



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	30	Guimarães, Paulo	Aminhacorrida/Kalenji	Sen M	1	46:59	46:55	03:45
2	473	Ribeiro, Pedro		Sen M	2	47:39	47:37	03:49
3	99	Fernandes, David	CLUBE NOVO BANCO	M40	1	48:23	48:23	03:52
4	159	Lair, José	G.D.R. São Francisco da Serra	M40	2	48:29	48:29	03:53
5	419	Nunes, Martim	Zimbra Fox Runners	Sen M	3	48:49	48:46	03:54
6	248	Fernandes, Pedro	Remo Clube Lusitano	Sen M	4	49:58	49:58	04:00
7	408	Miguel, Marco		Sen M	5	50:02	50:00	04:00
8	31	Baltazar, Rui	Aminhacorrida/Kalenji	M45	1	50:08	50:07	04:01
9	472	Albino, Carlos	Zimbra Fox Runners	M45	2	50:22	50:18	04:02
10	142	Santos, Flávio	Federação da Família para a Paz Mundial e Unificaç	Jun M	1	50:26	50:25	04:02
11	335	Patrício, Nuno	Volkswagen Autoeuropa	M40	3	50:31	50:28	04:02
12	57	Silva, Luis	Clube de Praças da Armada	Sen M	6	51:41	51:38	04:08
13	162	Pereira, Luís	G.D.R. São Francisco da Serra	M45	3	51:45	51:41	04:08
14	471	Pereira, Sergio	Zimbra Fox Runners	Sen M	7	52:03	52:03	04:10
15	155	Diogo, Emanuel	G.D.R. São Francisco da Serra	Sen M	8	52:27	52:24	04:12
16	247	Rebelo, João	Remo Clube Lusitano	Sen M	9	52:34	52:32	04:12
17	195	Lopes, João	LEBRE	M55	1	52:41	52:35	04:13
18	166	Agostinho, Vasco	G.D.R. São Francisco da Serra	M50	1	52:46	52:43	04:13
19	54	Patrício, Ricardo	CCD Crédito Agrícola Mútuo	Sen M	10	52:47	52:07	04:13
20	141	Lobo, Tiago	Esperança	Sen M	11	52:52	52:48	04:14
21	215	Silva, Diogo	Nucleo Atletismo do Pentead	Sen M	12	53:12	53:09	04:15
22	170	Estrela, Marcos	GD Estoril Praia	Sen M	13	53:15	53:10	04:16
23	308	Costa, Rogério	TALHO DA AVENIDA -SETÚBAL	Sen M	14	53:36	53:33	04:17
24	216	Almeida, Ricardo	O MUNDO DA CORRIDA	Sen M	15	53:41	53:22	04:18
25	466	Sousa, Alexandra	GDF Runing	Sen F	1	53:42	53:40	04:18
26	344	Lamego, Jaime	Xtreme Level	M55	2	54:10	54:07	04:20
27	163	Chainho, Paulo	G.D.R. São Francisco da Serra	M50	2	54:40	54:40	04:22
28	307	Rainho, Renato	Tálenos_Team	Sen M	16	54:46	54:39	04:23
29	403	Nunes, Luis		Sen M	17	54:48	54:44	04:23
30	113	Sanguino, Pedro	CLUBE NOVO BANCO	Sen M	18	55:23	55:17	04:26
31	4	Sousa, António	A. A. Lebres do Sado	Sen M	19	55:44	55:41	04:28
32	87	Mendes, Tiago	CLUBE MBCP	M40	4	55:45	55:41	04:28
33	315	Fernandes, Paulo	Time Runners Setúbal	Sen M	20	55:52	55:48	04:28
34	158	Cardoso, João	G.D.R. São Francisco da Serra	M50	3	55:54	55:54	04:28
35	154	Pires, António	G.D.R. São Francisco da Serra	M45	4	55:55	55:52	04:28
36	214	Mendes, Luis	NAPA	M40	5	56:11	55:45	04:30
37	209	Neves, Luis	Marinhais AC	Sen M	21	56:13	56:03	04:30
38	52	Zêzere, Luís	CCD Crédito Agrícola Mútuo	Sen M	22	56:19	56:19	04:30
39	336	Sousa, Paulo	Volkswagen Autoeuropa	M40	6	56:25	56:15	04:31
40	111	Gabriel, Pedro	CLUBE NOVO BANCO	M40	7	56:38	56:18	04:32
41	45	Arenga, Joao	C.A.D.T.Portucel Setubal	M60	1	56:51	56:47	04:33
42	450	Bolota, Rui		M40	8	56:56	56:31	04:33
43	386	Leandro, João		Sen M	23	57:05	56:24	04:34

44	339	Rodrigues, Reinaldo	Volkswagen Autoeuropa	M40	9	57:52	57:25	04:38
45	311	Calvo, Francisco	Time Runners Setúbal	M50	4	57:55	57:47	04:38
46	384	Canané, João		M40	10	57:56	57:40	04:38
47	343	Xhervelle, Chantal	Xtreme Level	F45	1	58:05	58:03	04:39
48	465	Pereira, Vitor		M55	3	58:15	57:47	04:40
49	443	Enguiça, Ricardo		Sen M	24	58:18	57:52	04:40
50	369	Ferreira, Filipe		Sen M	25	58:26	57:43	04:40
51	310	Fernandes, Ezequiel	Time Runners Setúbal	M55	4	58:37	58:30	04:41
52	398	Gamito, Júlio		M50	5	58:45	58:44	04:42
