



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

Rua rodrigo da Fonseca 56 C/V 1250-196 Lisboa | 21 386 18 11 www.aalisboa.com.pt lisboa@fpatletismo.org

CAMPEONATO REGIONAL AAL DE ESTRADA

Escalão: BENJAMINS A MASCULINOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1135	Diogo Mugarro	1	S C REBOLEIRA DAMAIA	8	00:00:48	BENJAM
1088	Vasco Martinho	2	C BENFICA T VEDRAS	7	00:00:51	BENJAM
1093	João Fonseca	3	C C DESP SINTRENSE	6	00:00:55	BENJAM
1033	Lourenço Costa	4	C ATLETISMO DO OESTE	5	00:00:58	BENJAM
1246	RENATO COSTA	5	IND-LX	4	00:01:00	BENJAM
1058	Rafael Pereira	6	C A DE VALE FIGUEIRA	3	00:01:05	BENJAM
1094	Vicente Poim Aguiar	7	C C DESP SINTRENSE	2	00:01:08	BENJAM
1161	Simão Sousa	8	ZSFRAA	1	00:01:12	BENJAM
1049	Gustavo Manteigas	9	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:01:13	BENJAM
1200	MARTIM ROSÁRIO	10	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUB	1	00:01:18	BENJAM
1239	FILIPE SANTOS	11	IND-LX	1	00:01:20	BENJAM
1019	Rodrigo Relvas	12	A C R DA MEALHADA	1	00:01:23	BENJAM
1138	Lourenço Santos	13	S C REBOLEIRA DAMAIA	1	00:01:28	BENJAM
1213	RAFAEL DUARTE	14	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:01:37	BENJAM
1060	Salvador Balasteiro	15	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:01:48	BENJAM
1208	GONÇALO MARTINS	16	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:01:56	BENJAM
1221	TIMMY ARMOUR	17	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:02:09	BENJAM

Escalão: BENJAMINS B MASCULINOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1160	Tiago Francisco	1	C DESP UNIV LISBOA	8	00:02:14	BENJBM
1068	Marcos Alves	2	C BENFICA ALGUEIRÃO	7	00:02:30	BENJBM
1092	Duarte Pinho	3	C C DESP SINTRENSE	6	00:02:39	BENJBM
1123	Afonso Antunes	4	LINDA-A-PASTORA S C	5	00:02:42	BENJBM
1050	Henrique Valente	5	C A DE VALE FIGUEIRA	4	00:02:45	BENJBM
1045	Filipe Loureiro	6	C A DE VALE FIGUEIRA	3	00:03:27	BENJBM
1089	Bernardo Almeida	7	C C DESP SINTRENSE	2	00:03:35	BENJBM
1220	SIMÃO OLIVEIRA	8	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:03:58	BENJBM
1206	DANIEL DUARTE	9	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:04:01	BENJBM
1245	JORGE PAIVA	10	IND-LX	1	00:04:10	BENJBM
1217	RODRIGO RODRIGUES	11	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:05:55	BENJBM

Escalão: INFANTIS MASCULINOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1112	Gabriel Abrunhosa	1	F C R DO ROSSÃO	8	00:03:56	INFM
1069	Mário Ventura	2	C BENFICA ALGUEIRÃO	7	00:04:07	INFM
1201	AFONSO OLIVEIRA	3	INDIVIDUAL	6	00:04:10	INFM
1034	Pedro Costa	4	C ATLETISMO DO OESTE	5	00:04:12	INFM
1130	Afonso Santiago	5	TT MONTES SALOIOS	4	00:04:15	INFM
1041	Diogo Pinheiro	6	C A DE VALE FIGUEIRA	3	00:04:18	INFM
1077	Filipe Martinho	7	C BENFICA T VEDRAS	2	00:04:27	INFM
1167	Gustavo Silva	8	ZSFRAA	1	00:04:29	INFM
1028	Alfredo Costa	9	C ATLETISMO DO OESTE	1	00:04:49	INFM
1219	SAMUEL ARMOUR	10	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:04:54	INFM
1165	Bruno Sousa	11	ZSFRAA	1	00:04:56	INFM
1158	João Pedro Martins	12	EVELX	1	00:04:59	INFM
1047	Gabriel Pinto	13	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:05:20	INFM
1072	Rodrigo Oliveira	14	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:05:35	INFM
1129	Rodrigo Vitorino	15	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:05:37	INFM
1243	RUBEN FIGUEIREDO	16	IND-LX	1	00:06:56	INFM

Escalão: INICIADOS MASCULINOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1022	Tomás Figueiras	1	A C R DA MEALHADA	8	00:05:49	INICM
1151	Ricardo Reis	2	S L BENFICA	7	00:05:51	INICM
1122	Tiago Sousa	3	J O MONTE ABRAÃO	6	00:05:53	INICM
1171	André Freitas	4	ZSFRAA	5	00:05:54	INICM
1173	David Leitão	5	ZSFRAA	4	00:05:57	INICM
1174	Miguel Martins	6	ZSFRAA	3	00:06:08	INICM
1082	Lourenço Frazão	7	C BENFICA T VEDRAS	2	00:06:14	INICM
1106	Ricardo Martins	8	C DESP UNIV LISBOA	1	00:06:22	INICM
1006	Diogo Viegas	9	A C R DA MEALHADA	1	00:06:34	INICM
1178	Tomás Henriques	10	ZSFRAA	1	00:06:45	INICM
1009	Guilherme Fernandes	11	A C R DA MEALHADA	1	00:06:47	INICM
1148	Guilherme Cruz	12	S L BENFICA	1	00:06:51	INICM
1051	Hugo Simões	13	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:07:01	INICM
1031	Gonçalo Marques	14	C ATLETISMO DO OESTE	1	00:07:13	INICM
1064	Tiago Evangelista	15	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:07:37	INICM
1059	Rafael Salgado	16	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:07:39	INICM
1212	NUNO CARVALHO	17	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:07:43	INICM
1057	Pedro Ferreira	18	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:08:07	INICM
1210	MANUEL MATOS	19	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:11:43	INICM
1215	RAMAUDY TRINDADE	20	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:11:54	INICM

