



Nome da Prova: 31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO BAJOUCA

Organizador: Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Classe: Atletismo de Estrada

Categoria: Classificação Geral 10km



Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Categoria	Pos Cat	Pos S	Ritmo	Tempo
1	1276	FILIPE MIGUEL ANTUNES RO:M	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M35	1	1	3:06	0:31:02.585
2	1056	VALTER COSTA	M	G.A.CARANGUEJEIRA	SEN M	1	2	3:12	0:32:00.842
3	1278	NUNO FERREIRA	M	G.A.CARANGUEJEIRA	SEN M	2	3	3:20	0:33:22.728
4	1057	VITOR DINIS	M	G.A.CARANGUEJEIRA	M50	1	4	3:22	0:33:41.555
5	160	HUGO FONTES	M	Clube Desportivo S. Salvador do Campo	SEN M	3	5	3:25	0:34:16.475
6	1277	EMANUEL CARDOSO	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	SEN M	4	6	3:25	0:34:20.287
7	44	CRISTIANO PEREIRA	M	CASA DO POVO DE MANGUALDE - ANDDI	SEN M	5	7	3:26	0:34:27.302
8	1013	MICKAEL PIRES	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	2	8	3:28	0:34:42.692
9	1315	TIAGO TOMÁS	M	GRF Benedita - Atletismo	SEN M	6	9	3:28	0:34:45.060
10	1191	PAULO COSTA	M	ACBATALHA	M45	1	10	3:28	0:34:46.471
11	1034	PEDRO FERREIRA	M	AC VERMOIL	M45	2	11	3:29	0:34:55.435
12	1206	DANIEL CABECINHAS	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	7	12	3:31	0:35:11.987
13	1237	VIRGILIO	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M40	1	13	3:31	0:35:13.891
14	1186	SAMUEL LIMPINHO	M	AC VERMOIL	SEN M	8	14	3:32	0:35:23.571
15	1275	RICARDO HENRIQUES	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M35	3	15	3:32	0:35:26.952
16	1075	JOEL COUTO	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	2	16	3:33	0:35:35.860
17	1301	PEDRO FERREIRA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	9	17	3:34	0:35:41.369
18	1157	HUGO DUARTE	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	4	18	3:35	0:35:57.089
19	42	PAULO BENAVENTE	M	ASSOCIAÇÃO JORGE PINA - ANDDI	M40	3	19	3:35	0:35:58.059
20	1183	VITAL SOUSA	M	CCRDArrimal/Morcegos	SEN M	10	20	3:36	0:36:04.829
21	1029	JOÃO GONÇALVES	M	AC VERMOIL	SEN M	11	21	3:38	0:36:25.503
22	1058	NUNO	M	G.A.CARANGUEJEIRA	M40	4	22	3:38	0:36:27.012
23	1063	LÚIS SEQUEIRA	M	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M50	2	23	3:40	0:36:41.807
24	1038	MIGUEL GONÇALVES	M	AC VERMOIL	M40	5	24	3:40	0:36:48.926
25	1032	LICÍNIO CARREIRA	M	AC VERMOIL	M45	3	25	3:41	0:37:00.812
26	1173	ANTÓNIO FERREIRA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	1	26	3:43	0:37:14.228
27	1319	JOÃO LUIS DELGADO GRAÇA M	M	GRF Benedita - Atletismo	SEN M	12	27	3:44	0:37:23.342
28	1161	RUI CABEÇAS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	3	28	3:44	0:37:24.904
29	1322	JÚLIO HENRIQUES	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M60	1	29	3:44	0:37:27.915
30	1175	EDUARDO	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M40	6	30	3:44	0:37:30.520
31	1015	ALÉXIS ROCHA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	SEN M	13	31	3:47	0:37:55.211
32	1046	ALEXANDRE SOUSA	M	CPR A-do-Barbas	M35	5	32	3:47	0:37:59.249
33	1171	JOÃO SANTANA	M	ADRMata	M35	6	33	3:48	0:38:01.180
34	1091	ANTÓNIO PEREIRA	M	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	7	34	3:48	0:38:05.978
35	1040	RICARDO NUNES	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	14	35	3:48	0:38:09.507
36	1312	LÚIS SILVA	M	GRF Benedita - Atletismo	M35	7	36	3:49	0:38:12.698
37	1042	JOÃO CARLOS RIBEIRO CAN/M	M	GRF Benedita - Atletismo	M45	4	37	3:50	0:38:29.296
38	1011	JORGE MARCELINO	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	4	38	3:51	0:38:33.368
39	1017	AMÍLCAR BRITO	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	8	39	3:51	0:38:33.737
40	1006	PAULO ALMEIDA	M	ACBATALHA	SEN M	15	40	3:51	0:38:35.216
41	1290	JOAQUIM QUITÉRIO	M	AC VERMOIL	M45	5	41	3:51	0:38:39.356
42	161	ADÉRITO FONTES	M	Escola Atletismo de Coimbra	M60	2	42	3:52	0:38:46.518
43	1076	JOSÉ GONÇALVES	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	2	43	3:52	0:38:48.774
44	1317	DANIELA CORDEIRO	F	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	1	1	3:53	0:38:53.554
45	1070	DIOGO VIANA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	16	44	3:53	0:38:55.292
46	1148	ANTÓNIO OLIVEIRA	M	LIZ RUNNERS	M40	8	45	3:54	0:39:04.019
47	1176	JOSÉ RAIMUNDO	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M60	3	46	3:56	0:39:23.113
48	1160	LEONEL SOUSA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	5	47	3:56	0:39:28.951
49	1208	MARTINHO PEDROSA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	3	48	3:58	0:39:45.535
50	1255	LUIS MAIA	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M45	6	49	3:59	0:39:51.882
51	1124	PAULINO SOUSA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	4	50	3:59	0:39:58.520
52	1021	ADRIANA COELHO	F	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	SEN F	2	2	3:59	0:39:59.420
53	1039	HUGO HORTA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	9	51	3:59	0:40:00.717
54	1325	JOSÉ MENDES	M	AC VERMOIL	M45	7	52	4:00	0:40:01.800
55	168	JOSÉ SANTOS	M	AC VERMOIL	M50	6	53	4:00	0:40:10.164
56	1012	CARLOS SIMÕES	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	5	54	4:03	0:40:37.394
57	1019	ANTÓNIO ALVES	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M65	1	55	4:04	0:40:43.784
58	138	JOÃO CARMO	M	CPR A-do-Barbas	M35	9	56	4:04	0:40:48.028



Nome da Prova: 31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO BAJOUCA

Organizador: Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Classe: Atletismo de Estrada

Categoria: Classificação Geral 10km



Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Categoria	Pos Cat	Pos S	Ritmo	Tempo
59	1071	FÁBIO FERREIRA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	17	57	4:05	0:40:52.191
60	1010	RUI DINIS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	6	58	4:06	0:41:07.527
61	1323	LEANDRO RIBEIRO	M	ARCD MENDIGA	SEN M	18	59	4:07	0:41:11.408
62	1187	HELDER MIRANDA	M	AC VERMOIL	M40	10	60	4:07	0:41:13.456
63	1210	RICARDO CARREIRA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	11	61	4:07	0:41:17.454
64	1326	NUNO MARTINS	M	CCRDArrimal/Morcegos	M45	8	62	4:08	0:41:20.637
65	17	PAULO LOURENÇO	M	CASA POVO ALCANENA	M50	7	63	4:08	0:41:22.744
66	1069	DANIEL JAULINO	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	7	64	4:08	0:41:32.207
67	66	NUNO BELO	M	HCT Running Team	M40	12	65	4:09	0:41:39.159
68	1188	FLAVIO CASTELHANO	M	GRF Benedita - Atletismo	M35	10	66	4:10	0:41:40.755
69	1045	ANA BONIFÁCIO	F	CPR A-do-Barbas	SEN F	3	3	4:10	0:41:42.606
70	1050	PAULO MONTEIRO	M	CPR A-do-Barbas	M55	8	67	4:10	0:41:49.723
71	1068	ANTÓNIO PEDROSA	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	19	68	4:14	0:42:25.662
72	16	DINO SILVA	M		SEN M	20	69	4:14	0:42:26.991
73	1316	PATRÍCIA CARREIRA	F	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	4	4	4:15	0:42:36.449
74	1250	DEONILDE COSTA	F	AC VERMOIL	F45	1	5	4:15	0:42:38.095
75	1049	PEDRO RODRIGUES	M	CPR A-do-Barbas	M55	9	70	4:15	0:42:40.859
76	1020	ACÁCIO CAMPOS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M65	2	71	4:15	0:42:42.761
77	1111	GERMANO CAPELA	M	CA BARREIRA	M55	10	72	4:16	0:42:47.183
78	1044	NUNO FERREIRA	M	CPR A-do-Barbas	M40	13	73	4:17	0:42:52.479
79	1018	JOÃO DOMINGOS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	8	74	4:17	0:42:53.903
80	1284	MANUELA MARTINS	F	AC VERMOIL	SEN F	5	6	4:18	0:43:06.062
81	1079	SÉRGIO CABECINHAS	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	14	75	4:21	0:43:33.985
82	64	CLAUDINO MATOS	M	CLUBE GAIA - ANDDI	M35	11	76	4:21	0:43:37.347
83	1053	FILIPE FRADE	M	CPR A-do-Barbas	M45	9	77	4:21	0:43:41.261
84	1327	HELDER SOARES	M	GDRC Unidos	SEN M	21	78	4:23	0:43:56.213
85	1009	RAFAEL LOURENÇO	M	GRF Benedita - Atletismo	M45	10	79	4:24	0:44:09.576
86	1051	JUCELINO MONTEIRO	M	CPR A-do-Barbas	M55	11	80	4:26	0:44:28.388
87	1024	CARLA CANTANTE	F	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	F40	1	7	4:28	0:44:44.006
88	1286	ANTÓNIO POEIRAS	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M60	4	81	4:28	0:44:48.426
89	56	RODOLFO CABRAL	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	15	82	4:28	0:44:53.860
90	1318	JOSE	M	Clube Atletismo de Marinha Grande	M55	12	83	4:30	0:45:04.458
91	166	NUNO LEAN	M	CPR A-do-Barbas	M40	16	84	4:31	0:45:18.744
92	1149	AMILCAR COSTA	M	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	9	85	4:31	0:45:19.773
93	1313	JOANA SILVA	F	GRF Benedita - Atletismo	SEN F	6	8	4:33	0:45:37.822
94	74	SANDRA CAMPOS	F	CLUBE GAIA - ANDDI	F45	2	9	4:34	0:45:42.147
95	167	NÉLIO VIEIRA	M	ACBATALHA	SEN M	22	86	4:34	0:45:53.393
96	1047	JOANA GRÁCIO	F	CPR A-do-Barbas	F35	1	10	4:35	0:45:53.467
97	7	ARMENIO NEVES	M		M45	11	87	4:35	0:45:54.954
98	1314	LÚIS PAULO	M	GRF Benedita - Atletismo	M60	5	88	4:36	0:46:07.457
99	13	MIGUEL GINETO	M	Clube Desportivo Ribeirense	M45	12	89	4:37	0:46:12.942
100	1324	ANTÓNIO FERREIRA	M	CPR A-do-Barbas	M65	3	90	4:38	0:46:22.931
101	77	NICOLAS ALBERTO	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	23	91	4:37	0:46:24.229
102	1153	PEDRO CABECINHAS	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	13	92	4:38	0:46:24.870
103	1150	ANDRÉ CRESPO	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	24	93	4:38	0:46:25.430
104	1002	LