

**CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL****CM abertura AAL / Troféu José M Francisco 2019-2020**

<b>1ª Prova</b>	<b>15:00 h</b>	<b>Prova Extra Jovem</b>				<b>150 m</b>
-----------------	----------------	--------------------------	--	--	--	--------------

Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
242	0,36	AAL	1º	Eva Martinho	Casa do Benfica TV	Benjamim A -	0
871	0,37		2º	Mia Whaite	AA Mafra	Benjamim A -	0
537	0,41	AAL	3º	Carolina Lourenço	CA do Oeste	Benjamim A -	0
538	0,43	AAL	4º	Matilde Lourenço	CA do Oeste	Benjamim A -	0
336	0,43	AAL	5º	Sofia Mocanu	Ponterrolense	Benjamim A -	0
492	0,44	AAL	6º	Maria Costa	CA do Oeste	Benjamim A -	0
544	0,55	AAL	1º	Martim Reis	CA do Oeste	Benjamim A -	0
614	1,01		7º	Matilde Ramos	ARSC Toledo	Benjamim A -	0

<b>2ª Prova</b>	<b>15:10 h</b>	<b>Benjamins A m/f</b>				<b>500 m</b>
-----------------	----------------	------------------------	--	--	--	--------------

Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
760	1,27		1º	Pedro Rasquilho	UA Povoense	Benjamim A -	15
285	1,29	AAL	2º	Vasco Martinho	Casa do Benfica TV	Benjamim A -	12
713	1,31	AAL	3º	Diogo Mugarro	SC Reboleira/Damaia	Benjamim A -	10
473	1,33	AAL	1º	Gabriela Costa	CA do Oeste	Benjamim A -	15
512	1,34	AAL	4º	Vasco Carçoço	MAFC	Benjamim A -	8
882	1,36	AAL	2º	Leonor Pereira	GD S.Domingos	Benjamim A -	12
643	1,39	AAL	5º	Bernardo Almeida	CCCD Sintrense	Benjamim A -	6
613	1,40	AAL	3º	Maria Jorge	ARSC Toledo	Benjamim A -	10
645	1,41		6º	Vicente Aguiar	CCCD Sintrense	Benjamim A -	5
511	1,41	AAL	4º	Catarina Lopes	Torreense	Benjamim A -	8
528	1,41	AAL	5º	Madalena Raposo	MAFC	Benjamim A -	6
487	1,42	AAL	7º	Lourenço Costa	CA do Oeste	Benjamim A -	4
498	1,43	AAL	8º	Renato Costa	CA do Oeste	Benjamim A -	3
759	1,44		6º	Lara Santos	UA Povoense	Benjamim A -	5
904	1,44	AAL	7º	Eva Fonseca	AA Mafra	Benjamim A -	4
401	1,46	AAL	9º	Máximo Nobre	Furadouro	Benjamim A -	2
393	1,49	AAL	10º	Mateus Ferreira	Furadouro	Benjamim A -	1
728	1,49	AAL	8º	Ana Majara Baldé	SC Reboleira/Damaia	Benjamim A -	3
250	1,51	AAL	9º	Ines Fonseca	Casa do Benfica TV	Benjamim A -	2
526	1,52	AAL	11º	Dinis Rodrigues	MAFC	Benjamim A -	0
522	1,53	AAL	10º	Carlota Machado	MAFC	Benjamim A -	1
539	1,54	AAL	12º	Afonso Paulo	Ponterrolense	Benjamim A -	0
714	1,54	AAL	13º	Lourênço Santos	SC Reboleira/Damaia	Benjamim A -	0
580	1,55		14º	Diogo Santos	Peniche AC	Benjamim A -	0
656	1,56	AAL	11º	Francisca Sequeira	Linda-a-Pastora SC	Benjamim A -	0
551	1,57	AAL	12º	Mariana Espinheiro	MAFC	Benjamim A -	0
323	1,58	AAL	15º	Martim Simões	Ponterrolense	Benjamim A -	0
605	1,58	AAL	16º	Alcino Ribeiro	ARSC Toledo	Benjamim A -	0
335	2,02	AAL	13º	Sara Alves	Ponterrolense	Benjamim A -	0
756	2,03		14º	Sofia Paulo	UA Povoense	Benjamim A -	0
655	2,05	AAL	15º	Beatriz Simões	Linda-a-Pastora SC	Benjamim A -	0
391	2,07	AAL	17º	Salvador Ferreira	Furadouro	Benjamim A -	0