Escalão: JUVENIS MASCULINOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1035	Alex Valador	1	C A DE VALE FIGUEIRA	8	00:07:26	JUVM
1154	Nuno Fernandes	2	U A POVOENSE	7	00:07:28	JUVM
1181	Miguel Leitão	3	ZSFRAA	6	00:07:31	JUVM
1087	Tiago Maniés	4	C BENFICA T VEDRAS	5	00:07:35	JUVM
1179	André Cunha	5	ZSFRAA	4	00:07:59	JUVM
1182	Miguel Patrício	6	ZSFRAA	3	00:08:04	JUVM
1121	Simão Silva	7	J O MONTE ABRAÃO	2	00:08:14	JUVM
1180	Luís Mendes	8	ZSFRAA	1	00:08:20	JUVM
1010	Igor Abreu	9	A C R DA MEALHADA	1	00:08:38	JUVM
1053	João Almeida	10	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:09:40	JUVM

Escalão: BENJAMINS A FEMININOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1225	RITA DIAS	1	INDIVIDUAL	8	00:01:02	BENJAF
1076	Eva Martinho	2	C BENFICA T VEDRAS	7	00:01:16	BENJAF
1118	Maria Leonor Pires	3	INGLESES F C	6	00:01:25	BENJAF
1240	ISIS ERMEZILHA	4	IND-LX	5	00:01:30	BENJAF
1230	VERÓNICA SANTOS	5	FEDERAÇÃO DA FAMÍLIA PARA A PAZ MUNDIAL E UNI	4	00:01:32	BENJAF
1203	MAFALDA FRANÇA	6	INDIVIDUAL	3	00:01:34	BENJAF
1211	MARIANA DUARTE	7	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	2	00:01:39	BENJAF
1032	Leonor Costa	8	C ATLETISMO DO OESTE	1	00:01:42	BENJAF
1227	MARIA CABRAL	9	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	1	00:01:45	BENJAF

Escalão: BENJAMINS B FEMININOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1236	IRIS BORBA	1	ZFCR ROSSÃO	8	00:02:33	BENJBF
1030	Gabriela Costa	2	C ATLETISMO DO OESTE	7	00:02:35	BENJBF
1131	Mariana Isidro	3	SPORTING C P	6	00:03:20	BENJBF
1140	Maria Quenda	4	S C REBOLEIRA DAMAIA	5	00:03:30	BENJBF
1222	MARGARIDA MERCEDES	5	OLIVAIS E MOSCAVIDE	4	00:03:32	BENJBF
1084	Matilde Pinheiro	6	C BENFICA T VEDRAS	3	00:03:38	BENJBF
1125	Francisca Sequeira	7	LINDA-A-PASTORA S C	2	00:03:41	BENJBF
1115	Soraia Pinto	8	F C R DO ROSSÃO	1	00:03:43	BENJBF
1241	MARIA SANTOS	9	IND-LX	1	00:03:48	BENJBF
1016	Margarida Pires	10	A C R DA MEALHADA	1	00:03:53	BENJBF
1078	Inês Fonseca	11	C BENFICA T VEDRAS	1	00:04:09	BENJBF

Escalão: INFANTIS FEMININOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1101	Inês Francisco	1	C DESP UNIV LISBOA	8	00:04:24	INFF
1147	Daniela Franco	2	S L BENFICA	7	00:04:34	INFF
1224	INÊS DIAS	3	INDIVIDUAL	6	00:04:36	INFF
1098	Cristina Ramalho	4	C DESP UNIV LISBOA	5	00:04:38	INFF
1162	Catarina Garcia	5	ZSFRAA	4	00:04:40	INFF
1163	Inês Veredas	6	ZSFRAA	3	00:04:44	INFF
1164	Leonor Pereira	7	ZSFRAA	2	00:04:47	INFF
1062	Sofia Tavares	8	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:05:01	INFF
1107	Sara Costa	9	C DESP UNIV LISBOA	1	00:05:03	INFF
1017	Raquel Francisco	10	A C R DA MEALHADA	1	00:05:06	INFF
1100	Erica Dias	11	C DESP UNIV LISBOA	1	00:05:08	INFF
1159	Rita Freire	12	C DESP UNIV LISBOA	1	00:05:10	INFF
1071	Rita Almeida	13	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:05:17	INFF
1066	Carlota Figueiredo	14	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:05:19	INFF
1113	Lara Pinheiro	15	F C R DO ROSSÃO	1	00:05:23	INFF
1119	Maria Pires	16	INGLESES F C	1	00:05:25	INFF
1127	Matilde Sequeira	17	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:05:27	INFF
1226	FILIPA OLIVEIRA	18	CARACÓIS RUNNER	1	00:05:29	INFF
1117	Madalena Franco	19	INGLESES F C	1	00:05:38	INFF
1232	BRUNA LOURENÇO	20	ZFCR ROSSÃO	1	00:06:00	INFF
1218	RUTE CARVALHO	21	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:07:25	INFF