53	14	Galveia, Samuel	A. A. Lebres do Sado	Sen M	26	58:58	58:54	04:43
54	309	Dias, António	Time Runners Setúbal	Sen M	27	59:00	58:55	04:43
55	38	Vaz, Jorge	b° municipal covilhã	M40	11	59:01	59:01	04:43
56	219	Couto, Mario	os 5 mais ou menos	Sen M	28	59:04	58:31	04:44
57	92	Carago, Hugo	CLUBE NOVO BANCO	M40	12	59:06	58:47	04:44
58	293	Frade, Joaquim	SS CGD	M60	2	59:08	59:00	04:44
59	164	Agostinho, Pedro	G.D.R. São Francisco da Serra	M45	5	59:11	59:06	04:44
60	387	Pinto, João		Sen M	29	59:12	58:34	04:44
61	467	D'almeida, Miguel		Sen M	30	59:17	58:58	04:45
62	208	Leal, António	Marinhais AC	M40	13	59:24	58:53	04:45
63	186	Ramos, Fulvio	Go! Runners	Sen M	31	59:27	59:12	04:45
64	117	Lopes, Rui	CLUBE NOVO BANCO	M60	3	59:31	59:26	04:46
65	228	Lima, Pedro	Os Kotas	M50	6	59:35	59:25	04:46
66	102	Godinho, Luís	CLUBE NOVO BANCO	M45	6	59:36	59:30	04:46
67	252	Barbosa, Pedro	Scalabis Night Runners	Sen M	32	59:37	58:46	04:46
68	26	Silva, Manuel	AMCF - Arrábida Trail Team	M40	14	59:49	59:47	04:47
69	415	Pinheiro, Mário		M40	15	59:56	59:38	04:48
70	286	Faustino, David	SS CGD	M50	7	59:58	59:51	04:48
71	290	Moleiro, Isabel	SS CGD	F45	2	1:00:02	59:57	04:48
72	48	Silva, Nuno	C.A.D.T.Portucel Setubal	M40	16	1:00:17	1:00:06	04:49
73	108	Silva, Paula	CLUBE NOVO BANCO	F45	3	1:00:27	1:00:04	04:50
74	348	Cunha, Antonio		M40	17	1:00:28	1:00:27	04:50
75	388	Gomes, Joel		Sen M	33	1:00:40	1:00:07	04:51
76	192	Campos, André	Kampus Runner	Sen M	34	1:00:42	1:00:30	04:51
77	223	Parreira, Antonio	Os Kotas	M55	5	1:00:45	1:00:40	04:52
78	39	Barbosa, Mário	Bttascaduxico	Sen M	35	1:00:46	1:00:35	04:52
79	103	Lino, Luís	CLUBE NOVO BANCO	M45	7	1:00:48	1:00:16	04:52
80	356	Batista, Carlos		M40	18	1:00:49	1:00:25	04:52
81	425	Gomes, Nuno		Sen M	36	1:00:51	1:00:38	04:52
82	460	Pereira, Vando		Sen M	37	1:01:07	1:00:52	04:53
83	436	Barreirao, Pedro		Sen M	38	1:01:10	1:00:46	04:54
84	245	Casal, Sérgio	Proaventuras	M45	8	1:01:12	1:00:34	04:54
85	372	Tapadas, Francisco		M65	1	1:01:14	1:01:01	04:54
86	145	Coelho, Carlos	G A Monsanto Gascan	M50	8	1:01:19	1:01:06	04:54
87	70	Alcides, Fernando	CLUBE MBCP	M50	9	1:01:26	1:01:18	04:55
88	112	Brás, Eurico	CLUBE NOVO BANCO	M55	6	1:01:32	1:01:29	04:55
89	323	Silva, Manuel	Veteranos de Massamá	M60	4	1:01:48	1:01:35	04:57
90	303	Almeida, Felipe	Surfrunners	Sen M	39	1:01:51	1:01:19	04:57
91	370	Santos, Filipe		M40	19	1:01:52	1:01:34	04:57
92	453	Sebastiao, Samuel		Sen M	40	1:01:56	1:01:46	04:57
93	1	Correia, Silvério	2speed	M45	9	1:01:57	1:01:43	04:57
94	340	Lóio, Rui	Volkswagen Autoeuropa	M45	10	1:01:58	1:01:47	04:57
95	431	Caldas, Patricia		Sen F	2	1:01:59	1:01:49	04:57
96	50	Santos, Tiago	C.A.D.T.Portucel Setubal	Jun M	2	1:01:59	1:01:51	04:58
97	49	Santos, Olimpico	C.A.D.T.Portucel Setubal	M45	11	1:02:01	1:02:01	04:58
98	83	Pais, Paulo	CLUBE MBCP	M50	10	1:02:03	1:01:55	04:58
99	359	Jacinto, Carlos		M45	12	1:02:06	1:01:53	04:58
100	107	Jacob, Paula	CLUBE NOVO BANCO	Sen F	3	1:02:08	1:01:37	04:58
101	134	Santana, Alexandre	Dolce Furadouro	M40	20	1:02:09	1:01:54	04:58

102	448	Azevedo, Roberto		Sen M	41	1:02:22	1:01:49	04:59
103	177	Seromenho, Rui	GDC Porto Sines	Sen M	42	1:02:27	1:02:12	05:00
104	156	Beijinha, Fernando	G.D.R. São Francisco da Serra	M65	2	1:02:29	1:02:21	05:00
105	391	Pereira, Jorge		M50	11	1:02:30	1:02:14	05:00
106	426	Oliveira, Nuno		Sen M	43	1:02:38	1:02:22	05:01
107	46	Videira, Joaquim	C.A.D.T.Portucel Setubal	M60	5	1:02:46	1:02:39	05:01
108	174	Santos, João	GDC Porto Sines	Sen M	44	1:02:46	1:02:31	05:01
109	316	Andrade, Marta	Treino em Casa	F40	1	1:02:49	1:02:32	05:02
110	84	Custódio, Pedro	CLUBE MBCP	M40	21	1:02:58	1:02:44	05:02
111	298	Figueiredo, Orlindo	SS CGD	M65	3	1:03:00	1:02:51	05:02
112	437	Borregana, Pedro		Sen M	45	1:03:05	1:03:04	05:03
113	190	Ramos, Daniel	Jobrinde - Montes Saloios	Sen M	46	1:03:10	1:02:52	05:03
114	34	Carmo, Nuno	Zimbra Fox Runners	M40	22	1:03:14	1:03:10	05:03
115	338	Freitas, Pedro	Volkswagen Autoeuropa	M45	13	1:03:14	1:03:03	05:04
116	212	Pais, Inês	Movet	Sen F	4	1:03:20	1:02:26	05:04
117	196	Pimenta, Manuel	LEBRE	M60	6	1:03:26	1:03:03	05:04
118	67	Ramos, Carlos	CLUBE MBCP	M45	14	1:03:29	1:02:59	05:05
119	73	Pereira, Joao	CLUBE MBCP	M40	23	1:03:29	1:03:21	05:05
120	27	Bogalheiro, Joao	Amigos Vale Silencio	M45	15	1:03:34	1:03:25	05:05
121	260	Guerreiro, José	Serviços Sociais Montepio	M55	7	1:03:35	1:02:48	05:05
122	171	Pereira, Jose	GD santandr totta	M45	16	1:03:42	1:02:59	05:06
123	25	Nabais, Pedro	Aldipontenses	Sen M	47	1:03:43	1:03:08	05:06
124	23	Nabais, João	Aldipontenses	M50	12	1:03:43	1:03:08	05:06
125	197	Martins, Antonio	Lebres e Tartarugas - GDL	M45	17	1:03:43	1:03:02	05:06
126	250	Henriques, Carmen	RUN IS A GIFT	Sen F	5	1:03:44	1:03:38	05:06
127	241	Silva, João	PapaKms	M45	18	1:04:05	1:03:49	05:08
128	16	Pereira, Francisco	Açoreana Clube Banif	M45	19	1:04:07	1:03:32	05:08
129	204	Revés, Paulo	Lesmas Alopradas	M40	24	1:04:07	1:04:07	05:08
130	131	Soares, Avelino	Cofina Runners	M45	20	1:04:08	1:03:53	05:08
131	55	Mourão, Diogo	Chelsicha	Sen M	48	1:04:08	1:03:50	05:08
132	442	Prates, Pedro		Sen M	49	1:04:10	1:03:16	05:08
133	428	Prates, Nuno		Sen M	50	1:04:10	1:03:18	05:08
134	119	Eira, Sérgio	CLUBE NOVO BANCO	M40	25	1:04:16	1:03:32	05:08
135	383	Antunes, João		M45	21	1:04:20	1:04:20	05:09
136	176	Penas, Renato	GDC Porto Sines	Sen M	51	1:04:22	1:04:07	05:09
137	231	Figueira, Eduardo	OS TEIMOSOS	Sen M	52	1:04:23	1:03:20	05:09
138	347	Ribeiro, Alvaro		Sen M	53	1:04:23	1:03:26	05:09
139	24	Veras, José	Aldipontenses	M55	8	1:04:26	1:03:52	05:09
140	414	Tome, Mario		M40	26	1:04:27	1:03:48	05:09
141	95	Batista, João	CLUBE NOVO BANCO	M40	27	1:04:31	1:04:15	05:10
142	98	Gonçalves, José	CLUBE NOVO BANCO	M50	13	1:04:32	1:04:10	05:10
143	253	Pereira, Nuno	sempre favoritos	Sen M	54	1:04:34	1:04:13	05:10
144	349	Guerreiro, Antonio		M55	9	1:04:35	1:03:33	05:10
145	10	Pardal, Manuel	A. A. Lebres do Sado	M60	7	1:04:36	1:04:26	05:10
146	295	Quental, Luis	SS CGD	M45	22	1:04:41	1:03:45	05:10
147	28	Bogalheiro, Nuno	Amigos Vale Silencio	M40	28	1:04:43	1:04:42	05:11
148	423	Bela, Nuno		Sen M	55	1:04:57	1:04:31	05:12
149	157	Sobral, Fernando	G.D.R. São Francisco da Serra	M55	10	1:04:57	1:04:25	05:12
150	434	Lopes, Paulo		M45	23	1:05:03	1:04:35	05:12
151	146	Fortunato, Carlos	G A Monsanto Gascan	M50	14	1:05:14	1:05:01	05:13
152	160	Santos, José	G.D.R. São Francisco da Serra	M50	15	1:05:19	1:04:46	05:14
153	275	Sousa, Pedro	So vamos pelo Moscatel	Sen M	56	1:05:20	1:04:43	05:14
154	20	Burguette, Pedro	Açoreana Clube Banif	M40	29	1:05:20	1:04:43	05:14
155	389	Antunes, Jorge		M40	30	1:05:22	1:04:47	05:14
156	230	Guerreiro, Valdemar	Os Kotas	Sen M	57	1:05:23	1:05:23	05:14
157	330	Bandeira, Jacqueline	Volkswagen Autoeuropa	Sen F	6	1:05:23	1:04:51	05:14
158	401	Coelho, Mario	AA Lebres do Sado	M50	16	1:05:24	1:04:49	05:14
159	100	Ferreira, Júlio	CLUBE NOVO BANCO	M60	8	1:05:25	1:05:03	05:14

160	324	Quaresma, Paulo	Veteranos de Massamá	M60	9	1:05:25	1:05:12	05:14
161	313	Patronilho, José	Time Runners Setúbal	M40	31	1:05:48	1:05:41	05:16
162	314	Garcia, Luis	Time Runners Setúbal	M45	24	1:05:48	1:05:41	05:16
163	65	Costa, Carlos	CLUBE MBCP	M50	17	1:05:52	1:05:46	05:16
164	205	Rodrigues, Sérgio	MAD MAX TEAM	M40	32	1:05:55	1:05:51	05:16
165	143	Santos, Isabel	Federação da Família para a paz Mundial e Unificaç	F45	4	1:05:56	1:05:50	05:16
166	203	Antunes, Paulo	Lesmas Alopradas	M45	25	1:05:56	1:05:45	05:17
167	317	Crispim, Joaquim	UDCA	M55	11	1:06:02	1:05:33	05:17
168	258	Santos, João Carlos	Serviços Sociais Montepio	Sen M	58	1:06:04	1:05:19	05:17
169	161	Gonçalves, Luís	G.D.R. São Francisco da Serra	M40	33	1:06:10	1:05:39	05:18
170	422	Colaço, Nelson		M40	34	1:06:11	1:05:43	05:18
171	292	Carrilho, Joaquim	SS CGD	M45	26	1:06:11	1:05:10	05:18
172	244	Velho, Sara	Proaventuras	F40	2	1:06:11	1:05:55	05:18
173	71	Mendes, Gonçalo	CLUBE MBCP	Jun M	3	1:06:23	1:05:33	05:19
174	318	Crispim, Manuel	UDCA	M60	10	1:06:27	1:06:02	05:19
175	424	Duarte, Nuno		Sen M	59	1:06:28	1:05:23	05:19
176	255	Franco, Antonio	Serviços Sociais Montepio	M50	18	1:06:30	1:05:45	05:19
177	366	Mota, Daniel		M40	35	1:06:35	1:06:06	05:20
178	394	Godinho, José		M55	12	1:06:35	1:06:07	05:20
179	257	Gomes, Jaime	Serviços Sociais Montepio	M55	13	1:06:36	1:05:49	05:20
180	194	Duarte, Vitor	LáChegarei	Sen M	60	1:06:44	1:06:32	05:20
181	193	Queimado, Hugo	LáChegarei	Sen M	61	1:06:44	1:06:33	05:20
182	114	Rodrigues, Ricardo	CLUBE NOVO BANCO	M40	36	1:06:46	1:06:24	05:20
183	449	Carneiro, Rodolfo		Sen M	62	1:06:53	1:06:10	05:21
184	227	Santana, Joaquim	Os Kotas	Sen M	63	1:06:57	1:06:46	05:21
185	64	Veloso, Antonio	CLUBE MBCP	M50	19	1:06:59	1:06:54	05:22
186	63	Seixas, Antonio	CLUBE MBCP	M50	20	1:06:59	1:06:59	05:22
187	80	Andrade, Margarida	CLUBE MBCP	F50	1	1:07:00	1:05:48	05:22
188	246	Verissimo, Armando	Referees Margem Sul	Sen M	64	1:07:13	1:06:45	05:23
189	136	Coelho, João	Epic Arrábida Sports	Sen M	65	1:07:24	1:06:47	05:24
190	458	Delgado, Tiago		Sen M	66	1:07:36	1:07:28	05:24
191	29	Costa, Luís	amigosdacorrida.com	Sen M	67	1:07:43	1:07:31	05:25
192	306	Fidalgo, Luis	Talentos_Team	M45	27	1:07:53	1:07:17	05:26
193	185	Rego, Arlete	Go! Runners	Sen F	7	1:07:54	1:07:40	05:26
194	13	Constantino, Possidonio	A. A. Lebres do Sado	M60	11	1:07:55	1:07:13	05:26
195	115	Silva, Ricardo	CLUBE NOVO BANCO	Sen M	68	1:07:56	1:06:59	05:26
196	326	Abilio, Nuno	AMCF Arrábida Trail	Sen M	69	1:07:57	1:07:56	05:26
197	274	Freitas, Irina	So vamos pelo Moscatel	Sen F	8	1:08:20	1:07:42	05:28
198	273	Mourato, Ana	So vamos pelo Moscatel	Sen F	9	1:08:21	1:08:20	05:28
199	150	Alves, Rui	G A Monsanto Gascan	M40	37	1:08:22	1:07:21	05:28
200	459	Santos, Tiago		Sen M	70	1:08:23	1:07:50	05:28
201	395	Silva, José		M45	28	1:08:34	1:08:21	05:29
202	433	Gonçalves, Paulo		Sen M	71	1:08:36	1:07:40	05:29
203	206	Sousa, Jorge	Mamutes Crew	M40	38	1:08:36	1:08:12	05:29
204	173	Martins, Fernanda	GDC Porto Sines	F50	2	1:08:38	1:08:15	05:29
205	378	Magalhaes, Hugo		M40	39	1:08:39	1:08:00	05:30
206	41	Serra, José	Bué da Serras	M60	12	1:08:54	1:08:51	05:31
207	184	Castro, Antonio	gds santander totta	M45	29	1:08:55	1:08:12	05:31
208	416	Vieira, Mário		Sen M	72	1:08:55	1:08:21	05:31
209	17	Serra, João	Açoreana Clube Banif	M40	40	1:09:01	1:08:25	05:31
210	451	Penim, Rui		Sen M	73	1:09:07	1:08:38	05:32
211	455	Dionísio, Sérgio		M45	30	1:09:09	1:08:49	05:32
212	300	Santos, Rui	SS CGD	M45	31	1:09:13	1:08:10	05:32
213	129	Costa, Raúl	Clube Robbialac	M55	14	1:09:14	1:09:08	05:32
214	191	Lourenço, Vitor	Jobrinde - Montes Saloios	M45	32	1:09:17	1:08:39	05:33
215	272	Teles, João	Só pro almoço	Sen M	74	1:09:18	1:08:13	05:33
216	79	Pereira, Manuel	CLUBE MBCP	M55	15	1:09:23	1:09:02	05:33
217	266	Dias, Ricardo	Serviços Sociais Montepio	M40	41	1:09:40	1:08:52	05:34

218	259	Sousa, Jorge	Serviços Sociais Montepio	M40	42	1:09:40	1:08:54	05:34
219	342	Cerqueira, Tito	Volkswagen Autoeuropa	M40	43	1:09:40	1:09:16	05:34
220	457	Carregado, Tiago		Sen M	75	1:09:45	1:09:25	05:35
221	56	Pratas, Rui	Chelsicha	Sen M	76	1:09:46	1:09:27	05:35
222	285	Martins, Catarina	SS CGD	F40	3	1:09:53	1:09:36	05:35
223	334	Campaniço, Marco	Volkswagen Autoeuropa	Sen M	77	1:10:00	1:09:25	05:36
224	105	Santos, Maria	CLUBE NOVO BANCO	F45	5	1:10:02	1:09:21	05:36
225	120	Paiva, Silvio	CLUBE NOVO BANCO	M60	13	1:10:02	1:09:19	05:36
226	319	Recto, Guilherme	União Mucifalense	M45	33	1:10:21	1:09:47	05:38
227	165	Candeias, Rui	G.D.R. São Francisco da Serra	Sen M	78	1:10:22	1:09:44	05:38
228	440	Marques, Pedro		M45	34	1:10:23	1:10:11	05:38
229	346	Monteiro, Alberto		M40	44	1:10:24	1:10:03	05:38
230	325	Silva, Aníbal	Volkswagen Autoeuropa	M45	35	1:10:29	1:09:58	05:38
231	224	Teixeira, Antonio	Os Kotas	M45	36	1:10:30	1:09:56	05:38
232	35	Dias, Paulo	Associação Jorge Pina	M40	45	1:10:31	1:09:44	05:38
233	181	Luz, Fernando	GDCT Unicre	M45	37	1:10:34	1:09:55	05:39
234	183	Duarte, Paulo	GDCT Unicre	M50	21	1:10:34	1:09:54	05:39
235	178	Timóteo, Sérgio	GDC Porto Sines	M50	22	1:10:34	1:10:34	05:39
236	240	Pinto, Rui	Os Tugas	M50	23	1:10:40	1:10:13	05:39
237	229	Cordeiro, Tiago	Os Kotas	Sen M	79	1:10:44	1:09:40	05:39
238	299	Lopes, Pedro	SS CGD	Sen M	80	1:10:48	1:10:30	05:40
239	109	Gonçalves, Paulo	CLUBE NOVO BANCO	M45	38	1:10:49	1:10:27	05:40
240	352	Costa, António		M55	16	1:10:54	1:10:16	05:40
241	362	Soares, Carlos		M45	39	1:10:55	1:10:10	05:40
242	198	Nunes, Antonio	Lebres e Tartarugas - GDL	M50	24	1:10:59	1:10:18	05:41
243	284	Dias, Bruno	SS CGD	Sen M	81	1:11:02	1:10:45	05:41
244	58	Conchinha, Maria	Clube do Stress	F50	3	1:11:09	1:10:43	05:41
245	130	Mendes, André	Cofina Runners	Sen M	82	1:11:09	1:10:58	05:42
246	75	Soares, Jorge	CLUBE MBCP	M50	25	1:11:13	1:11:00	05:42
247	289	Venancio, Hugo	SS CGD	Sen M	83	1:11:14	1:10:56	05:42
248	412	Lino, Mario		M50	26	1:11:16	1:10:34	05:42
249	421	Piteira, Miguel		Sen M	84	1:11:20	1:10:54	05:42
250	439	Homem, Pedro		M40	46	1:11:22	1:10:53	05:43
251	329	Lauw, Horst	Volkswagen Autoeuropa	M45	40	1:11:29	1:11:04	05:43
252	288	Clerigo, Francisco	SS CGD	M60	14	1:11:32	1:10:37	05:43
253	74	Fulgêncio, Joaquim	CLUBE MBCP	M55	17	1:11:33	1:11:28	05:43
254	62	Santos, Antonio	CLUBE MBCP	M55	18	1:11:34	1:11:24	05:44
255	441	Pinela, Pedro		Sen M	85	1:11:39	1:11:01	05:44
256	462	Coimbra, Vitor		Sen M	86	1:11:39	1:11:00	05:44
257	264	Rainho, Paulo	Serviços Sociais Montepio	M45	41	1:11:49	1:11:01	05:45
258	265	Carrasco, Pedro	Serviços Sociais Montepio	M40	47	1:11:50	1:11:05	05:45
259	3	Pinho, Antonio	A. A. Lebres do Sado	M65	4	1:11:59	1:11:57	05:46
260	218	Andrade, José	Olá	M45	42	1:12:05	1:11:32	05:46
261	332	Coelho, José	Volkswagen Autoeuropa	M45	43	1:12:06	1:12:06	05:46
262	133	Cerejo, António	Correr Lisboa	M40	48	1:12:10	1:11:46	05:46
263	371	Silva, Filipe		M55	19	1:12:11	1:11:58	05:46
264	354	Alves, Bruno		Sen M	87	1:12:13	1:11:05	05:47
265	417	Santos, Marisa		Sen F	10	1:12:13	1:11:06	05:47
