

Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Categoria	Pos Cat	Pos S	2.5 km	5.6 km	Ritmo	Tempo
1	110	RICARDO CARREIRA	M	EDV-VIANA TRAIL	M40	1	1	0:07:42	0:18:27	3:20	0:33:29
2	69	PEDRO RIBEIRO	M	SR. CAMARNAL	M35	1	2	0:07:59	0:18:37	3:21	0:33:38
3	78	PEDRO VENÂNCIO	M	G.A.Caranguejeira	SEN M	1	3	0:07:28	0:18:19	3:23	0:33:53
4	86	VÍTOR DINIS	M	GDRC UNIDOS	M50	1	4	0:07:59	0:18:38	3:23	0:33:56
5	90	JOÃO SILVA	M	ACBatalha	SEN M	2	5	0:08:02	0:18:49	3:24	0:34:01
6	64	SERGIO PAIVA	M	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	M35	2	6	0:07:43	0:18:34	3:24	0:34:03
7	95	VASCO ROSA	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	SEN M	3	7	0:07:26	0:18:56	3:27	0:34:36
8	76	RICARDO SALDANHA	M	Thomar Athletics	SEN M	4	8	0:07:56	0:18:53	3:30	0:35:03
9	38	EMANUEL CARDOSO	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	SEN M	5	9	0:08:17	0:19:40	3:33	0:35:39
10	51	TIAGO FERREIRA	M	SB VIDROS - VIDRALA	SEN M	6	10	0:08:34	0:20:16	3:36	0:36:03
11	74	LUÍS SEQUEIRA	M	Bairro dos Anjos	M50	2	11	0:08:33	0:20:16	3:37	0:36:13
12	60	ALÉXIS ROCHA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	SEN M	7	12	0:08:26	0:19:57	3:37	0:36:16
13	32	MÁRCIO DIAS	M	Grupo Recreativo Eirense	JUN M	1	13	0:07:43	0:19:37	3:37	0:36:19
14	46	PEDRO FERREIRA	M	AC VERMOIL	M50	3	14	0:08:18	0:19:52	3:38	0:36:23
15	84	VIRGILIO BASTOS	M	GDRC UNIDOS	M45	1	15	0:08:33	0:20:16	3:38	0:36:25
16	39	LEONARDO SÁ	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	SEN M	8	16	0:08:17	0:20:09	3:39	0:36:31
17	108	EMILIA	F	Clube de Atletismo Emilia Pisoeiro	F35	1	1	0:08:46	0:20:22	3:39	0:36:32
18	105	ANDRÉ VELOSO	M	CPR A-do-Barbas	M45	2	17	0:08:34	0:20:17	3:40	0:36:48
19	79	HUGO HORTA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	2	18	0:08:48	0:20:31	3:42	0:37:08
20	54	JOSÉ HENRIQUES	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M60	1	19	0:08:57	0:20:46	3:46	0:37:43
21	56	JORGE MARCELINO	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	4	20	0:08:48	0:20:54	3:47	0:37:53
22	75	ANDRÉ FERREIRA	M	Thomar Athletics	SEN M	9	21	0:08:57	0:21:13	3:51	0:38:34
23	112	PAULO ROSA	M	RUNCROSS TRAIL	M35	3	22	0:08:47	0:21:06	3:52	0:38:43
24	85	JOSÉ RAIMUNDO	M	GDRC UNIDOS	M60	2	23	0:09:00	0:21:47	3:55	0:39:19
25	20	VÍTOR GODINHO	M	SB VIDROS - VIDRALA	M45	3	24	0:08:51	0:21:30	3:56	0:39:21
26	55	LEONEL SOUSA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	1	25	0:09:17	0:21:47	3:56	0:39:27
27	37	BENVINDA SANTOS	F	Juventude Vidigalense	SEN F	1	2	0:09:12	0:21:42	3:56	0:39:28
28	65	PEDRO SILVA	M	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	M50	5	26	0:09:23	0:22:00	3:57	0:39:34
29	67	INES GONÇALVES	F	AFIS	SEN F	2	3	0:09:23	0:22:01	3:57	0:39:34
30	77	ANA CATARINA CARRÊLO	F	Thomar Athletics	SEN F	3	4	0:08:53	0:21:39	3:59	0:39:53
31	91	FLÁVIO ESPERANÇA	M	GDRC UNIDOS	M35	4	27	0:08:49	0:21:27	3:59	0:39:56
32	70	ANTÓNIO FERREIRA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	2	28	0:09:13	0:21:51	4:01	0:40:18
33	100	GONÇALO MARTINS	M		SEN M	10	29	0:09:38	0:22:44	4:02	0:40:26
34	33	ANTONIO SILVA	M	Sport club Ferreira do Zêzere Trail Runners	M55	3	30	0:09:30	0:22:18	4:02	0:40:27
35	93	DAVID FILIPE	M	CPR A-do-Barbas	SEN M	11	31	0:09:25	0:22:18	4:03	0:40:31
36	99	PEDRO ROCHA	M	AC VERMOIL	JUN M	2	32	0:09:02	0:22:18	4:03	0:40:35
37	63	JOSE PINTO	M	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	M50	6	33	0:09:24	0:22:02	4:03	0:40:36
38	103	ANA BONIFÁCIO	F	CPR A-do-Barbas	SEN F	4	5	0:09:18	0:22:03	4:07	0:41:17
39	53	CARLOS SIMÕES	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	4	34	0:09:30	0:22:44	4:08	0:41:27
40	25	TIAGO MARTINS	M		SEN M	12	35	0:09:33	0:22:57	4:09	0:41:34
41	57	LICÍNIO PEREIRA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M65	1	36	0:09:18	0:22:03	4:09	0:41:35
42	96	JOANA BAGAGEM	F	Clube Atletismo de Marinha Grande	SEN F	5	6	0:09:25	0:22:36	4:09	0:41:38
43	82	GONÇALO NUNO LOPES	M	SB VIDROS - VIDRALA	M40	3	37	0:09:33	0:22:58	4:10	0:41:46
44	23	MICAEL PEREIRA	M	Grupo Desportivo Concha Azul	JUN M	3	38	0:09:17	0:22:34	4:11	0:41:54
45	72	RICARDO PIRES	M	Velocity - Centro de Treino	SEN M	13	39	0:09:30	0:22:58	4:14	0:42:22
46	19	LEANDRO SANTOS	M	SB VIDROS - VIDRALA	M40	4	40	0:09:37	0:23:03	4:16	0:42:40
47	45	ANTONIO SILVINO	M	AC VERMOIL	M60	3	41	0:09:49	0:23:31	4:18	0:43:06
48	18	NILTON SILVA	M	Barras e Bolinhas	M45	4	42	0:09:10	0:23:37	4:19	0:43:13
49	104	JOANA GRÁCIO	F	CPR A-do-Barbas	F40	1	7	0:09:56	0:23:42	4:23	00:43:15
50	83	SANDRO VILELA	M	GDRC UNIDOS	M45	5	43	0:10:17	0:24:00	4:20	0:43:29
51	17	FILIPE SERRARIO	M	Barras e Bolinhos	M40	5	44	0:09:55	0:23:37	4:23	0:43:58
52	88	GUSTAVO OLIVEIRA	M		M45	6	45	0:10:27	0:24:28	4:24	0:44:06
53	44	NELSON FERREIRA	M	AC VERMOIL	M45	7	46	0:09:32	0:23:16	4:25	0:44:11
54	49	LUÍS FILIPE CARVALHEIRO	M	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	7	47	0:10:07	0:24:32	4:30	0:45:09
55	66	PEDRO LEAL	M	CLUBE ATLETISMO DE OVAR	M55	5	48	0:10:18	0:24:31	4:31	0:45:10
56	3	FRANCISCO MARTÍN	M	Velocity - Centro de Treino	SEN M	14	49	0:10:34	0:24:55	4:32	0:45:25
57	80	PEDRO PEREIRA	M	Barras e bolinhos	M45	8	50	0:09:56	0:24:31	4:32	0:45:27
58	58	ACÁCIO CAMPOS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M65	2	51	0:10:24	0:24:55	4:33	0:45:32
59	50	NELSON PERPÉTUA	M	LizRunners	M50	8	52	0:10:24	0:25:06	4:36	0:46:03
60	94	VIRGILIO ALBERTO	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	6	53	0:10:39	0:25:19	4:37	0:46:11
61	59	ANTÓNIO POEIRAS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M60	4	54	0:10:27	0:25:17	4:41	0:46:50
62	73	HELDER MORGADO	M	SB VIDROS - VIDRALA	M55	7	55	0:10:45	0:25:50	4:41	0:46:51
63	27	ANTÓNIO QUINZICO	M		M40	6	56	0:09:56	0:24:35	4:41	0:46:56
64	111	PAULO SILVA	M		M50	9	57	0:10:32	0:25:22	4:46	0:47:44
65	101	NUNO VITORINO	M	ADR Mata	M35	5	58	0:11:22	0:26:44	4:49	0:48:17
66	106	MARCO GOMES	M	Team Arrebenta Pedra	JUN M	4	59	0:11:07	0:26:47	4:50	0:48:29
67	48	MÓNICA JORDÃO	F	ACRM Silveirinha Grande Claras	F40	2	8	0:11:00	0:26:15	4:53	0:48:51
68	31	CLÁUDIA OLIVEIRA	F		F40	3	9	0:11:07	0:26:39	4:55	0:49:19
69	62	NATALÍ SILVA	F		SEN F	6	10	0:11:38	0:27:10	4:56	0:49:22
70	98	FERNANDO MIGUEL	M		M50	10	61	0:11:32	0:27:17	4:56	0:49:27
71	89	RUI GASPAS	M	CA Barreira	M55	8	62	0:11:33	0:27:09	4:57	0:49:30
72	26	NUNO LOPES	M		SEN M	15	63	0:11:39	0:27:16	5:01	0:50:17
73	11	ANTÓNIO FERREIRA	M		M50	11	64	0:11:39	0:27:16	5:02	0:50:20
74	10	EDUARDO	M		M55	9	65	0:11:39	0:27:16	5:02	0:50:20
75	16	DIOGO COUTINHO	M		M35	6	66	0:10:45	0:27:15	5:07	0:51:10
76	22	CARLOS FERREIRA	M		M45	9	67	0:11:26	0:27:48	5:07	0:51:11
77	30	ZHONG	M		M50	12	68	0:12:26	0:28:56	5:16	0:52:42
78	71	PAULO MARRAZES	M		M50	13	69	0:12:19	0:29:48	5:31	0:55:15
79	68	JOAO GODINHO	M		M35	7	70	0:12:19	0:29:48	5:31	0:55:15
80	102	FERNANDO PASSADOURO	M	ADR Mata	M35	8	71	0:12:57	0:30:30	5:33	0:55:33



Nome da Prova: 11º 10KM da Amieirinha  
Organizador: Clube Recreativo Amieirinhense  
Classe: Atletismo de Estrada  
Categoria: Classificação Geral 10 000m



Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Categoria	Pos Cat	Pos S	2.5 km	5.6 km	Ritmo	Tempo
81	34	CARMEN ALMEIDA	F	Velocity - Centro de Treino	F40	4	11	0:12:39	0:30:21	5:34	0:55:40
82	14	JOANA ASCENSO	F	F Gomes	F40	5	12	0:12:39	0:30:23	5:35	0:55:54
83	42	EUGENIO MENDES	M	AC VERMOIL	M60	5	72	0:12:04	0:29:42	5:36	0:56:00
84	24	MARIA CIDÁLIA SANTOS	F		F55	1	13	0:14:10	0:32:58	5:51	0:58:33
85	81	PEDRO SILVA	M	ALPEDRIZ	SEN M	16	73	0:13:34	0:32:14	5:51	0:58:33
86	92	DANIELA PEREIRA	F	CPR A-do-Barbas	SEN F	7	14	0:13:10	0:31:55	5:52	0:58:46
87	47	ANDRÉ DINIS	M		SEN M	17	74	0:12:11	0:30:36	6:00	1:00:00
88	21	PEDRO MATOS	M		SEN M	18	75	0:12:13	0:30:39	6:00	1:00:00
89	109	ANDRÉ FERNANDES	M	NUCLEO DE MINDE	M35	9	76	0:12:31	0:31:44	6:00	1:00:04
90	15	MARIA CRISTINA FERNAND	F	Velocity - Centro de Treino	F50	1	15	0:13:15	0:32:18	6:01	1:00:18
91	7	RODRIGO GOMES	M	Velocity - Centro de Treino	SEN M	19	77	0:13:15	0:32:19	6:02	1:00:20
92	61	NEUSA FERNANDES	F	ACR A dos Pretos	F50	2	16	0:13:12	0:32:44	6:04	1:00:47
93	107	ANA JORDÃO	F	Velocity - Centro de Treino	F45	1	17	0:13:56	0:33:28	6:09	1:01:35
94	36	CARLA DUARTE	F	Velocity - Centro de Treino	F50	3	18	0:13:56	0:33:52	6:14	1:02:20
95	87	PATRÍCIA ANGÉLICO	F	Clube Atletismo de Marinha Grande	F45	2	19	0:14:14	0:34:02	6:20	1:03:23
96	43	ALFREDO SANTOS	M	AC VERMOIL	M65	3	78	0:14:14	0:34:22	6:24	1:04:04
97	41	PATRICK COSTELLO	M		M55	10	79	0:15:05	0:35:24	6:27	1:04:33
98	5	CÁTIA JESUS	F	Velocity - Centro de Treino	F40	6	20	0:15:20	0:40:04	6:51	1:08:38
99	28	ÂNGELA PEDROSA	F		F35	2	21	0:15:19	0:36:44	6:52	1:08:40
100	35	MARIANA MARQUES	F	Velocity - Centro de Treino	F40	7	22	0:16:48	0:40:04	7:09	1:11:30
101	6	MAGDA FREITAS	F	Velocity - Centro de Treino	F35	3	23	0:16:49	0:40:48	7:17	1:12:56
102	12	CÉLIA MARTINS	F		F45	3	24	0:15:29	0:39:29	7:28	1:14:41
103	4	JOANA SARAIVA	F	Velocity - Centro de Treino	F40	8	25	0:16:49	0:40:57	7:37	1:16:14
104	8	EDGAR	M	Velocity - Centro de Treino	M45	10	80	0:16:50	0:40:57	7:37	1:16:15
105	13	FILIPE MATIAS	M		M50	14	81	0:16:57	0:42:27	7:37	1:16:18
106	40	HELEN GREENWOOD	F		F55	2	26	0:18:58	0:45:04	8:13	1:22:13