Escalão: INICIADOS FEMININOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1168	Diana Sousa	1	ZSFRAA	8	00:06:27	INICF
1145	Inês Lopes	2	S C UNIÃO TORREENSE	7	00:06:40	INICF
1109	Teresa Ramalho	3	C DESP UNIV LISBOA	6	00:06:42	INICF
1170	Raquel Ribeiro	4	ZSFRAA	5	00:06:49	INICF
1150	Leonor Dias	5	S L BENFICA	4	00:06:53	INICF
1052	Inês Gonçalves	6	C A DE VALE FIGUEIRA	3	00:07:27	INICF
1144	Tamára Correia	7	S C REBOLEIRA DAMAIA	2	00:07:29	INICF
1020	Sara Alturas	8	A C R DA MEALHADA	1	00:07:34	INICF
1013	Joana Silva	9	A C R DA MEALHADA	1	00:07:35	INICF
1104	Mariana Sousa	10	C DESP UNIV LISBOA	1	00:07:41	INICF
1108	Sofia Gama	11	C DESP UNIV LISBOA	1	00:07:46	INICF
1043	Eva Faria	12	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:08:05	INICF
1061	Sara Santos	13	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:08:09	INICF
1103	Laura Gonçalves	14	C DESP UNIV LISBOA	1	00:08:11	INICF
1007	Estela Silva	15	A C R DA MEALHADA	1	00:08:17	INICF
1044	Fabiana Carvalho	16	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:08:21	INICF
1001	Beatriz Pires	17	A C R DA MEALHADA	1	00:08:23	INICF
1116	Tatiana Rocha	18	F C R DO ROSSÃO	1	00:08:46	INICF
1039	Catarina Santos	19	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:08:49	INICF
1205	CLAUDINA MARTINHO	20	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:10:36	INICF
1029	Beatriz Costa	21	C ATLETISMO DO OESTE	1	00:11:18	INICF
1235	MARIANA ESPADILHA	22	ZFCR ROSSÃO	1	00:24:12	INICF

Escalão: JUVENIS FEMININOS

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos	Tempo	Escalão
1095	Ana Lopes	1	C DESP UNIV LISBOA	8	00:08:26	JUVF
1143	Rafaela Monteiro	2	S C REBOLEIRA DAMAIA	7	00:08:54	JUVF
1079	Joana Carmo	3	C BENFICA T VEDRAS	6	00:08:58	JUVF
1146	Constança Macanjo	4	S L BENFICA	5	00:09:11	JUVF
1065	Beatriz Domingues	5	C BENFICA ALGUEIRÃO	4	00:09:32	JUVF
1139	Márcia Rosário	6	S C REBOLEIRA DAMAIA	3	00:09:34	JUVF
1202	MARIANA MERCEDES	7	OLIVAIS E MOSCAVIDE	2	00:09:38	JUVF
1229	SUSANA SANTOS	8	FEDERAÇÃO DA FAMÍLIA PARA A PAZ MUNDIAL E UNI	1	00:09:45	JUVF
1074	Beatriz Oliveira	9	C BENFICA T VEDRAS	1	00:10:17	JUVF
1110	Beatriz Teixeira	10	F C R DO ROSSÃO	1	00:10:21	JUVF
1099	Daniela Bailão	11	C DESP UNIV LISBOA	1	00:14:11	JUVF
1231	BEATRIZ MARQUES	12	ZFCR ROSSÃO	1	00:14:17	JUVF
1021	Sara Sarmento	13	A C R DA MEALHADA	1	00:15:14	JUVF

Prova de 5 kms

Dorsal	Atleta	P Escalao	Clube	Pontos	Tempo	Escalão	P GERAL
161	Jose Gaspar	1	C F OS BELENENSES	8	00:15:22	M40	1
366	Hugo Gil	1	A DESP NOVAS LUZES	8	00:15:28	SENM	2
332	Emiliano Vieira	2	RUN TEJO - CM SOCKS	7	00:15:44	M40	3
333	Filipe Rebelo	2	RUN TEJO - CM SOCKS	7	00:15:49	SENM	4
159	Nuno Pereira	3	C F OS BELENENSES	6	00:15:55	SENM	5
318	João Pedro Pinto	1	A DESP NOVAS LUZES	8	00:15:57	JUNM	6
129	Carlos Ruxa	4	C F OS BELENENSES	5	00:16:10	SENM	7
263	Tiago Silva	5	J O MONTE ABRAÃO	4	00:16:12	SENM	8
132	Celso Pinto	1	C F OS BELENENSES	8	00:16:13	M35	9
115	Victor Ferreira	6	C BENFICA T VEDRAS	3	00:16:16	SENM	10
141	Jean Gonçalves	1	C F OS BELENENSES	8	00:16:18	SUB23M	11
255	Tiago Silva	7	INGLESES F C	2	00:16:20	SENM	12
52	Artur Oliveira	1	C BENFICA ALGUEIRÃO	8	00:16:24	M45	13
137	Luis Brito	3	C F OS BELENENSES	6	00:16:30	M40	14
251	Pedro Guimarães	2	INGLESES F C	7	00:16:34	M35	15
12	Paulo Benevente	1	ASS JORGE PINA	8	00:16:38	DESPAM	16
344	Vasco Marta	8	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:16:40	SENM	17
94	André Franco	2	C BENFICA T VEDRAS	7	00:16:45	JUNM	18
328	Carlos Freitas	2	RUN TEJO - CM SOCKS	7	00:16:47	M45	19
341	Pedro Marques	3	RUN TEJO - CM SOCKS	6	00:16:53	M35	20
339	Miguel Quaresma	4	RUN TEJO - CM SOCKS	5	00:16:53	M35	21
359	Pedro Alves	9	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:16:53	SENM	22
229	Bruno Carvalho	4	F C R DO ROSSÃO	5	00:16:58	M40	23
357	Paulo Albino	5	U A POVOENSE	4	00:17:01	M40	24
354	Gonçalo Cláudio	10	U A POVOENSE	1	00:17:01	SENM	25
48	Américo Pereira	1	C BENFICA ALGUEIRÃO	8	00:17:02	M55	26
116	Júlio Finote	1	C C DESP SINTRENSE	8	00:17:05	M50	27
146	Jorge De Matos	3	C F OS BELENENSES	6	00:17:09	M45	28
97	Carlos Correia	4	C BENFICA T VEDRAS	5	00:17:13	M45	29
95	Bernardo Frazão	2	C BENFICA T VEDRAS	7	00:17:14	SUB23M	30
200	José Miguel Pais	5	ASS CORRER LISBOA	4	00:17:16	M45	31
180	Andre Melo	5	ASS CORRER LISBOA	4	00:17:21	M35	32
241	Alexandre Ildefonso	3	INGLESES F C	6	00:17:27	SUB23M	33
215	Pedro Cardoso	6	ASS CORRER LISBOA	3	00:17:30	M35	34
190	Diogo Garcia	11	ASS CORRER LISBOA	1	00:17:30	SENM	35
164	Paulo Garcia	6	C F OS BELENENSES	3	00:17:32	M45	36
287	João Ginja	2	LINDA-A-PASTORA S C	7	00:17:32	M50	37
299	Paulo Silva	7	LINDA-A-PASTORA S C	2	00:17:37	M45	38
147	José Custódio	2	C F OS BELENENSES	7	00:17:38	M55	39
525	ADÍVEN LOPES	12	INDIVIDUAL	1	00:17:41	SENM	40