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

581	2,19		18º	Vasco Ferreira	Peniche AC	Benjamim A -	0
392	2,29	AAL	19º	Miguel Fernandes	Furadouro	Benjamim A -	0
	<b>3ª Prova</b>		<b>15:20h</b>	<b>Benjamins B m/f</b>			<b>1.000 m</b>
Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
774	3,06		1º	Maria do Carmo Vitorino	UA Povoense	Benjamim B -	15
698	3,07	AAL	1º	Salvador Rolim	SL Benfica	Benjamim B -	15
697	3,09	AAL	2º	Gonçalo Neves	SL Benfica	Benjamim B -	12
773	3,11		3º	Tomás Barroca	UA Povoense	Benjamim B -	10
497	3,17	AAL	4º	Pedro Costa	CA do Oeste	Benjamim B -	8
601	3,19	AAL	5º	Mário Ventura	CB Algueirão M Martins	Benjamim B -	6
699	3,20	AAL	6º	Lucas Chouriço	SL Benfica	Benjamim B -	5
888	3,21	AAL	7º	Daniel Fundo	AA Mafra	Benjamim B -	4
291	3,23	AAL	8º	Alexei Scutaru	Ponterrolense	Benjamim B -	3
776	3,24		2º	Inês Fernandes	UA Povoense	Benjamim B -	12
885	3,29	AAL	3º	Beatriz Oliveira	GD S.Domingos	Benjamim B -	10
514	3,30	AAL	9º	David Cascalho	MAFC	Benjamim B -	2
881	3,31	AAL	4º	Leandra José	GD S.Domingos	Benjamim B -	8
193	3,31	AAL	5º	Maria Correia	Torreense	Benjamim B -	6
268	3,33	AAL	10º	Luis Martinho	Casa do Benfica TV	Benjamim B -	1
780	3,34		6º	Bruna Albuquerque	UA Povoense	Benjamim B -	5
770	3,36		11º	Eduardo Branco	UA Povoense	Benjamim B -	0
886	3,38	AAL	12º	Dinis Capelas	AA Mafra	Benjamim B -	0
701	3,39	AAL	7º	Nádia Mata	SL Benfica	Benjamim B -	4
887	3,40	AAL	13º	Diogo White	AA Mafra	Benjamim B -	0
769	3,42		14º	Rodrigo Barreto	UA Povoense	Benjamim B -	0
582	3,42		15º	Tiago Madeira	Peniche AC	Benjamim B -	0
935	3,43	AAL	16º	Diogo Silva	NS da Lourinhã	Benjamim B -	0
700	3,45	AAL	8º	Laura Lourêncço	SL Benfica	Benjamim B -	3
732	3,48	AAL	17º	Samuel Oliveira	CA Galinheiras	Benjamim B -	0
729	3,48	AAL	9º	Maria Quenda	SC Reboleira/Damaia	Benjamim B -	2
779	3,51		10º	Maria Fernandes	UA Povoense	Benjamim B -	1
767	3,52		11º	Ana Fung	UA Povoense	Benjamim B -	0
274	3,56	AAL	12º	Matilde Pinheiro	Casa do Benfica TV	Benjamim B -	0
189	3,57	AAL	13º	Leonor Pinhão	Torreense	Benjamim B -	0
527	4,01	AAL	14º	Madalena Caseirito	MAFC	Benjamim B -	0
400	4,05	AAL	15º	Petra Nobre	Furadouro	Benjamim B -	0
515	4,08	AAL	16º	Mariana Ferreira	MAFC	Benjamim B -	0
889	4,08	AAL	18º	Luis Fonseca	AA Mafra	Benjamim B -	0
493	4,14	AAL	17º	Matilde Mateus	CA do Oeste	Benjamim B -	0
516	4,16	AAL	18º	Matilde Ferreira	MAFC	Benjamim B -	0
778	4,22		19º	Eva Faria	UA Povoense	Benjamim B -	0
740	4,23	AAL	19º	Gustavo Domingues	UA Povoense	Benjamim B -	0
525	4,23	AAL	20º	Simao Pinto	MAFC	Benjamim B -	0
771	4,26		20º	Catarina Guerra	UA Povoense	Benjamim B -	0
307	4,32	AAL	21º	Jessica Mocanu	Ponterrolense	Benjamim B -	0
727	4,33	AAL	22º	Alicia Ramos	SC Reboleira/Damaia	Benjamim B -	0
657	4,34	AAL	23º	Matilde Sequeira	Linda-a-Pastora SC	Benjamim B -	0
315	4,36	AAL	24º	Luana Pinto	Ponterrolense	Benjamim B -	0
519	4,37	AAL	21º	Guilherme Caetano	MAFC	Benjamim B -	0

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

731	4,40		25º	Lara Araújo	CA Galinheiras	Benjamim B -	0
<b>4ª Prova</b>		<b>15:30h</b>		<b>Infantis m/f</b>			<b>1.500 m</b>
Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
627	4,31	AAL	1º	Tomás Figueiras	ACR Mealhada	Infantil - M	15
936	4,49	AAL	2º	Manuel Reis	NS da Lourinhã	Infantil - M	12
649	4,51	AAL	3º	Gonçalo Almeida	CCCD Sintrense	Infantil - M	10
212	4,53	AAL	4º	Rafael Estevão	Torreense	Infantil - M	8
786	4,53		5º	Pedro Vitorino	UA Povoense	Infantil - M	6
883	5,04	AAL	6º	Nelson Morgado	GD S.Domingos	Infantil - M	5
586	5,06		7º	Alberto Fernandes	Peniche AC	Infantil - M	4
792	5,08		8º	Duarte Fernandes	UA Povoense	Infantil - M	3
201	5,11	AAL	1º	Inês Lopes	Torreense	Infantil - F	15
210	5,15	AAL	9º	Salvador Santos	Torreense	Infantil - M	2
199	5,15	AAL	2º	Mafalda Reis	Torreense	Infantil - F	12
646	5,20	AAL	10º	Tomás Pais	CCCD Sintrense	Infantil - M	1
194	5,21	AAL	3º	Carolina Correia	Torreense	Infantil - F	10
211	5,22	AAL	11º	Vitor Martins	Torreense	Infantil - M	0
603	5,23		12º	Afonso Oliveira	CB Algueirão M Martins	Infantil - M	0
870	5,26		13º	Pedro Carioca	AA Mafra	Infantil - M	0
785	5,28		4º	Inês Sousa	UA Povoense	Infantil - F	8
703	5,28	AAL	5º	Daniela Franco	SL Benfica	Infantil - F	6
680	5,30	AAL	6º	Clara Morais	E Mestre Domingos Saraiva	Infantil - F	5
687	5,32	AAL	7º	Marta Alves	E Mestre Domingos Saraiva	Infantil - F	4
918	5,34	AAL	14º	Afonso Cruz	Run Tejo	Infantil - M	0
790	5,36		8º	Matilde Tomás	UA Povoense	Infantil - F	3
209	5,38	AAL	15º	Jaime Morais	Torreense	Infantil - M	0
721	5,38	AAL	9º	Cláudia Vinagre	SC Reboleira/Damaia	Infantil - F	2
783	5,41		16º	Tiago Orfão	UA Povoense	Infantil - M	0
414	5,45	AAL	10º	Beatriz Martins	CA de Penafirme	Infantil - F	1
880	5,47	AAL	11º	Mariana Costa	GD S.Domingos	Infantil - F	0
723	5,56	AAL	12º	Tamára Correia	SC Reboleira/Damaia	Infantil - F	0
879	6,00	AAL	17º	Daniel Garcia	GD S.Domingos	Infantil - M	0
733	6,02	AAL	13º	Marta Pinto	CA Galinheiras	Infantil - F	0
610	6,06	AAL	14º	Inês Jorge	ARSC Toledo	Infantil - F	0
890	6,11	AAL	15º	Marta Lopes	AA Mafra	Infantil - F	0
892	6,13	AAL	16º	Camiila Custodio	AA Mafra	Infantil - F	0
450	6,14	AAL	18º	Alfredo Costa	CA do Oeste	Infantil - M	0
390	6,14	AAL	19º	David Ferreira	Furadouro	Infantil - M	0
629	6,18	AAL	17º	Raquel Francisco	ACR Mealhada	Infantil - F	0
271	6,20	AAL	18º	Margarida Carmo	Casa do Benfica TV	Infantil - F	0
584	6,20		20º	Afonso Farto	Peniche AC	Infantil - M	0
648	6,23	AAL	19º	Carolina Simões	CCCD Sintrense	Infantil - F	0
604	6,24		20º	Matilde Menino	CB Algueirão M Martins	Infantil - F	0
704	6,25	AAL	21º	Anucha Santos	SL Benfica	Infantil - F	0
523	6,26	AAL	22º	Matilde Vieira	MAFC	Infantil - F	0
552	6,27	AAL	23º	Mariana Alves	MAFC	Infantil - F	0
316	6,28	AAL	24º	Madalena Almeida	Ponterrolense	Infantil - F	0
884	6,33	AAL	21º	Pedro Sousa	GD S.Domingos	Infantil - M	0
570	6,37	AAL	22º	Tiago Ministro	NS da Lourinhã	Infantil - M	0

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

781	6,43		23°	Pedro Jesus	UA Povoense	Infantil - M	0
744	6,48	AAL	25°	Leonor Soares	UA Povoense	Infantil - F	0
599	6,50	AAL	26°	Carlota Figueiredo	CB Algueirão M Martins	Infantil - F	0
784	6,52		27°	Beatriz Branco	UA Povoense	Infantil - F	0
743	7,00	AAL	28°	Sofia Soares	UA Povoense	Infantil - F	0
734	8,20		24°	Essan Shrif	CA Galinheiras	Infantil - M	0
585	8,39		25°	Guilherme Cambez	Peniche AC	Infantil - M	0
<b>5ª Prova</b>		<b>15:40h</b>		<b>Iniciados m/f</b>			<b>2.250m</b>
Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
939	6,48	AAL	1°	David Ribeiro	NS da Lourinhã	Iniciado	15
652	6,55	AAL	2°	Diogo Clara	CCCD Sintrense	Iniciado	12
284	7,14	AAL	3°	Tiago Maniés	Casa do Benfica TV	Iniciado	10
793	7,19		4°	David Borda D'Água	UA Povoense	Iniciado	8
388	7,23	AAL	5°	Francisco Pimenta	Furadouro	Iniciado	6
706	7,26	AAL	6°	Ricardo Reis	SL Benfica	Iniciado	5
653	7,31	AAL	7°	Francisco Figueiredo	CCCD Sintrense	Iniciado	4
257	7,44	AAL	8°	João Almeida	Casa do Benfica TV	Iniciado	3
685	7,50	AAL	9°	João Penacho	E Mestre Domingos Saraiva	Iniciado	2
894	7,56	AAL	1°	Maria Gaspar	AA Mafra	Iniciada	15
898	7,56	AAL	10°	André Pereira	AA Mafra	Iniciado	1
266	8,00	AAL	11°	Lourenço Frazão	Casa do Benfica TV	Iniciado	0
630	8,03	AAL	12°	Diogo Viegas	ACR Mealhada	Iniciado	0
293	8,10	AAL	13°	André Alves	Ponterrolense	Iniciado	0
915	8,12		14°	Guilherme Fernandes	ACR Mealhada	Iniciado	0
684	8,20	AAL	15°	Gonçalo Lopes	E Mestre Domingos Saraiva	Iniciado	0
407	8,20		16°	Pedro Silvestre	CA de Penafirme	Iniciado	0
396	8,25	AAL	17°	Pedro Lourenço	Furadouro	Iniciado	0
839	8,34		2°	Luana Quaresma	UA Povoense	Iniciada	12
409	8,52	AAL	18°	Maurício Silva	CA de Penafirme	Iniciado	0
202	8,53	AAL	3°	Inês Alves	Torreense	Iniciada	10
938	8,59	AAL	19°	Maxim Malik	NS da Lourinhã	Iniciado	0
440	9,01	AAL	20°	Bernardo Rolim	NS da Lourinhã	Iniciado	0
289	9,05	AAL	4°	Adriana Scutaru	Ponterrolense	Iniciada	8
797	9*,06		21°	Dinis Barrocas	UA Povoense	Iniciado	0
631	9,08	AAL	5°	Sara Alturas	ACR Mealhada	Iniciada	6
919	9,15	AAL	22°	Diogo Morais	Run Tejo	Iniciado	0
932	9,17	AAL	6°	Marta Domingos	NS da Lourinhã	Iniciada	5
720	9,19	AAL	7°	Inês Baldé	SC Reboleira/Damaia	Iniciada	4
633	9,19	AAL	8°	Joana Silva	ACR Mealhada	Iniciada	3
897	9,26	AAL	9°	Eva Silva	AA Mafra	Iniciada	2
893	9,30	AAL	10°	Luana Fonseca	AA Mafra	Iniciada	1
688	9,34	AAL	23°	Rodrigo Rocha	E Mestre Domingos Saraiva	Iniciado	0
232	9,40	AAL	11°	Beatriz Oliveira	Casa do Benfica TV	Iniciada	0
896	9,45	AAL	12°	Ines Silva	AA Mafra	Iniciada	0
308	10,11		13°	Joana Faustino	Ponterrolense	Iniciada	0
686	10,38	AAL	14°	Leonor Rocha	E Mestre Domingos Saraiva	Iniciada	0
795	10,47		15°	Daniela Campos	UA Povoense	Iniciada	0
796	11,03		16°	Raquel Domingues	UA Povoense	Iniciada	0
632	11,22	AAL	17°	Estela Silva	ACR Mealhada	Iniciada	0

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

416	11,40	AAL	18°	Madalena Silva	CA de Penafirme	Iniciada	0
878	12,00	AAL	19°	Sandra Guerreiro	GD S.Domingos	Iniciada	0
587	12,09		24°	Alexandre Santos	Peniche AC	Iniciado	0
334	12,33	AAL	20°	Sara Baptista	Ponterrolense	Iniciada	0
297	12,55	AAL	21°	Bárbara Pinto	Ponterrolense	Iniciada	0
635	13,54	AAL	22°	Sara Sarmento	ACR Mealhada	Iniciada	0
460	15,57	AAL	23°	Beatriz Costa	CA do Oeste	Iniciada	0
<b>6ª Prova</b>		<b>15:55h</b>		<b>M35 / M40 / M45 / M50 / M55 / M60 / M65 / M70 / M75 / M80</b>			<b>3.000m</b>
Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
917	9,22	AAL	1°	Pedro Marques	Run Tejo	M35	15
916	9,26	AAL	2°	Bruno Rolim	Ass.Jorge Pina	M35	12
674	9,35	AAL	1°	João Ginja	Linda-a-Pastora SC	M50	15
945	9,37	AAL	1°	David Fernandes	Run Tejo	M45	15
593	9,39	AAL	2°	Artur Oliveira	CB Algueirão M Martins	M45	12
738	9,43		1°	Emiliano Vieira	Run Tejo	M40	15
290	9,45	AAL	3°	Alex Scutaru	Ponterrolense	M45	10
944	9,46	AAL	4°	Carlos Freitas	Run Tejo	M45	8
267	9,51	AAL	2°	Luis Gomes	Casa do Benfica TV	M50	12
908	9,54	AAL	2°	Antonio Janeiro	NAZA Abóboda	M40	12
905	9,54	AAL	3°	Paulo Rola	NAZA Abóboda	M50	10
906	10,01	AAL	4°	Jorge Rodrigues	NAZA Abóboda	M50	8
218	10,05	AAL	5°	Romeu Correia	Torreense	M45	6
669	10,07	AAL	6°	Paulo Silva	Linda-a-Pastora SC	M45	5
907	10,07	AAL	1°	José Jarmela	NAZA Abóboda	M55	15
260	10,14	AAL	3°	Joaquim Frazão	Casa do Benfica TV	M40	10
668	10,18	AAL	4°	José Borges	Linda-a-Pastora SC	M40	8
239	10,23	AAL	5°	Dúlio Parreira	Casa do Benfica TV	M40	6
219	10,26	AAL	5°	Sérgio Santos	Torreense	M50	6
869	10,29		3°	Luis Ferreira	Individual	M35	10
666	10,31	AAL	4°	Rui Silva	Linda-a-Pastora SC	M35	8
278	10,34	AAL	6°	Nelson Moreira	Casa do Benfica TV	M40	5
710	10,39	AAL	5°	Hugo Brás	Correr Lisboa	M35	6
948	10,40	AAL	6°	Elias Fortes	Run Tejo	M50	5
665	10,42	AAL	6°	Miguel Sequeira	Linda-a-Pastora SC	M35	5
269	10,44	AAL	2°	Luis Rebelo	Casa do Benfica TV	M55	12
875	10,49	AAL	7°	Rui Neves	GD S.Domingos	M50	4
857	10,50		7°	Hugo Jesus	UA Povoense	M40	4
691	10,52	AAL	7°	Vitor Chagas	CF "Os Belenenses"	M45	4
730	11,04	AAL	8°	Artur Araújo	CA Galinheiras	M45	3
696	11,07	AAL	9°	Joaquim Saldanha Silva	CF "Os Belenenses"	M45	2
950	11,10	AAL	8°	Vitor Gonçalves	Run Tejo	M50	3
368	11,10		8°	Ricardo Varela	Carregueirenses	M40	3
481	11,12	AAL	3°	João Graça	CA do Oeste	M55	10
754	11,13	AAL	1°	João Afonso	UA Povoense	M60	15
254	11,17	AAL	10°	João Paulo Santos	Casa do Benfica TV	M45	1
737	11,24	AAL	2°	Jorge Simão	Individual	M60	12
874	11,24	AAL	4°	Carlos Monteiro	GD S.Domingos	M55	8
594	11,29	AAL	3°	Américo Rodrigues	CB Algueirão M Martins	M60	10
367	11,34		9°	Manuel Lino	Carregueirenses	M50	2

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

358	11,35		1º	João Franco	Carregueirenses	M65	15
853	11,36		7º	Fábio Paulo	UA Povoense	M35	4
912	11,37		10º	José Nunes	NAZA Abóboda	M50	1
295	11,45	AAL	4º	António Inácio	Ponterrolense	M60	8
220	11,49	AAL	5º	Rui Merujo	Torreense	M60	6
692	11,52	AAL	11º	Luis Inocêncio	CF "Os Belenenses"	M50	0
231	11,53		12º	Armando Parreira	Casa do Benfica TV	M50	0
598	12,01	AAL	2º	José Inocêncio	CB Algueirão M Martins	M65	12
356	12,01		9º	João Bernardes	Carregueirenses	M40	2
752	12,02		13º	Luis Soares	UA Povoense	M50	0
910	12,03	AAL	6º	Armindo Santos	NAZA Abóboda	M60	5
276	12,04	AAL	11º	Miguel Carmo	Casa do Benfica TV	M45	0
421	12,07		5º	Celso Santos	CA de Penafirme	M55	6
673	12,09	AAL	14º	Diamantino Gamito	Linda-a-Pastora SC	M50	0
261	12,11	AAL	15º	Jorge Almeida	Casa do Benfica TV	M50	0
259	12,15	AAL	8º	João Miranda	Casa do Benfica TV	M35	3
909	12,21	AAL	7º	Herculano Domingues	NAZA Abóboda	M60	4
369	12,23		6º	Vergílio Oliveira	Carregueirenses	M55	5
592	12,31		7º	Parlo Renato Santos	Peniche AC	M55	4
595	12,40	AAL	12º	Fernando Figueiredo	CB Algueirão M Martins	M45	0
903	12,47	AAL	8º	António Gomes	AA Mafra	M60	3
483	12,49	AAL	9º	José Colaço	CA do Oeste	M60	2
695	12,50	AAL	10º	Paulo Custódio	CF "Os Belenenses"	M40	1
280	12,51	AAL	13º	Quirino Caetano	Casa do Benfica TV	M45	0
947	12,55	AAL	14º	Paulo Morais	Run Tejo	M45	0
546	12,56		3º	Pedro Caiado	Carregueirenses	M65	10
675	13,00	AAL	10º	Alcindo Almeida	Linda-a-Pastora SC	M60	1
671	13,10	AAL	16º	Jorge Simões	Linda-a-Pastora SC	M50	0
217	13,11	AAL	11º	Luis Reis	Torreense	M40	0
403	13,11		9º	Dinis Ferreira	Furadouro	M35	2
383	13,12	AAL	10º	Ricardo Vitorino	Furadouro	M35	1
597	13,12	AAL	1º	José Alves	CB Algueirão M Martins	M70	15
359	13,28		15º	Carlos Ferreira	Carregueirenses	M45	0
451	13,28	AAL	12º	Alfredo José Costa	CA do Oeste	M40	0
946	13,29	AAL	16º	Hugo Batista	Run Tejo	M45	0
667	13,33	AAL	13º	João Pedro Pereira	Linda-a-Pastora SC	M40	0
928	13,47	AAL	11º	Ricardo Mota	Run Tejo	M35	0
877	13,48	AAL	2º	Fernando Guerreiro	GD S.Domingos	M70	12
876	13,50	AAL	11º	Gonçalo Rebelo	GD S.Domingos	M60	0
672	14,08	AAL	17º	Carlos Hilário	Linda-a-Pastora SC	M50	0
863	14,20		14º	Bruno Gaspar	UA Povoense	M40	0
341	14,26		12º	Vitor Rodrigues	Ponterrolense	M60	0
911	14,54	AAL	1º	Joaquim Neiva	NAZA Abóboda	M75	15
357	15,16		4º	António Bernardes	Carregueirenses	M65	8
753	15,19	AAL	13º	Jorge Freitas	UA Povoense	M60	0
868	15,30		8º	José Sousa	UA Povoense	M55	3
864	15,30		15º	Paulo Santos	UA Povoense	M40	0
860	15,30		16º	Rogério Fung	UA Povoense	M40	0
311	16,03	AAL	5º	José Esteves	Ponterrolense	M65	6
294	16,25	AAL	3º	António Fortunato	Ponterrolense	M70	10

