



# Grande Prémio da Arrábida

**Data:** 22 de Novembro de 2015

**Localidade:** Setúbal

**Organização:** Associação de Atletismo Lebres do Sado

**Cronometragem:** Trilho Perdido Cronometragens

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Categoria	P. Cat.	Tempo		T/Km.
						Oficial	Chip	
1	466	Sousa, Alexandra	GDF Runing	Sen F	1	53:42	53:40	04:18
2	343	Xhervelle, Chantal	Xtreme Level	F45	1	58:05	58:03	04:39
3	290	Moleiro, Isabel	SS CGD	F45	2	1:00:02	59:57	04:48
4	108	Silva, Paula	CLUBE NOVO BANCO	F45	3	1:00:27	1:00:04	04:50
5	431	Caldas, Patricia		Sen F	2	1:01:59	1:01:49	04:57
6	107	Jacob, Paula	CLUBE NOVO BANCO	Sen F	3	1:02:08	1:01:37	04:58
7	316	Andrade, Marta	Treino em Casa	F40	1	1:02:49	1:02:32	05:02
8	212	Pais, Inês	Movet	Sen F	4	1:03:20	1:02:26	05:04
9	250	Henriques, Carmen	RUN IS A GIFT	Sen F	5	1:03:44	1:03:38	05:06
10	330	Bandeira, Jacqueline	Volkswagen Autoeuropa	Sen F	6	1:05:23	1:04:51	05:14
11	143	Santos, Isabel	Federação da Família para a paz Mundial e Unificaç	F45	4	1:05:56	1:05:50	05:16
12	244	Velho, Sara	Proaventuras	F40	2	1:06:11	1:05:55	05:18
13	80	Andrade, Margarida	CLUBE MBCP	F50	1	1:07:00	1:05:48	05:22
14	185	Rego, Arlete	Go! Runners	Sen F	7	1:07:54	1:07:40	05:26
15	274	Freitas, Irina	So vamos pelo Moscatel	Sen F	8	1:08:20	1:07:42	05:28
16	273	Mourato, Ana	So vamos pelo Moscatel	Sen F	9	1:08:21	1:08:20	05:28
17	173	Martins, Fernanda	GDC Porto Sines	F50	2	1:08:38	1:08:15	05:29
18	285	Martins, Catarina	SS CGD	F40	3	1:09:53	1:09:36	05:35
19	105	Santos, Maria	CLUBE NOVO BANCO	F45	5	1:10:02	1:09:21	05:36
20	58	Conchinha, Maria	Clube do Stress	F50	3	1:11:09	1:10:43	05:41
21	417	Santos, Marisa		Sen F	10	1:12:13	1:11:06	05:47
22	270	Cardoso, Teresa	Serviços Sociais Montepio	Sen F	11	1:12:21	1:11:35	05:47
23	222	Arraias, Sandra	Os Arraias	Sen F	12	1:13:13	1:12:31	05:51
24	140	Lobo, Rita	Esperança	Sen F	13	1:13:32	1:12:30	05:53
25	432	Figueiredo, Paula		F40	4	1:13:59	1:13:59	05:55
26	69	Ramos, Dulce	CLUBE MBCP	F45	6	1:14:11	1:13:41	05:56
27	88	Ferreira, Ana	CLUBE NOVO BANCO	F45	7	1:14:25	1:14:03	05:57
28	106	Santos, Patricia	CLUBE NOVO BANCO	F40	5	1:15:56	1:15:33	06:04
29	239	Silva, Lurdes	Os Tugas	F45	8	1:16:24	1:15:57	06:07
30	411	Silva, Maria		F45	9	1:16:59	1:16:02	06:10
31	461	Fonseca, Virginia		F40	6	1:17:21	1:16:58	06:11
32	271	Leão, Cláudia	Só pro almoço	Sen F	14	1:17:38	1:16:34	06:13
33	281	Cruz, Angela	SS CGD	F40	7	1:18:38	1:17:44	06:17
34	139	Lobo, Patricia	Esperança	Sen F	15	1:19:46	1:18:42	06:23
35	7	Bento, Cláudia	A. A. Lebres do Sado	F40	8	1:19:49	1:19:45	06:23
36	152	Correia, Maria	"G.D." "O Independente" ""	F50	4	1:19:50	1:19:32	06:23
37	225	Teixeira, Cláudia	Os Kotas	F40	9	1:20:51	1:20:09	06:28
38	6	Nicolau, Cecília	A. A. Lebres do Sado	F45	10	1:21:43	1:21:14	06:32
39	328	Parreira, Hélia	Volkswagen Autoeuropa	F40	10	1:22:19	1:21:29	06:35
40	251	Henriques, Lurdes	RUN IS A GIFT	F50	5	1:22:54	1:22:13	06:38
41	301	Almeida, Cristiana		F50	6	1:23:39	1:22:44	06:42
42	37	Silva, Sara	AveiConsultores	F40	11	1:23:43	1:22:53	06:42

43	40	Bué, Isabel	Bué da Serras	Sen F	16	1:24:30	1:24:27	06:46
44	399	Monteiro, Liliana		Sen F	17	1:24:44	1:23:41	06:47
45	380	Nunes, Inês		Sen F	18	1:26:03	1:24:59	06:53
46	381	Marques, Joana		Sen F	19	1:26:04	1:25:00	06:53
47	277	Almeida, Ana	Sportings de Almeida	Sen F	20	1:26:22	1:25:55	06:55
48	256	Leitão, Claudia	Serviços Sociais Montepio	Sen F	21	1:27:21	1:26:32	06:59
49	268	Gonçalves, Rita	Serviços Sociais Montepio	F40	12	1:27:21	1:26:35	06:59
50	153	Barata, Ana	G.D.R. São Francisco da Serra	F50	7	1:27:43	1:27:00	07:01
51	172	Silva, Carla	GDC Porto Sines	Sen F	22	1:29:01	1:28:17	07:07
52	456	Lopes, Sofia		Sen F	23	1:30:20	1:29:07	07:14
53	364	Lopes, Cati		F40	13	1:30:36	1:29:43	07:15
54	121	Mota, Susana	CLUBE NOVO BANCO	Sen F	24	1:30:36	1:29:43	07:15
55	355	Espada, Carla		F40	14	1:31:07	1:30:48	07:17
56	409	Carreto, Maria		F50	8	1:32:01	1:31:12	07:22
57	123	Filipe, Xana	CLUBE NOVO BANCO	F40	15	1:32:11	1:31:50	07:23
58	32	Costa, Adriana	Ases da Margem Sul	Sen F	25	1:32:14	1:31:36	07:23
59	189	Duarte, Marisa	Jacotins	Sen F	26	1:32:18	1:31:31	07:23
60	187	Silva, Ana Paula	Jacotins	F40	16	1:32:19	1:31:32	07:23
61	430	Caixinha, Patricia		Sen F	27	1:32:26	1:32:07	07:24
62	122	Marcelino, Teresa	CLUBE NOVO BANCO	F40	17	1:33:44	1:33:01	07:30
63	124	Cabral, Carmen	Clube Robbialac	F40	18	1:34:14	1:34:05	07:32
64	410	Santiago, Maria		F40	19	1:37:53	1:37:24	07:50
65	407	Cruz, Manuela		F50	9	1:56:27	1:55:34	09:19