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA
CAMPEONATO REGIONAL AAL DE ESTRADA

319	Vasco Mendes	3	A DESP NOVAS LUZES	6	00:17:43	JUNM	41
93	Aléxis Martins	13	C BENFICA T VEDRAS	1	00:17:44	SENM	42
243	Frederico Lázaro	6	INGLESES F C	3	00:17:46	M40	43
130	Carlos Tavares	14	C F OS BELENENSES	1	00:17:50	SENM	44
340	Nuno Rebelo	15	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:17:55	SENM	45
47	Álvaro Oliveira	3	C BENFICA ALGUEIRÃO	6	00:17:57	M50	46
232	Abel Glória	3	G D R REBOLEIRA	6	00:17:58	M55	47
140	Gustavo Santos	8	C F OS BELENENSES	1	00:17:59	M45	48
227	Vítor Marques	7	ASS CORRER LISBOA	2	00:18:03	M40	49
338	Luís Jorge Teixeira	4	RUN TEJO - CM SOCKS	5	00:18:05	SUB23M	50
105	Joaquim Frazão	8	C BENFICA T VEDRAS	1	00:18:07	M40	51
293	José Borges	9	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:18:11	M40	52
337	Kcénia Bougrova	1	RUN TEJO - CM SOCKS	8	00:18:14	SENF	53
578	RUI HENRIQUES	10	ZFCR ROSSÃO	1	00:18:15	M40	54
285	Hugo Ferreira	11	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:18:16	M40	55
352	Bruno Francisco	7	U A POVOENSE	2	00:18:17	M35	56
236	Edmir Correia	16	G D S DOMINGOS	1	00:18:17	SENM	57
7	José Gomes	9	A D NUCLEOIRAS	1	00:18:18	M45	58
331	Elias Fortes	4	RUN TEJO - CM SOCKS	5	00:18:21	M50	59
314	Nelson Fonseca	12	TT MONTES SALOIOS	1	00:18:23	M40	60
168	Raul Caetano	10	C F OS BELENENSES	1	00:18:25	M45	61
108	Luís Gomes	5	C BENFICA T VEDRAS	4	00:18:25	M50	62
304	Rui Silva	8	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:18:26	M35	63
320	Alexandra Sousa	1	RUN TEJO - CM SOCKS	8	00:18:27	F35	64
244	Hugo Adelino	11	INGLESES F C	1	00:18:29	M45	65
151	Lúcio Alves	12	C F OS BELENENSES	1	00:18:29	M45	66
8	Paulo Carvalho	6	A D NUCLEOIRAS	3	00:18:29	M50	67
154	Mário Manteiga	17	C F OS BELENENSES	1	00:18:37	SENM	68
126	Tomás Feith	5	C DESP UNIV LISBOA	4	00:18:41	SUB23M	69
118	Afonso Vilela	4	C DESP UNIV LISBOA	5	00:18:42	JUNM	70
109	Luís Rebelo	4	C BENFICA T VEDRAS	5	00:18:42	M55	71
250	Miriam Martins	2	INGLESES F C	7	00:18:42	SENF	72
37	Paulo Lopes	7	C A DE VALE FIGUEIRA	2	00:18:47	M50	73
523	ANDRÉ MORGADO	9	CAD A CORRER	1	00:18:49	M35	74
117	Rui Grazina	5	C C DESP SINTRENSE	4	00:18:49	M55	75
177	Vítor Chagas	13	C F OS BELENENSES	1	00:18:51	M45	76
102	Fábio Ferreira	18	C BENFICA T VEDRAS	1	00:18:52	SENM	77
122	Joel Ponces	5	C DESP UNIV LISBOA	4	00:18:54	JUNM	78
249	Manuel Pereira Lopes	19	INGLESES F C	1	00:18:54	SENM	79
81	Nuno Silva	14	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:18:56	M45	80
576	ANTONIO MACHADO	15	ZFCR ROSSÃO	1	00:19:00	M45	81
15	Aires Pratas	1	C A DE VALE FIGUEIRA	8	00:19:00	M60	82
597	Paulo Hermesilha	13	USC MIRA-SINTRA	1	00:19:01	M40	83
303	Rui Cabral	16	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:19:01	M45	84
500	TIAGO GONÇALVES	20	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	1	00:19:01	SENM	85
550	DIOGO SOUSA	21	INDIVIDUAL	1	00:19:03	SENM	86
296	Miguel Sequeira	10	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:19:07	M35	87
32	José Marques	8	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:19:08	M50	88
20	António Henriques	2	C A DE VALE FIGUEIRA	7	00:19:09	M60	89
31	José Luís Pereira	14	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:19:10	M40	90
173	Sara Marinho	3	C F OS BELENENSES	6	00:19:11	SENF	91
223	Sérgio Fernandes	22	ASS CORRER LISBOA	1	00:19:12	SENM	92
560	LUÍS BATISTA	15	CASA DO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ	1	00:19:13	M40	93
557	FERNANDO MELÃO	6	CASA DO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ	3	00:19:13	M55	94
202	José Silva	17	ASS CORRER LISBOA	1	00:19:18	M45	95
149	José Pires	16	C F OS BELENENSES	1	00:19:20	M40	96
254	Tiago Oliveira	23	INGLESES F C	1	00:19:21	SENM	97
170	Rui Avelans Coelho	18	C F OS BELENENSES	1	00:19:24	M45	98
350	Ambrósio Pereira	19	U A POVOENSE	1	00:19:26	M45	99
144	João Carlos Gomes	9	C F OS BELENENSES	1	00:19:31	M50	100
61	Hugo Palmeiro	17	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:19:32	M40	101
157	Mónica Vieira	1	C F OS BELENENSES	8	00:19:35	F40	102
315	Nuno André Silvestre	18	TT MONTES SALOIOS	1	00:19:37	M40	103
131	Carlos Viseu	10	C F OS BELENENSES	1	00:19:37	M50	104
197	João Trindade	24	ASS CORRER LISBOA	1	00:19:37	SENM	105
186	Carlos Moreira	3	ASS CORRER LISBOA	6	00:19:40	M60	106
33	José Neto	4	C A DE VALE FIGUEIRA	5	00:19:41	M60	107
274	Bruno Santos	19	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:19:45	M40	108
54	Carlos Costa	11	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:19:45	M50	109
30	Jorge Valente	11	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:19:46	M35	110
87	Rui Ferreira	20	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:19:51	M40	111
153	Marcos Oliveira	20	C F OS BELENENSES	1	00:19:51	M45	112
138	Gonçalo Ferraz	12	C F OS BELENENSES	1	00:19:52	M35	113
206	Maria Do Céu Nunes	2	ASS CORRER LISBOA	7	00:19:53	F40	114
577	BRUNO MARRAO	21	ZFCR ROSSÃO	1	00:19:54	M40	115
185	Bruno Pissarra	22	ASS CORRER LISBOA	1	00:19:55	M40	116
74	Luís Oliveira	21	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:19:57	M45	117
325	Avelino Soares	12	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:19:57	M50	118
242	Beatriz Sanguino	1	INGLESES F C	8	00:19:58	SUB23F	119
160	Nuno Queija	22	C F OS BELENENSES	1	00:19:59	M45	120
313	João Bras	7	TT MONTES SALOIOS	2	00:20:00	M55	121
14	João Jorge Graça	8	C ATLETISMO DO OESTE	1	00:20:02	M55	122
336	José Salazar	9	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:20:02	M55	123
27	João Ferreira	23	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:20:14	M45	124