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

929	17,09	AAL	17º	Carlos Alves	Run Tejo	M40	0
676	17,17	AAL	1º	Carlos Marques	Linda-a-Pastora SC	M80	15
590	18,32		18º	Luis Cambez	Peniche AC	M40	0
221	18,49	AAL	6º	José Afonso Silva	Torreense	M65	5
223	18,51	AAL	4º	Albertino Pinto	Torreense	M70	8
<b>7ª Prova</b>		<b>16:15h</b>		<b>Juvenis - F / Juniores - F / Seniores - F</b>			<b>3.000m</b>
<b>F35 / F40 / F45 / F50 / F55 / F60 / F65 / F70 / F75 / F80</b>							
Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
921	10,20	AAL	1º	Cátia Galhardo	Run Tejo	Senior - F	15
922	10,26	AAL	2º	Kcénia Bougrova	Run Tejo	Senior - F	12
951	10,39	AAL	1º	Alexandre Sousa	Run Tejo	F35	15
724	10,57	AAL	1º	Rafaela Monteiro	SC Reboleira/Damaia	Juvenil - F	15
340	11,00	AAL	1º	Verónica Scutaru	Ponterrolense	F40	15
263	11,06	AAL	3º	Joseline Santos	Casa do Benfica TV	Senior - F	10
203	11,09	AAL	2º	Beatriz Silva	Torreense	Juvenil - F	12
241	11,30	AAL	1º	Elisabete Gomes	Casa do Benfica TV	F45	15
851	11,37		4º	Ana Filipa Ferreira	UA Povoense	Senior - F	8
251	11,41	AAL	3º	Joana Carmo	Casa do Benfica TV	Juvenil - F	10
925	11,42	AAL	2º	Helena Miranda	Run Tejo	F35	12
923	11,42	AAL	5º	Telma Silva	Run Tejo	Senior - F	6
899	11,58	AAL	4º	Ana Cristovão	AA Mafra	Juvenil - F	8
302	12,04	AAL	2º	Fátima Garcia	Ponterrolense	F40	12
719	12,08	AAL	1º	Inês Pinto	SC Reboleira/Damaia	Junior - F	15
596	12,10	AAL	2º	Graciete Alves	CB Algueirão M Martins	F45	12
847	12,15		5º	Bárbara Avelino	UA Povoense	Juvenil - F	6
902	12,16	AAL	3º	Alice Basilio	AA Mafra	F45	10
234	12,20	AAL	6º	Carla Almeida	Casa do Benfica TV	Senior - F	5
873	12,42	AAL	1º	Anabela Carvalho	GD S.Domingos	F55	15
693	12,43	AAL	3º	Paula Fernandes	CF "Os Belenenses"	F40	10
659	12,53	AAL	4º	Susana Raposo	Linda-a-Pastora SC	F40	8
927	13,05	AAL	4º	Rosa Freitas	Run Tejo	F45	8
204	13,29	AAL	5º	Rosália Saldanha	Torreense	F45	6
736	13,45	AAL	2º	Ana Gil P Marques	MBCP	F55	12
236	14,00	AAL	6º	Carolina Rodrigues	Casa do Benfica TV	Juvenil - F	5
638	14,01	AAL	7º	Joana Veríssimo	ACR Mealhada	Juvenil - F	4
660	14,03	AAL	6º	Sónia Sequeira	Linda-a-Pastora SC	F45	5
735	14,08	AAL	1º	Maria Orlete Mendes	CA Galinheiras	F65	15
913	14,14	AAL	3º	Vanda Anjos	ARSC Toledo	F35	10
751	14,29	AAL	1º	Elisa Sampaio	UA Povoense	F50	15
726	15,12	AAL	8º	Ana Silva	SC Reboleira/Damaia	Juvenil - F	3
750	15,13	AAL	7º	Ana Macedo	UA Povoense	F45	4
658	15,14	AAL	5º	Ana Neto	Linda-a-Pastora SC	F40	6
321	15,21	AAL	2º	Maribel Silva	Ponterrolense	F50	12
270	15,33	AAL	9º	Mª João Santos	Casa do Benfica TV	Juvenil - F	2
663	15,48	AAL	3º	Madalena Pina	Linda-a-Pastora SC	F50	10
865	15,51		8º	Cristina Coelho	UA Povoense	F45	3
866	15,55		9º	Paula Simões	UA Povoense	F45	2
858	15,59		6º	Telma Pires	UA Povoense	F40	5
330	15,59	AAL	7º	Rita Duarte	Ponterrolense	F40	4
207	16,08		10º	Ligia Reis	Torreense	F45	1

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

862	16,10		8º	Susana Vitorino	UA Povoense	F40	3
662	16,12	AAL	4º	Célia Simões	Linda-a-Pastora SC	F50	8
191	16,34		11º	Elisabete Lopes	Torreense	F45	0
545	16,54	AAL	9º	Sandra Santos	Torreense	F40	2
661	17,00	AAL	12º	Carla Raposo	Linda-a-Pastora SC	F45	0
318	17,12		5º	Maria Caldas	Ponterrolense	F50	6
589	19,14		10º	Sandrina Lourenço	Peniche AC	F40	1
319	24,42		3º	Maria Ferreira	Ponterrolense	F55	10
337	25,22		7º	Teresa Fortunato	Ponterrolense	Senior - F	4
<b>8ª Prova</b>		<b>16:35h</b>		<b>Juvenis - M / Juniores - M / Seniores - M</b>			<b>4.500m</b>
Drs	Tempo	Fil	Cls	Atleta	Clube	Escalão	Pts
924	13,53	AAL	1º	Vasco Mata	Run Tejo	Senior - M	15
748	14,16	AAL	2º	Gonçalo Cláudio	UA Povoense	Senior - M	12
286	14,24	AAL	3º	Victor Cerqueira	Casa do Benfica TV	Senior - M	10
572	14,34	AAL	1º	João Santos	NS da Lourinhã	Juvenil - M	15
444	14,35	AAL	2º	David Silva	NS da Lourinhã	Juvenil - M	12
848	14,43		1º	Afonso Nunes	UA Povoense	Junior - M	15
229	14,54	AAL	3º	André Franco	Casa do Benfica TV	Juvenil - M	10
694	14,57	AAL	4º	Luis Francisco	CF "Os Belenenses"	Senior - M	8
233	14,58	AAL	2º	Bernardo Frazão	Casa do Benfica TV	Junior - M	12
322	14,59	AAL	5º	Mário Firmino	Ponterrolense	Senior - M	6
256	15,08	AAL	6º	João Cabaça	Casa do Benfica TV	Senior - M	5
901	15,14	AAL	7º	Natanael Guerreiro	AA Mafra	Senior - M	4
900	15,22	AAL	4º	Samuel Morais	AA Mafra	Juvenil - M	8
227	15,36	AAL	8º	Alexis Martins	Casa do Benfica TV	Senior - M	3
842	15,40		5º	Tomás Mealha	UA Povoense	Juvenil - M	6
745	15,41	AAL	6º	Nuno Fernandes	UA Povoense	Juvenil - M	5
952	15,44	AAL	9º	Edmir Correia	GD S.Domingos	Senior - M	2
214	16,02	AAL	7º	Pedro Augusto	Torreense	Juvenil - M	4
942	16,05	AAL	8º	Marco Ferreira	NS da Lourinhã	Juvenil - M	3
920	16,14	AAL	3º	Luis Teixeira	Run Tejo	Junior - M	10
747	16,17	AAL	4º	Daniel Trindade	UA Povoense	Junior - M	8
310	16,23	AAL	10º	Joni Jacinto	Ponterrolense	Senior - M	1
849	16,24		5º	Tomás Guerra	UA Povoense	Junior - M	6
244	16,33	AAL	11º	Fábio Ferreira	Casa do Benfica TV	Senior - M	0
543	16,57		12º	Diogo Jacinto	Fonte Grada	Senior - M	0
679	16,59	AAL	9º	Gonçalo Lopes	Sporting CP	Juvenil - M	2
213	17,19	AAL	10º	Miguel Estevão	Torreense	Juvenil - M	1
402	17,24		13º	Márcio Pimenta	Furadouro	Senior - M	0
664	17,28	AAL	6º	Ricardo Albuquerque	Linda-a-Pastora SC	Junior - M	5
360	18,08		7º	Gonçalo ferreira	Carregueirenses	Junior - M	4
553	18,11		14º	Patrick Lima	Ponterrolense	Senior - M	0
240	18,33	AAL	15º	Eduardo Ferreira	Casa do Benfica TV	Senior - M	0
532	19,40		11º	João Proença	CA de Penafirme	Juvenil - M	0
338	21,31	AAL	16º	Tiago Pinto	Ponterrolense	Senior - M	0
872	28,55		8º	André Duarte	Individual	Junior - M	3

**CLASSIFICAÇÃO COLECTIVA**

**CM abertura AAL / Troféu José M Francisco 2019-2020**



## ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

<b>Cls</b>	<b>ocultar</b>	<b>Clube</b>	<b>Pts</b>
1º		UA Povoense	227
2º		Casa do Benfica TV	164
3º		Run Tejo	154
4º		Torreense	128
5º		Ponterrolense	115
6º		Linda-a-Pastora SC	99
7º		GD S.Domingos	76
8º		NAZA Abóboda	70
9º		CB Algueirão M Martins	67
10º		NS da Lourinhã	62
11º		AA Mafra	60
12º		SC Reboleira/Damaia	54
13º		SL Benfica	50
14º		Carregueirenses	49
15º		CA do Oeste	42
16º		CCCD Sintrense	38
17º		ACR Mealhada	28
18º		CF "Os Belenenses"	25
19º		ARSC Toledo	20
20º		CA Galinheiras	18
21º		MAFC	17
22º		Furadouro	12
22º		MBCP	12
22º		Ass.Jorge Pina	12
25º		E Mestre Domingos Saraiva	11
26º		Peniche AC	9
27º		CA de Penafirme	7
28º		Correr Lisboa	6
29º		Sporting CP	2