 |
| 3       | CDSSC    | 69.0   | 69.0  |
| 4       | ELCT     | 139.0  | 139.0 |
| 5       | EAT      | 191.0  | 191.0 |
| 6       | RUNTEJO  | 279.0  | 279.0 |
| 7       | CDP      | 299.0  | 299.0 |
| 8       | GJVP     | 311.0  | 311.0 |
| 9       | CFOD     | 338.0  | 338.0 |
| 10      | VTSC     | 340.0  | 340.0 |
| 11      | NBA      | 353.0  | 353.0 |
| 12      | GCB      | 413.0  | 413.0 |
| 13      | EAROS    | 421.0  | 421.0 |
| 14      | RUNRIVER | 442.0  | 442.0 |
| 15      | CAF-SCF  | 465.0  | 465.0 |



## Absolutos - Masculinos - Provisórios

| Posicao | Clube    | Pontos |        |
|---------|----------|--------|--------|
| 1       | SCP      | 16.0   | 274.0  |
| 2       | SLB      | 40.0   | 40.0   |
| 3       | CAOV     | 107.0  | 107.0  |
| 4       | VIZELA   | 109.0  | 109.0  |
| 5       | CAS      | 113.0  | 113.0  |
| 6       | CDSSC    | 174.0  | 174.0  |
| 7       | RUNTEJO  | 199.0  | 831.0  |
| 8       | THA      | 228.0  | 228.0  |
| 9       | VTSC     | 243.0  | 243.0  |
| 9       | EAROS    | 243.0  | 243.0  |
| 11      | ELCT     | 257.0  | 257.0  |
| 12      | CFOD     | 285.0  | 285.0  |
| 13      | CSRDCS   | 424.0  | 424.0  |
| 14      | GCB      | 436.0  | 436.0  |
| 15      | AFR F    | 445.0  | 445.0  |
| 16      | GDC-VC   | 603.0  | 603.0  |
| 17      | SCS      | 620.0  | 620.0  |
| 18      | GJVP     | 636.0  | 636.0  |
| 19      | NBA      | 645.0  | 1186.0 |
| 20      | EDL      | 666.0  | 666.0  |
| 21      | IND      | 667.0  | 667.0  |
| 22      | RUNRIVER | 693.0  | 693.0  |
| 23      | CAF-SCF  | 729.0  | 729.0  |
| 24      | AGM      | 842.0  | 842.0  |
| 25      | CPTBC    | 875.0  | 875.0  |
| 26      | CDP      | 945.0  | 945.0  |
| 27      | SSTSJM   | 1113.0 | 1113.0 |
| 28      | CLUVE    | 1154.0 | 1154.0 |



## Estadística Clubes

| Sigla   | Associação       | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|---------|------------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| ACA     | Porto            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| ACDAV   | Viana do Castelo | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| ACDRSQ  | Coimbra          | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| ACFR    | Porto            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| ACPV    | Porto            | 0                    | 2                   | 2                | 0                       | 2                      | 2                   |
| ACRSD   | Guarda           | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| ACRVC   | Aveiro           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| ACVSM   | Braga            | 4                    | 0                   | 4                | 4                       | 0                      | 4                   |
| ADNO    | Lisboa           | 9                    | 5                   | 14               | 9                       | 5                      | 14                  |
| ADRAP   | Madeira          | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| AFIS    | Aveiro           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| AFR F   | Braga            | 10                   | 2                   | 12               | 10                      | 2                      | 12                  |
| AFS     | Lisboa           | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| AGM     | Braga            | 5                    | 0                   | 5                | 5                       | 0                      | 5                   |
| AJPINA  | Lisboa           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| AMA-P   | Porto            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| AMONT   | Braga            | 1                    | 1                   | 2                | 1                       | 1                      | 2                   |
| AMVE    | Braga            | 1                    | 1                   | 2                | 1                       | 1                      | 2                   |
| ARLVG   | Porto            | 4                    | 9                   | 13               | 4                       | 9                      | 13                  |
| BAC     | Beja             | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CAAV    | Viana do Castelo | 4                    | 1                   | 5                | 4                       | 1                      | 5                   |
| CABB    | Setúbal          | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CAF-FR  | Braga            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CAF-SCF | Porto            | 7                    | 6                   | 13               | 7                       | 6                      | 13                  |
| CAM-VC  | Viana do Castelo | 3                    | 2                   | 5                | 3                       | 2                      | 5                   |
| CAMC    | Bragança         | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CAO     | Aveiro           | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| CAOB-A  | Aveiro           | 1                    | 1                   | 2                | 1                       | 1                      | 2                   |
| CAOV    | Viana do Castelo | 5                    | 2                   | 7                | 5                       | 2                      | 7                   |
| CAP     | Porto            | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |
| CAS     | Guarda           | 9                    | 0                   | 9                | 9                       | 0                      | 9                   |
| CASHM   | Aveiro           | 3                    | 2                   | 5                | 3                       | 2                      | 5                   |
| CBPAR   | Porto            | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| CCSJM   | Aveiro           | 3                    | 0                   | 3                | 3                       | 0                      | 3                   |
| CDFE    | Aveiro           | 8                    | 2                   | 10               | 8                       | 2                      | 10                  |
| CDOL    | São Miguel       | 3                    | 1                   | 4                | 3                       | 1                      | 4                   |
| CDP     | Porto            | 8                    | 7                   | 15               | 8                       | 7                      | 15                  |
| CDSSC   | Porto            | 14                   | 5                   | 19               | 14                      | 5                      | 19                  |
| CESMC   | Porto            | 1                    | 1                   | 2                | 1                       | 1                      | 2                   |
| CFB     | Lisboa           | 2                    | 1                   | 3                | 2                       | 1                      | 3                   |
| CFOD    | Porto            | 13                   | 6                   | 19               | 13                      | 6                      | 19                  |
| CLUVE   | Coimbra          | 4                    | 1                   | 5                | 4                       | 1                      | 5                   |
| CLX     | Lisboa           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CPRAB   | Leiria           | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| CPTBC   | Porto            | 4                    | 0                   | 4                | 4                       | 0                      | 4                   |
| CRAL    | Algarve          | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CSGAIA  | Porto            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CSJSC   | Aveiro           | 1                    | 2                   | 3                | 1                       | 2                      | 3                   |
| CSRDCS  | Porto            | 4                    | 2                   | 6                | 4                       | 2                      | 6                   |
| CYCL    | Viana do Castelo | 9                    | 5                   | 14               | 9                       | 5                      | 14                  |
| DP-VC   | Viana do Castelo | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| EACL    | Viseu            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |



| Sigla    | Associação       | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|----------|------------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| EAROS    | Braga            | 16                   | 11                  | 27               | 16                      | 11                     | 27                  |
| EAT      | Porto            | 3                    | 7                   | 10               | 3                       | 7                      | 10                  |
| EDL      | Viana do Castelo | 6                    | 0                   | 6                | 6                       | 0                      | 6                   |
| ELCT     | Braga            | 13                   | 12                  | 25               | 13                      | 12                     | 25                  |
| ERDAL    | Braga            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| ESCMOV   | Porto            | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| FCES     | Porto            | 4                    | 2                   | 6                | 4                       | 2                      | 6                   |
| GCB      | Bragança         | 5                    | 4                   | 9                | 5                       | 4                      | 9                   |
| GD3SP    | Viseu            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDC-VC   | Viana do Castelo | 4                    | 0                   | 4                | 4                       | 0                      | 4                   |
| GDCC     | Aveiro           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDD      | Évora            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDE      | Madeira          | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDRCU    | Leiria           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDRG     | Viseu            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDRST    | Braga            | 3                    | 0                   | 3                | 3                       | 0                      | 3                   |
| GJVP     | Viana do Castelo | 9                    | 8                   | 17               | 9                       | 8                      | 17                  |
| GM1DQ    | Lisboa           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GRE-AA   | Coimbra          | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |
| GRECAS   | Aveiro           | 2                    | 2                   | 4                | 2                       | 2                      | 4                   |
| GS       | Coimbra          | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |
| IDV      | Leiria           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| IND      | None             | 7                    | 1                   | 8                | 7                       | 1                      | 8                   |
| LFC-F    | Braga            | 1                    | 4                   | 5                | 1                       | 4                      | 5                   |
| LLFC     | Aveiro           | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| MAC      | Porto            | 4                    | 1                   | 5                | 4                       | 1                      | 5                   |
| NAI      | Porto            | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| NBA      | Porto            | 13                   | 9                   | 22               | 13                      | 9                      | 22                  |
| NPCAD    | Porto            | 3                    | 0                   | 3                | 3                       | 0                      | 3                   |
| PCC      | Castelo Branco   | 3                    | 1                   | 4                | 3                       | 1                      | 4                   |
| RUNRIVER | Porto            | 15                   | 9                   | 24               | 15                      | 9                      | 24                  |
| RUNTEJO  | Lisboa           | 12                   | 5                   | 17               | 12                      | 5                      | 17                  |
| SCB      | Braga            | 5                    | 5                   | 10               | 5                       | 5                      | 10                  |
| SCBM     | Aveiro           | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| SCE      | Aveiro           | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| SCP      | Lisboa           | 12                   | 18                  | 30               | 12                      | 18                     | 30                  |
| SCS      | Porto            | 6                    | 0                   | 6                | 6                       | 0                      | 6                   |
| SLB      | Lisboa           | 6                    | 0                   | 6                | 6                       | 0                      | 6                   |
| SSTSJM   | Aveiro           | 4                    | 3                   | 7                | 4                       | 3                      | 7                   |
| THA      | Santarém         | 5                    | 1                   | 6                | 5                       | 1                      | 6                   |
| UDV      | Porto            | 1                    | 4                   | 5                | 1                       | 4                      | 5                   |
| VFC      | Setúbal          | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| VIZELA   | Braga            | 7                    | 0                   | 7                | 7                       | 0                      | 7                   |
| VTSC     | Braga            | 5                    | 5                   | 10               | 5                       | 5                      | 10                  |
| _Total   |                  | 347                  | 190                 | 537              | 347                     | 190                    | 537                 |



## Estatística Escalão

| Escalão | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|---------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| SUB-18  | 45                   | 36                  | 81               | 45                      | 36                     | 81                  |
| SUB-20  | 36                   | 27                  | 63               | 36                      | 27                     | 63                  |
| SUB-23  | 30                   | 11                  | 41               | 30                      | 11                     | 41                  |
| SEN     | 70                   | 41                  | 111              | 70                      | 41                     | 111                 |
| M 35    | 32                   | 21                  | 53               | 32                      | 21                     | 53                  |
| M 40    | 37                   | 13                  | 50               | 37                      | 13                     | 50                  |
| M 45    | 33                   | 17                  | 50               | 33                      | 17                     | 50                  |
| M 50    | 16                   | 7                   | 23               | 16                      | 7                      | 23                  |
| M 55    | 13                   | 9                   | 22               | 13                      | 9                      | 22                  |
| M 60    | 16                   | 6                   | 22               | 16                      | 6                      | 22                  |
| M 65    | 9                    | 1                   | 10               | 9                       | 1                      | 10                  |
| M 70    | 5                    | 1                   | 6                | 5                       | 1                      | 6                   |
| M 75    | 3                    | 0                   | 3                | 3                       | 0                      | 3                   |
| M 80    | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |