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA
CAMPEONATO REGIONAL AAL DE ESTRADA

139	Gonçalo Ferreira	24	C F OS BELENENSES	1	00:20:17	M45	125
6	Marco Quedas	13	A C R DA MEALHADA	1	00:20:21	M35	126
169	Ricardo Santos	14	C F OS BELENENSES	1	00:20:23	M35	127
247	Luis Franco	25	INGLESES F C	1	00:20:24	M45	128
512	RUI PASTOR	26	PASTOR RACING	1	00:20:25	M45	129
565	NELSON FERNANDES	23	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:20:27	M40	130
294	José Ferreira	10	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:20:28	M55	131
345	Vitor Gonçalves	13	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:20:29	M50	132
104	Joao Santos	27	C BENFICA T VEDRAS	1	00:20:30	M45	133
281	Diamantino Gamito	14	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:20:31	M50	134
49	Américo Rodrigues	5	C BENFICA ALGUEIRÃO	4	00:20:31	M60	135
100	Elisabete Gomes	1	C BENFICA T VEDRAS	8	00:20:32	F45	136
258	José Silva	11	Individual - Lisboa	1	00:20:34	M55	137
62	Jaime Pinto	6	C BENFICA ALGUEIRÃO	3	00:20:35	M60	138
570	JOÃO MARAL	15	INDIVIDUAL	1	00:20:37	M50	139
216	Pedro Ferraz	24	ASS CORRER LISBOA	1	00:20:38	M40	140
188	Catia Nascimento	2	ASS CORRER LISBOA	7	00:20:39	F35	141
184	Bruno Do Brito	15	ASS CORRER LISBOA	1	00:20:39	M35	142
273	Bento Quaresma	28	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:20:43	M45	143
564	MÁRIO SEABRA	29	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:20:44	M45	144
171	Rui Oliveira	30	C F OS BELENENSES	1	00:20:46	M45	145
279	Célia Simões	2	LINDA-A-PASTORA S C	7	00:20:48	F45	146
133	Cristiano Marques	31	C F OS BELENENSES	1	00:20:53	M45	147
166	Pedro Canelas	32	C F OS BELENENSES	1	00:20:54	M45	148
284	Gonçalo Ferreira	33	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:20:55	M45	149
566	PAULO ROCHA	16	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:20:58	M35	150
343	Telma Sofia Silva	4	RUN TEJO - CM SOCKS	5	00:21:01	SENF	151
103	João Caldeira	25	C BENFICA T VEDRAS	1	00:21:03	SENM	152
120	Duarte Cruz	6	C DESP UNIV LISBOA	3	00:21:04	JUNM	153
143	Joana Rosa	5	C F OS BELENENSES	4	00:21:04	SENF	154
63	João Soares	1	C BENFICA ALGUEIRÃO	8	00:21:06	M65	155
221	Rui Mónica	34	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:10	M45	156
145	Joaquim Saldanha	35	C F OS BELENENSES	1	00:21:14	M45	157
96	Carla Almeida	6	C BENFICA T VEDRAS	3	00:21:14	SENF	158
92	Vitor Silva	16	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:21:15	M50	159
35	Luis Vieira	36	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:21:17	M45	160
217	Pedro Filipe Correia	17	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:17	M50	161
9	Abulai Dabo	2	ASS JORGE PINA	7	00:21:21	DESPAM	162
10	Bruno Rolim	17	ASS JORGE PINA	1	00:21:22	M35	163
219	Ricardo Neto	25	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:27	M40	164
128	Carlos Fortunato	12	C F OS BELENENSES	1	00:21:28	M55	165
106	Jorge Almeida	18	C BENFICA T VEDRAS	1	00:21:30	M50	166
225	Tiago Pinto	26	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:31	M40	167
148	José Piçarra	7	C F OS BELENENSES	2	00:21:33	M60	168
71	José Inocêncio	2	C BENFICA ALGUEIRÃO	7	00:21:36	M65	169
150	José Santos	19	C F OS BELENENSES	1	00:21:38	M50	170
88	Sidónio Dias	37	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:21:39	M45	171
515	PEDRO RAMOS	20	INDIVIDUAL	1	00:21:40	M50	172
214	Paulo Louro	13	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:40	M55	173
198	João Veiga	26	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:42	SENM	174
347	Inês Pinto	1	S C REBOLEIRA DAMAIA	8	00:21:43	JUNF	175
237	Eliza Varela	3	G D S DOMINGOS	6	00:21:45	F45	176
502	DANIEL SILVÉRIO	27	G.D.R. SÃO FRANCISCO DA SERRA	1	00:21:45	M40	177
218	Pedro Serra	28	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:46	M40	178
563	ARMINDO JORGE	21	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:21:46	M50	179
38	Renata Fernandes	3	C A DE VALE FIGUEIRA	6	00:21:51	F35	180
156	Marta Fonseca	4	C F OS BELENENSES	5	00:21:55	F35	181
178	Alexandre Nunes	38	ASS CORRER LISBOA	1	00:21:58	M45	182
205	Marco Dias	27	ASS CORRER LISBOA	1	00:22:02	SENM	183
224	Sónia Neves	3	ASS CORRER LISBOA	6	00:22:09	F40	184
265	Alcindo Almeida	8	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:22:09	M60	185
39	Rui Mendes	39	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:22:10	M45	186
187	Carlos Soares	22	ASS CORRER LISBOA	1	00:22:10	M50	187
549	ROGÉRIO SILVA	29	INDIVIDUAL	1	00:22:13	M40	188
245	João Inocêncio	40	INGLESES F C	1	00:22:15	M45	189
234	Anabela Carvalho	1	G D S DOMINGOS	7	00:22:16	F55	190
91	Vitor Santos	23	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:22:17	M50	191
321	Ana Rebelo	7	RUN TEJO - CM SOCKS	2	00:22:18	SENF	192
201	José Ramalho	24	ASS CORRER LISBOA	1	00:22:25	M50	193
220	Ricardo Santos	30	ASS CORRER LISBOA	1	00:22:29	M40	194
211	Patrick Simões	18	ASS CORRER LISBOA	1	00:22:32	M35	195
302	Roberto Bettencourt	31	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:22:32	M40	196
162	Paula Fernandes	4	C F OS BELENENSES	5	00:22:33	F40	197
58	Eduardo Tanganhito	1	C BENFICA ALGUEIRÃO	8	00:22:33	M70	198
527	LUÍS CRUZ	3	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	6	00:22:36	DESPAM	199
209	Nuno Sá E Figueiredo	32	ASS CORRER LISBOA	1	00:22:38	M40	200
193	Isabel Nunes	4	ASS CORRER LISBOA	5	00:22:41	F45	201
509	JOÃO FERNANDES	19	INDIVIDUAL	1	00:22:41	M35	202
260	Carolina Fidalgo	2	J O MONTE ABRAÃO	7	00:22:45	JUNF	203
521	MIGUEL FRANÇA	33	INDIVIDUAL	1	00:22:46	M40	204
524	JOSÉ ALVES	25	INDIVIDUAL	1	00:22:46	M50	205
28	Jorge Manuelpepe	41	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:22:47	M45	206
574	ISABEL SANTOS	1	FEDERAÇÃO DA FAMÍLIA PARA A PAZ MUNDIAL E UNI	8	00:22:49	F50	207
70	José Duarte	14	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:22:59	M55	208

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA
CAMPEONATO REGIONAL AAL DE ESTRADA