266	294	Rosa, Severino		M55	20	1:12:14	1:11:23	05:47
267	396	Silva, José		Sen M	88	1:12:16	1:11:24	05:47
268	446	Reis, Ricardo		Sen M	89	1:12:17	1:11:26	05:47
269	270	Cardoso, Teresa	Serviços Sociais Montepio	Sen F	11	1:12:21	1:11:35	05:47
270	358	Dias, Carlos		Sen M	90	1:12:41	1:12:04	05:49
271	97	Monteiro, Jorge	CLUBE NOVO BANCO	M45	44	1:13:01	1:12:17	05:51
272	44	Fernandes, Geraldo	C.A.D.T.Portucel Setubal	M60	15	1:13:12	1:12:58	05:51
273	221	Arraias, Diogo	Os Arraias	M60	16	1:13:13	1:12:31	05:51
274	222	Arraias, Sandra	Os Arraias	Sen F	12	1:13:13	1:12:31	05:51
275	140	Lobo, Rita	Esperança	Sen F	13	1:13:32	1:12:30	05:53

276	376	Felismino, Helder		M40	49	1:13:33	1:13:33	05:53
277	110	Veríssimo, Paulo	CLUBE NOVO BANCO	M45	45	1:13:34	1:13:34	05:53
278	77	Brandao, Leonel	CLUBE MBCP	M45	46	1:13:37	1:13:33	05:53
279	375	Cruz, Helder		M40	50	1:13:42	1:13:22	05:54
280	104	Anastácio, Manuel	CLUBE NOVO BANCO	M45	47	1:13:47	1:13:00	05:54
281	470	Alves, José		Sen M	91	1:13:47	1:13:11	05:54
282	406	Nogueira, Luís		M40	51	1:13:49	1:13:29	05:54
283	432	Figueiredo, Paula		F40	4	1:13:59	1:13:59	05:55
284	322	Azevedo, Manuel	Veteranos de Massamá	M55	21	1:14:02	1:13:50	05:55
285	321	Santos, João	Veteranos de Massamá	M65	5	1:14:02	1:13:51	05:55
286	69	Ramos, Dulce	CLUBE MBCP	F45	6	1:14:11	1:13:41	05:56
287	81	Mendes, Mario	CLUBE MBCP	M50	27	1:14:17	1:14:10	05:57
288	88	Ferreira, Ana	CLUBE NOVO BANCO	F45	7	1:14:25	1:14:03	05:57
289	320	Nunes, João	União Mucifalense	M50	28	1:14:39	1:14:02	05:58
290	9	Galveia, José	A. A. Lebres do Sado	M60	17	1:14:43	1:14:05	05:59
291	175	Azevedo, Paulo	GDC Porto Sines	M45	48	1:14:45	1:14:21	05:59
292	125	Vilela, José	Clube Robbialac	M50	29	1:14:46	1:14:39	05:59
293	337	Canto, Pedro	Volkswagen Autoeuropa	Sen M	92	1:14:54	1:14:03	06:00
294	345	Pereira, Ademar		M40	52	1:15:09	1:14:37	06:01
295	357	Dias, Carlos		M55	22	1:15:15	1:15:06	06:01
296	60	Gaspar, Antonio	CLUBE MBCP	M55	23	1:15:16	1:14:52	06:01
297	180	Paulo, Tiago	GDC Porto Sines	M40	53	1:15:16	1:14:32	06:01
298	444	Medeiros, Ricardo		Sen M	93	1:15:19	1:14:43	06:01
299	438	Calado, Pedro		M40	54	1:15:19	1:14:37	06:02
300	89	Reis, António	CLUBE NOVO BANCO	M45	49	1:15:32	1:15:17	06:03
301	296	Angelo, Miguel	SS CGD	Sen M	94	1:15:34	1:14:41	06:03
302	137	Lobo, Amândio	Esperança	M65	6	1:15:35	1:14:49	06:03
303	199	Nunes, Jorge	Lebres e Tartarugas - GDL	M45	50	1:15:49	1:15:09	06:04
304	106	Santos, Patricia	CLUBE NOVO BANCO	F40	5	1:15:56	1:15:33	06:04
305	220	Fernandes, Domingos	Os Amigos do Atletismo	M60	18	1:15:57	1:15:34	06:05
306	151	Rodrigues, Victor	G A Monsanto Gascan	M60	19	1:16:16	1:15:18	06:06
307	239	Silva, Lurdes	Os Tugas	F45	8	1:16:24	1:15:57	06:07
308	262	Narciso, Manuel Jorge	Serviços Sociais Montepio	M50	30	1:16:29	1:15:44	06:07
309	411	Silva, Maria		F45	9	1:16:59	1:16:02	06:10
310	118	Vicente, Rui	CLUBE NOVO BANCO	Sen M	95	1:17:00	1:16:43	06:10
311	365	Guerreiro, Daniel		M40	55	1:17:19	1:16:36	06:11
312	461	Fonseca, Virginia		F40	6	1:17:21	1:16:58	06:11
313	404	Romaneiro, Luis		M55	24	1:17:21	1:16:58	06:11
314	304	Pimenta, Pedro	Surfrunners	Sen M	96	1:17:24	1:16:28	06:12
315	271	Leão, Cláudia	Só pro almoço	Sen F	14	1:17:38	1:16:34	06:13
316	147	Pinto, João	G A Monsanto Gascan	M50	31	1:17:41	1:16:34	06:13
317	263	Rodrigues, Nuno	Serviços Sociais Montepio	M40	56	1:18:20	1:17:31	06:16
318	302	Meias, Tomas	SS CGD	Sen M	97	1:18:32	1:17:39	06:17
319	281	Cruz, Angela	SS CGD	F40	7	1:18:38	1:17:44	06:17
320	47	Cardim, Manuel	C.A.D.T.Portucel Setubal	M60	20	1:18:43	1:18:32	06:18
321	43	Martinho, Fernando	C.A.D.T.Portucel Setubal	M50	32	1:18:43	1:18:23	06:18
322	169	Ferreira, Ricardo	Garcia Runners	M40	57	1:18:53	1:18:45	06:19
323	254	Coelho, Agostinho	Serviços Sociais Montepio	M45	51	1:18:55	1:18:11	06:19
324	269	Fazendeiro, Rui	Serviços Sociais Montepio	M40	58	1:18:56	1:18:06	06:19
325	149	Antunes, Luis	G A Monsanto Gascan	M50	33	1:19:04	1:18:07	06:19
326	351	Sietra, Antonio		M40	59	1:19:32	1:18:56	06:22
327	454	Pereira, Sergio		M40	60	1:19:32	1:18:52	06:22
328	144	Reyes, Antonio	G A Monsanto Gascan	M60	21	1:19:43	1:19:02	06:23
329	139	Lobo, Patricia	Esperança	Sen F	15	1:19:46	1:18:42	06:23
330	7	Bento, Cláudia	A. A. Lebres do Sado	F40	8	1:19:49	1:19:45	06:23
331	331	Caeiro, José	Volkswagen Autoeuropa	Sen M	98	1:19:49	1:19:25	06:23
332	152	Correia, Maria	"G.D." "O Independente" ""	F50	4	1:19:50	1:19:32	06:23
333	469	Dias, Tiago	Cofina Runners	Sen M	99	1:19:58	1:19:04	06:24

334	452	Pinto, Rui		M50	34	1:20:50	1:20:30	06:28
335	225	Teixeira, Cláudia	Os Kotas	F40	9	1:20:51	1:20:09	06:28
336	350	Pombinho, Antonio		M55	25	1:21:08	1:20:49	06:29
337	6	Nicolau, Cecília	A. A. Lebres do Sado	F45	10	1:21:43	1:21:14	06:32
338	242	Marques, José Manuel	PapaLéguas	M60	22	1:21:43	1:21:14	06:32
339	51	Dias, Manuel	CATA - Clube Atletismo Amora	M45	52	1:21:47	1:20:50	06:33
340	5	Pereira, Carlos	A. A. Lebres do Sado	M60	23	1:22:00	1:21:13	06:34
341	2	Carolino, Alberto	A. A. Lebres do Sado	M60	24	1:22:00	1:22:00	06:34
342	427	Pereira, Nuno		Sen M	100	1:22:00	1:21:44	06:34
343	85	Delgado, Pedro	CLUBE MBCP	M45	53	1:22:12	1:21:34	06:35
344	91	Filipe, Fernando	CLUBE NOVO BANCO	M45	54	1:22:12	1:21:51	06:35
345	368	Lourenço, Fernando		M65	7	1:22:13	1:22:05	06:35
346	341	Nunes, Rui	Volkswagen Autoeuropa	M50	35	1:22:19	1:21:29	06:35
347	328	Parreira, Hélia	Volkswagen Autoeuropa	F40	10	1:22:19	1:21:29	06:35
348	116	Almeida, Rodrigo	CLUBE NOVO BANCO	Sen M	101	1:22:23	1:21:27	06:35
349	447	Timóteo, Ricardo		Sen M	102	1:22:46	1:22:04	06:37
350	217	Figueira, Carlos	O Praticante	M40	61	1:22:53	1:21:47	06:38
351	251	Henriques, Lurdes	RUN IS A GIFT	F50	5	1:22:54	1:22:13	06:38
352	82	Guimarães, Nelson	CLUBE MBCP	M65	8	1:23:02	1:22:16	06:39
353	301	Almeida, Cristiana		F50	6	1:23:39	1:22:44	06:42
354	279	Furtado, Alvaro	SS CGD	M55	26	1:23:40	1:22:38	06:42
355	291	Noronha, André		M50	36	1:23:40	1:22:44	06:42
356	282	Negrinho, Antonio	SS CGD	M50	37	1:23:40	1:22:45	06:42
357	36	Carvalho, Luís	AveiConsultores	M45	55	1:23:42	1:22:52	06:42
358	37	Silva, Sara	AveiConsultores	F40	11	1:23:43	1:22:53	06:42
359	287	Pereira, Esmeraldo	SS CGD	M65	9	1:23:46	1:22:47	06:42
360	168	Garcia, Francisco	Garcia Runners	Sen M	103	1:24:05	1:23:55	06:44
361	167	Garcia, Francisco	Garcia Runners	M55	27	1:24:06	1:23:57	06:44
362	232	Canelas, Luis	OS TEIMOSOS	Sen M	104	1:24:07	1:23:03	06:44
363	235	Curto, Pedro	OS TEIMOSOS	Sen M	105	1:24:07	1:23:06	06:44
364	445	Neiva, Ricardo		M40	62	1:24:07	1:23:03	06:44
365	233	Mendes, Luis	OS TEIMOSOS	M40	63	1:24:07	1:23:03	06:44
366	234	Figueira, Paulo	OS TEIMOSOS	M40	64	1:24:07	1:23:03	06:44
367	278	Almeida, Nuno	Sportings de Almeida	M40	65	1:24:23	1:23:55	06:45
368	40	Bué, Isabel	Bué da Serras	Sen F	16	1:24:30	1:24:27	06:46
369	399	Monteiro, Liliana		Sen F	17	1:24:44	1:23:41	06:47
370	374	Veríssimo, Gustavo		M40	66	1:24:48	1:24:20	06:47
371	8	Prates, Francisco	A. A. Lebres do Sado	M65	10	1:25:28	1:24:52	06:50
372	463	Cruz, Vitor		Sen M	106	1:25:52	1:25:35	06:52
373	367	Melo, David		Sen M	107	1:25:54	1:25:39	06:52
374	261	Farinha, Luis	Serviços Sociais Montepio	M45	56	1:26:03	1:25:17	06:53
375	380	Nunes, Inês		Sen F	18	1:26:03	1:24:59	06:53
376	381	Marques, Joana		Sen F	19	1:26:04	1:25:00	06:53
377	78	Ferreirinha, Leonel	CLUBE MBCP	M65	11	1:26:10	1:26:03	06:54
378	277	Almeida, Ana	Sportings de Almeida	Sen F	20	1:26:22	1:25:55	06:55
379	94	Antunes, João	CLUBE NOVO BANCO	Sen M	108	1:26:35	1:26:10	06:56
380	256	Leitão, Cláudia	Serviços Sociais Montepio	Sen F	21	1:27:21	1:26:32	06:59
381	382	Nogueira, Joao		M50	38	1:27:21	1:26:50	06:59
382	268	Gonçalves, Rita	Serviços Sociais Montepio	F40	12	1:27:21	1:26:35	06:59
383	153	Barata, Ana	G.D.R. São Francisco da Serra	F50	7	1:27:43	1:27:00	07:01
384	53	Sérgio, Pedro	CCD Crédito Agrícola Mútuo	M45	57	1:28:23	1:28:23	07:04
385	93	Teixeira, Ismael	CLUBE NOVO BANCO	M40	67	1:28:47	1:27:50	07:06
386	200	Pereira, Mario	Lebres e Tartarugas - GDL	M40	68	1:29:01	1:28:18	07:07
387	172	Silva, Carla	GDC Porto Sines	Sen F	22	1:29:01	1:28:17	07:07
388	18	Neves, Luis	Açoreana Clube Banif	M40	69	1:30:00	1:29:20	07:12
389	456	Lopes, Sofia		Sen F	23	1:30:20	1:29:07	07:14
390	377	Horta, Hugo		Sen M	109	1:30:20	1:28:58	07:14
391	364	Lopes, Cati		F40	13	1:30:36	1:29:43	07:15

392	121	Mota, Susana	CLUBE NOVO BANCO	Sen F	24	1:30:36	1:29:43	07:15
393	393	Pinto, Jose		Sen M	110	1:30:41	1:30:12	07:15
394	327	Antunes, Carlos	Volkswagen Autoeuropa	M50	39	1:30:48	1:29:57	07:16
395	435	Arbués, Pedro		M45	58	1:30:49	1:29:47	07:16
396	148	Alves, Luis	G A Monsanto Gascan	M50	40	1:31:02	1:29:56	07:17
397	33	Mestre, Manuel	Ases da Margem Sul	M45	59	1:31:05	1:30:27	07:17
398	355	Espada, Carla		F40	14	1:31:07	1:30:48	07:17
399	409	Carreto, Maria		F50	8	1:32:01	1:31:12	07:22
400	243	Carreto, João	Proaventuras	M50	41	1:32:02	1:31:12	07:22
401	123	Filipe, Xana	CLUBE NOVO BANCO	F40	15	1:32:11	1:31:50	07:23
402	32	Costa, Adriana	Ases da Margem Sul	Sen F	25	1:32:14	1:31:36	07:23
403	189	Duarte, Marisa	Jacotins	Sen F	26	1:32:18	1:31:31	07:23
404	187	Silva, Ana Paula	Jacotins	F40	16	1:32:19	1:31:32	07:23
405	430	Caixinha, Patricia		Sen F	27	1:32:26	1:32:07	07:24
406	283	Fonseca, António	SS CGD	M45	60	1:32:27	1:32:07	07:24
407	297	Gonçalves, Olimpio	SS CGD	M40	70	1:32:44	1:32:16	07:25
408	138	Baptista, João	Esperança	M45	61	1:33:09	1:32:05	07:27
409	122	Marcelino, Teresa	CLUBE NOVO BANCO	F40	17	1:33:44	1:33:01	07:30
410	11	Raposo, Manuel	A. A. Lebres do Sado	M65	12	1:34:04	1:33:12	07:32
411	124	Cabral, Carmen	Clube Robbialac	F40	18	1:34:14	1:34:05	07:32
412	127	Cabral, Paulo	Clube Robbialac	M40	71	1:34:14	1:34:05	07:32
413	361	Nunes, Carlos		M40	72	1:34:17	1:34:17	07:33
414	188	Martins, Mário	Jacotins	M40	73	1:35:32	1:34:44	07:39
415	402	Jacob, Luis		M40	74	1:35:32	1:34:44	07:39
416	210	Afonso, Bruno	METAVISTA	Sen M	111	1:37:11	1:36:50	07:46
417	61	Jorge, Antonio	CLUBE MBCP	M50	42	1:37:53	1:37:19	07:50
418	68	Jorge, David	CLUBE MBCP	Sen M	112	1:37:53	1:37:19	07:50
419	410	Santiago, Maria		F40	19	1:37:53	1:37:24	07:50
420	353	Vasconcelos, Aureliano		M55	28	1:37:55	1:37:28	07:50
421	390	Ferro, Jorge		M45	62	1:38:05	1:37:11	07:51
422	211	Afonso, Manuel	METAVISTA	M60	25	1:38:58	1:38:38	07:55
423	101	Caetano, Luís	CLUBE NOVO BANCO	M50	43	1:40:36	1:39:36	08:03
424	12	Fernandes, Paulo	A. A. Lebres do Sado	M40	75	1:56:27	1:55:35	09:19
425	407	Cruz, Manuela		F50	9	1:56:27	1:55:34	09:19