



Nome da Prova: Trail Encostas de Xira  
Organizador: Alverca Urban Runners  
Classe: Trail  
Categoria: Classificação Geral 10km



Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Pos S	Ritmo	Tempo
1	1122	CARLOS UMBELINO	M	2600TR	1	5:25	0:54:13.315
2	1078	PEDRO VILA VERDE	M		2	5:48	0:58:04.559
3	1099	ANDRÉ MIGUEL LAMEIRO MONTEIRO	M	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	3	6:24	1:04:08.173
4	1101	JOAO PAIS	M	SR. CAMARNAL	4	6:31	1:05:18.622
5	1123	PAULO MOISAO	M	2600TR	5	6:35	1:06:00.286
6	1019	JOÃO PEREIRA	M	2600TR	6	6:41	1:07:01.453
7	1018	TIAGO FRANCO	M	2600TR	7	6:44	1:07:25.700
8	1116	JOÃO FERNANDES	M	2600TR	8	6:44	1:07:26.588
9	1115	GONÇALO LEMOS	M	2600TR	9	6:45	1:07:40.593
10	1097	FÁBIO GONÇALVES	M	Xira Clube	10	6:50	1:08:23.199
11	1113	EDGAR ANASTÁCIO	M	AZA-Azambuja com Alma	11	7:02	1:10:30.538
12	1043	FRANCISCO PASSOS	M		12	7:03	1:10:44.366
13	1114	MIGUEL GOMES	M		13	7:05	1:11:01.243
14	1125	MIGUEL VASCONCELOS	M	Runners da Frente Ribeirinha da Povia de Santa iria	14	7:12	1:12:07.519
15	1134	FÁBIO FERREIRA	M		15	7:18	1:13:10.862
16	1059	JOSÉ MARQUES	M	Os Caracóis	16	7:23	1:14:15.033
17	635	SABRINA	F	Santana FC Trail Team	1	7:27	1:14:38.008
18	1048	INÊS SOUSA	F	Grupo Recreativo Janz e Associados	2	7:30	1:15:17.636
19	1042	JOÃO GOUVEIA	M		17	7:31	1:15:22.550
20	1112	HUGO BOURA	M	Alverca Urban Runners	18	7:36	1:15:59.774
21	1090	ROGÉRIO CARREIRO	M	Asas nos Pés	19	7:39	1:16:37.782
22	1133	MARIA JOÃO ALMEIDA	F		3	7:47	1:17:56.186
23	1006	MIGUEL PEREIRA	M	Santana FC Trail Team	20	7:49	1:18:12.751
24	59	NUNO MARQUES	M	Santana FC Trail Team	21	7:50	1:18:30.152
25	1045	FRANCISCO NOBRE	M	Xira Clube	22	7:51	1:18:50.122
26	1044	FILIPE MIGUEL	M	Xira Clube	23	7:51	1:18:50.774
27	1066	ANA PERESTRELO DE OLIVEIRA	F	Tsumommies	4	7:52	1:18:59.617
28	1081	MARTA CARDOSO	F	Tsumommies	5	7:52	1:18:59.650
29	1086	FILIPE FERREIRA	M	RUN&WIN(e)	24	8:04	1:20:47.136
30	1060	JOAQUIM DINIZ	M	MCG Runners	25	8:15	1:22:40.085
31	643	VICENTE LEONARDO	M	MCG Runners	26	8:15	1:22:40.528
32	1054	ANTÓNIO POLIDO	M	Strendure Running Team	27	8:22	1:23:57.248
33	1049	SORAIA OLIVEIRA	F		6	8:25	1:24:29.330
34	1072	SOFIA RIBEIRO	F	Tsumommies	7	8:31	1:25:30.616
35	1022	PAULO FERNANDES	M	2600TR	28	8:32	1:25:31.752
36	1057	FRANCISCO MONTEIRO	M	CLUBE MILLENNIUM BCP	29	8:37	1:26:21.006
37	1104	ANA ISABEL	F	Chamuças Eufóricas	8	8:38	1:26:40.494
38	1010	JOANA ROCHA	F		9	8:39	1:26:51.842
39	1014	VÍTOR PRATA	M	AZA-Azambuja com Alma	30	9:00	1:30:13.046
40	1120	SÓNIA RAVASQUEIRA	F	SlimTyOne	10	9:03	1:30:41.032
41	1005	ARON RIBEIRO	M	EcoPedal	31	9:07	1:31:15.410
42	1004	MÓNICA RICARDO	F	EcoPedal	11	9:10	1:31:42.923
43	1025	DIOGO CHAVES	M	2600TR	32	9:09	1:31:43.122
44	1040	ÍRIS MAURÍCIO	F	Demónios do Lizandro	12	9:13	1:32:15.818
45	1063	ELISABETE SILVA	F	À Pala da Cueca	13	9:16	1:32:47.364
46	1110	ALCINA DO CARMO	F	Chamuças Eufóricas	14	9:16	1:33:01.408
47	1103	ANA CORREIA	F	Chamuças Eufóricas	15	9:18	1:33:23.540
48	1015	TIAGO RAPOSO	M	2600TR	33	9:19	1:33:24.477
49	1075	BÁRBARA RIBEIRO	F	Tsumommies	16	9:26	1:34:41.036
50	1017	JOSÉ CARLOS SANTOS	M	Santana FC Trail Team	34	9:37	1:36:13.829
51	1016	TÂNIA PEREIRA	F	Santana FC Trail Team	17	9:37	1:36:15.835
52	1088	BELINDA SILVA	F	Tálenos Team	18	9:44	1:37:25.646
53	1051	SARA ANTUNES	F		19	9:50	1:38:35.958
54	1052	LUÍS PEDRO	M		35	9:55	1:39:24.876
55	1095	ALEXANDRA OLIVEIRA	F	Os Caracóis	20	9:58	1:40:03.648
56	1089	PATRICIA IPE	F	Asas nos Pés	21	10:00	1:40:08.472
57	1085	CÁTIA REIS	F	Tsumommies	22	9:59	1:40:11.115
58	1077	IOLANDA DUARTE	F	Tsumommies	23	9:59	1:40:11.924
59	671	MADALENA PINA	F	Linda Pastora Sporting Clube	24	10:01	1:40:18.333
60	1124	FÁTIMA GONÇALVES	F		25	10:03	1:40:34.371
61	1109	MARIA PERPÉTUA FERREIRA	F	Sabores do Paço/Zatopeques	26	10:03	1:40:35.416
62	554	ORLANDO GABRIEL DA SILVA FERRE	M	Sabores do Paço/Zatopeques	36	10:03	1:40:35.550
63	1074	LUÍS CALHEIROS	M		37	10:02	1:40:37.061
64	1073	MARTA REIS	F		27	10:03	1:40:37.140
65	1020	ANA LUÍSA FERREIRA	F	2600TR	28	10:05	1:41:02.096
66	1094	LUIS PAULINO	M	Os Caracóis	38	10:07	1:41:30.805



Nome da Prova: Trail Encostas de Xira

Organizador: Alverca Urban Runners

Classe: Trail

Categoria: Classificação Geral 10km



Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Pos S	Ritmo	Tempo
67	1064	ALICE SILVA	F		29	10:10	1:41:39.175
68	1009	FÁBIO COELHO	M	2600TR	39	10:09	1:41:42.596
69	1046	DÁLIA LOPES	F		30	10:10	1:41:49.340
70	1058	SONIA MONTEIRO	F	CLUBE MILLENNIUM BCP	31	10:10	1:41:49.478
71	1034	SANDRA BARROSO	F	OS PAPA CAMINHADAS	32	10:10	1:41:51.789
72	1093	LUIS ALVES	M	FisioChepsi	40	10:14	1:42:33.451
73	1062	MARIA ALVES	F	AZA-Azambuja com Alma	33	10:14	1:42:35.341
74	1087	BEATRIZ SILVA	F	LH RUNNING TEAM	34	10:16	1:42:48.931
75	1041	CARLA MARQUES	F	À Pala da Cueca	35	10:18	1:43:05.821
76	1061	RUI ALVES	M	AZA-Azambuja com Alma	41	10:20	1:43:33.733
77	1079	CARLOS MARAFUZ	M		42	10:38	1:46:39.872
78	634	GABRIELA ZALDIVAR	F	Santana FC Trail Team	36	10:43	1:47:17.163
79	631	DIOCEIA BEZERRA	F	Santana FC Trail Team	37	10:43	1:47:19.009
80	1092	RUI DOS REIS LEANDRO	M	ATR - Algarve Trail Running	43	10:54	1:49:11.424
81	1055	SIDONIO PARREIRA	M	Tálenos Team	44	10:56	1:49:19.731
82	1100	ANA SANTOS	F	Gira no Bairro	38	11:01	1:50:16.064
83	1050	TERESA REIS	F	Montes Saloios Trail Team	39	11:05	1:50:53.138
84	1082	CAROLINA ESTEVAM	F		40	11:19	1:53:35.111
85	1083	MIGUEL RIBEIRO	M		45	11:19	1:53:36.490
86	1033	CANDIDA RODRIGUES	F	OS PAPA CAMINHADAS	41	11:29	1:54:55.182
87	552	CARLA SOFIA ATILHÓ	F	Santana FC Trail Team	42	11:32	1:55:27.545
88	1013	PAULA SOARES	F	Runners da Frente Ribeirinha da Povia de Santa iria	43	11:45	1:57:45.546
89	1023	PAULO SILVESTRE	M	Runners da Frente Ribeirinha da Povia de Santa iria	46	11:46	1:57:56.586
90	1118	JOSÉ CHUMBO	M	Junta de Freguesia Alverca do Ribatejo e Sobralinho	47	11:46	1:57:57.841
91	1028	GUIOMAR SOARES	F	Runners da Frente Ribeirinha da Povia de Santa iria	44	11:47	1:58:04.436
92	1027	RILDO SOARES	M	Runners da Frente Ribeirinha da Povia de Santa iria	48	11:47	1:58:05.146
93	1037	PAULINA SOUSA	F	OS PAPA CAMINHADAS	45	11:48	1:58:08.711
94	1038	NUNO SILVA	M	OS PAPA CAMINHADAS	49	11:48	1:58:09.730
95	1065	SÍLVIA DUARTE	F	Housemartins Belas	46	11:52	1:58:52.044
96	1119	RITA MERENDA	F	Junta de Freguesia Alverca do Ribatejo e Sobralinho	47	11:58	1:59:57.544
97	1056	ISABEL PARREIRA	F	Tálenos Team	48	12:06	2:01:07.431
98	1068	CÁTIA COSTA	F	Tsumommies	49	13:22	2:14:01.812
99	1067	RITA AURORA COSTA	F	Tsumommies	50	13:22	2:14:03.390
100	1080	CRISTINA NOVAIS	F	Tsumommies	51	13:22	2:14:03.498
101	1053	MARIA NUNES	F	CLUBE MILLENNIUM BCP	52	13:32	2:15:23.835
102	601	CARINA BEXIGA	F		53	7:53	2:16:02.458
103	1107	DIOGO MARTINS	F	Decathlon Lisboa Oriente	54	13:48	2:18:25.392
104	1121	MARIA PEREIRA	F	Decathlon Lisboa Oriente	55	13:48	2:18:27.284
105	1105	RENATA AMÂNCIO	F	Decathlon Lisboa Oriente	56	13:55	2:19:32.405
106	1106	NÁDIA DE ALMEIDA	F	Decathlon Lisboa Oriente	57	13:55	2:19:32.564
107	1108	VANESSA FARINHA	F	Decathlon Lisboa Oriente	58	14:02	2:20:39.501
108	1011	MARISA FERNANDES	F	Maravilha	59	14:20	2:23:26.345
109	1032	MARIA DO CÉU SANTOS	F	OS PAPA CAMINHADAS	60	14:20	2:23:26.467
110	1012	AMÉLIA ABREU	F	Maravilha	61	14:20	2:23:26.620
111	1031	PEDRO SANTOS	M	OS PAPA CAMINHADAS	50	14:20	2:23:27.925
112	674	PAULA CAPELA	F	Kaninos	62	15:18	2:33:07.983
113	1098	DINA LOBO	F	Xira Clube	63	15:21	2:33:30.846
114	1076	SANDRA MADEIRA	F	PintosMadeiras	64	15:57	2:39:39.913
115	1047	ANA APOLINÁRIO	F		65	15:57	2:39:42.049
116	1039	JORGE SOBRAL	M		51	15:58	2:39:54.435
117	586	MANUEL FONSECA	M	Amigos do Atletismo de Mafra	52	17:15	2:52:38.761