36	Nuno Salgado	34	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:23:00	M40	209
568	VITOR PEREIRA	35	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:23:08	M40	210
262	Paulo Brito	42	J O MONTE ABRAÃO	1	00:23:11	M45	211
351	Ana Machado	8	U A POVOENSE	1	00:23:11	SENF	212
50	Anabela Ferreira	5	C BENFICA ALGUEIRÃO	4	00:23:27	F45	213
75	Luís Palma	43	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:23:30	M45	214
307	Susana Raposo	5	LINDA-A-PASTORA S C	4	00:23:35	F40	215
246	Lúcia Fonseca	3	INGLESES F C	6	00:23:36	JUNF	216
19	António Camacho	3	C A DE VALE FIGUEIRA	6	00:23:37	M65	217
363	Ana Vieira	6	EVELX	3	00:23:40	F40	218
288	João Neves	44	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:23:41	M45	219
517	ANTÓNIO BARBAS	26	INDIVIDUAL	1	00:23:43	M50	220
57	Cristina Carvalho	6	C BENFICA ALGUEIRÃO	3	00:23:50	F45	221
4	Emilia Filipa	2	A C R DA MEALHADA	7	00:23:52	SUB23F	222
536	BRUNO MARQUES	20	INDIVIDUAL	1	00:23:54	M35	223
555	RAFAEL AZRIEL	27	INDIVIDUAL	1	00:23:54	M50	224
596	Jose Marques	36	USC MIRA-SINTRA	1	00:23:56	M40	225
310	Carlos Antunes	4	TT MONTES SALOIOS	5	00:23:57	M65	226
530	HARUN RASHID	21	INDIVIDUAL	1	00:23:58	M35	227
342	Rosa Freitas	2	RUN TEJO - CM SOCKS	7	00:23:59	F50	228
175	Sílvia Sobreira	7	C F OS BELENENSES	2	00:24:05	F45	229
163	Paulo Custódio	37	C F OS BELENENSES	1	00:24:07	M40	230
298	Patrícia Matos	8	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:24:13	F45	231
183	Bruno Claro	22	ASS CORRER LISBOA	1	00:24:14	M35	232
305	Sheila Galiano	9	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:24:16	F45	233
179	André Laborinho	28	ASS CORRER LISBOA	1	00:24:19	M50	234
53	Carla Rodrigues	10	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:24:27	F45	235
59	Elsa Oliveira	3	C BENFICA ALGUEIRÃO	6	00:24:27	F50	236
238	Fernando Guerreiro	2	G D S DOMINGOS	7	00:24:33	M70	237
312	Elisabete Fonseca	5	TT MONTES SALOIOS	4	00:24:35	F35	238
65	Joaquim Cruz	9	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:24:38	M60	239
571	RICARDO CAMPOS	38	INDIVIDUAL	1	00:24:40	M40	240
528	RAQUEL PEDRO	9	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA	1	00:24:42	SENF	241
582	DAVID CAMPOS	7	ZFCR ROSSÃO	2	00:24:50	JUNM	242
172	Sandra Cruz	7	C F OS BELENENSES	2	00:24:54	F40	243
558	JOSÉ AVELINO	10	CASA DO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ	1	00:24:57	M60	244
204	Luís Marta	29	ASS CORRER LISBOA	1	00:25:01	M50	245
311	Célia Paiva	4	TT MONTES SALOIOS	5	00:25:05	F50	246
86	Rui Emídio	11	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:25:08	M60	247
591	Antonio Cortijo	5	GRUPO DESP S.º DOMINGOS	4	00:25:12	M65	248
46	Alexandre Reis	15	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:25:14	M55	249
569	VITOR SERRA	45	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:25:17	M45	250
181	António Dos Santos	6	ASS CORRER LISBOA	3	00:25:19	M65	251
256	Emílio Gonçalves	30	Individual - Lisboa	1	00:25:21	M50	252
559	JOSÉ BRANQUINHO	7	CASA DO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ	2	00:25:32	M65	253
89	Sónia Ferreira	6	C BENFICA ALGUEIRÃO	3	00:25:36	F35	254
24	Conceição Rodrigues	1	C A DE VALE FIGUEIRA	8	00:25:38	F60	255
76	Marco Gouveia	46	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:25:38	M45	256
84	Rosa Dias	5	C BENFICA ALGUEIRÃO	4	00:25:42	F50	257
34	Jose Lindo	3	C A DE VALE FIGUEIRA	6	00:25:47	M70	258
556	ALZIRA CRUZ	2	CASA DO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ	6	00:25:48	F55	259
134	Daniel Custódio	39	C F OS BELENENSES	1	00:25:49	M40	260
326	Carla Nascimento	7	RUN TEJO - CM SOCKS	2	00:25:51	F35	261
269	Anabela Santos	11	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:25:53	F45	262
135	Eduarda Ferreira	10	C F OS BELENENSES	1	00:25:56	SENF	263
136	Elsa Bruxelas	2	C F OS BELENENSES	7	00:25:58	F60	264
283	Fátima Santos	2	LINDA-A-PASTORA S C	8	00:26:00	F65	265
533	MANUEL PALMA	12	INDIVIDUAL	1	00:26:09	M60	266
537	FERNANDO VERGAMOTA	13	INDIVIDUAL	1	00:26:09	M60	267
508	PAULO MARTINS	16	INDIVIDUAL	1	00:26:12	M55	268
44	Agostinho Cristino	4	C BENFICA ALGUEIRÃO	5	00:26:15	M70	269
534	INÉS PINTASSILGO	11	INDIVIDUAL	1	00:26:26	SENF	270
358	Susana Ferreira	8	U A POVOENSE	1	00:26:27	F40	271
353	Elisa Sampaio	6	U A POVOENSE	3	00:26:28	F50	272
513	ANTÓNIO NOVAS	40	INDIVIDUAL	1	00:26:28	M40	273
125	Sara Santos	4	C DESP UNIV LISBOA	5	00:26:29	JUNF	274
306	Sónia Sequeira	9	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:26:34	F40	275
507	JOÃO TORRES	8	INDIVIDUAL	1	00:26:37	M65	276
540	WASHINGTON ALVES	41	INDIVIDUAL	1	00:26:38	M40	277
356	Jorge Freitas	14	U A POVOENSE	1	00:26:40	M60	278
365	Jacinto Pereira	15	LISRUNNING CLUBE	1	00:26:40	M60	279
268	Ana Sofia Aleixo	10	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:26:48	F40	280
13	Vicente Saraiva	4	ASS JORGE PINA	5	00:26:49	DESPAM	281
282	Elisabete Silva	8	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:26:49	F35	282
83	Paula Soares	12	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:26:51	F45	283
79	Marla Carvalho	9	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:27:00	F35	284
309	Henrique Vilhena	16	LISRUNNING CLUBE	1	00:27:04	M60	285
364	Pedro Sequeira	42	EVELX	1	00:27:06	M40	286
546	MAGNÓLIA MOREIRA	11	CARACÓIS RUNNER	1	00:27:08	F40	287
22	Clara Mina	3	C A DE VALE FIGUEIRA	5	00:27:12	F55	288
579	NILTON FERNANDES	23	ZFCR ROSSÃO	1	00:27:22	M35	289
41	Susana Evangelista	12	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:27:30	F40	290
82	Patricia Pedro	7	C BENFICA ALGUEIRÃO	2	00:27:31	F50	291
505	JOÃO GOMES	47	INDIVIDUAL	1	00:27:31	M45	292

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA
CAMPEONATO REGIONAL AAL DE ESTRADA

267	Ana Neto	13	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:27:35	F40	293
259	Carlos Vitorino	48	J O MONTE ABRAÃO	1	00:27:42	M45	294
573	PEDRO DUARTE	24	INDIVIDUAL	1	00:28:03	M35	295
554	ANA BENTO	13	INDIVIDUAL	1	00:28:09	F45	296
522	ANTÓNIO PAIS	31	INDIVIDUAL	1	00:28:09	M50	297
210	Núria Antunes	10	ASS CORRER LISBOA	1	00:28:11	F35	298
51	Arnaldo Machado	9	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:28:15	M65	299
510	CARLA REIS	11	INDIVIDUAL	1	00:28:17	F35	300
511	JORGE ALMEIDA	25	INDIVIDUAL	1	00:28:18	M35	301
127	Alexandra Queiroz	8	C F OS BELENENSES	1	00:28:23	F50	302
346	Ana Silva	5	S C REBOLEIRA DAMAIA	4	00:28:32	JUNF	303
43	Adalberto Grilo	17	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:28:43	M55	304
297	Mónica Lopes	14	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:28:44	F45	305
77	Marcos Leonardo	10	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:28:44	M65	306
539	MARIA VELOSO	3	INDIVIDUAL	7	00:28:47	F65	307
176	Tatiana Carvalho	12	C F OS BELENENSES	1	00:28:47	SENF	308
174	Sérgio Manuel Silva	26	C F OS BELENENSES	1	00:28:54	M35	309
286	Isabel Lino	1	LINDA-A-PASTORA S C	8	00:28:56	F70	310
275	Carla Raposo	15	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:28:58	F45	311
295	Madalena Pina	9	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:29:02	F50	312
572	PEDRO LUÍS	27	INDIVIDUAL	1	00:29:05	M35	313
80	Natalya Marcheva	10	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:29:09	F50	314
270	António Canas	1	LINDA-A-PASTORA S C	8	00:29:09	M75	315
529	ANTÓNIO ROCHA	8	G.D.R. SÃO FRANCISCO DA SERRA	1	00:29:17	JUNM	316
361	Mariana Pereira	3	EVELX	6	00:29:26	F60	317
543	DALILA ARAÚJO	13	CARACÓIS RUNNER	1	00:29:34	SENF	318
85	Rui Castilho	5	C BENFICA ALGUEIRÃO	4	00:29:45	DESPAM	319
580	MARIA RODRIGUES	4	ZFCR ROSSÃO	4	00:29:46	F55	320
278	Carlos Marques	1	LINDA-A-PASTORA S C	8	00:29:46	M80	321
581	MARIA PEREIRA	11	ZFCR ROSSÃO	1	00:29:48	F50	322
542	ANDRÉ SOUSA	28	CARACÓIS RUNNER	1	00:29:49	SENM	323
368	JOAQUINA FLORES	1	INDIVIDUAL	8	00:29:53	F75	324
67	Jorge Jesus	11	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:30:04	M65	325
73	José Silvério	2	C BENFICA ALGUEIRÃO	7	00:30:12	M75	326
301	Rita Mina	16	LINDA-A-PASTORA S C	1	00:30:25	F45	327
207	Mariana Silva	14	ASS CORRER LISBOA	1	00:30:36	F40	328
280	Cristina Oliveira	12	LINDA-A-PASTORA S C	8	00:30:45	F50	329
292	José Alagador	5	LINDA-A-PASTORA S C	4	00:30:54	M70	330
567	SILVIA FERREIRA	17	GRUPO RECREATIVO JANZ E ASSOCIADOS	1	00:31:03	F45	331
66	Joaquim Hermenegildo	18	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:31:12	M55	332
547	PEDRO ADAME	9	CARACÓIS RUNNER	1	00:31:19	JUNM	333
253	Rita Franco	3	INGLESES F C	6	00:31:24	SUB23F	334
90	Vera Tolêdo	15	C BENFICA ALGUEIRÃO	1	00:31:33	F40	335
3	Cátia Rodrigues	12	A C R DA MEALHADA	1	00:31:35	F35	336
123	Olga Mineiro	5	C DESP UNIV LISBOA	3	00:31:42	F55	337
271	Arménio Patricio	3	LINDA-A-PASTORA S C	6	00:31:45	M75	338
538	PAULO FERREIRA	28	CARACÓIS RUNNER	1	00:31:50	M35	339
518	FATIMA BARBAS	6	INDIVIDUAL	2	00:32:12	F55	340
78	Mário Lameirão	6	C BENFICA ALGUEIRÃO	3	00:32:39	M70	341
545	ISOLINA MARTINS	18	CARACÓIS RUNNER	1	00:33:18	F45	342
548	SILVIA MENDES	16	CARACÓIS RUNNER	1	00:33:19	F40	343
69	José Carlos	7	C BENFICA ALGUEIRÃO	2	00:33:58	M70	344
561	RICARDO CARVALHO	29	CASA DO CONCELHO DE ARCOS DE VALDEVEZ	1	00:34:39	M35	345
541	ROSA REIS	4	INDIVIDUAL	5	00:34:42	F60	346
532	MARLENE PEREIRA	13	INDIVIDUAL	1	00:35:41	F35	347
516	JOÃO SEVERINO	29	INDIVIDUAL	1	00:35:42	SENM	348
514	MANUEL BAPTISTA	19	INDIVIDUAL	1	00:36:30	M55	349
506	RUI MELÃO	20	INDIVIDUAL	1	00:36:30	M55	350
327	Carlos Alves	43	RUN TEJO - CM SOCKS	1	00:37:28	M40	351
101	Fabiana Carrasqueiro	6	C BENFICA T VEDRAS	3	00:38:09	JUNF	352
60	Fernando Ferreira	2	C BENFICA ALGUEIRÃO	7	00:38:30	M80	353
55	Carlos Duarte	6	C BENFICA ALGUEIRÃO	3	00:40:20	DESPAM	354
11	Jorge Pina	7	ASS JORGE PINA	2	00:45:01	DESPAM	355
42	Vasco Gonçalves	21	C A DE VALE FIGUEIRA	1	00:45:43	M55	356
231	Eurico Abrunhosa	12	F C R DO ROSSÃO	1	00:46:39	M65	357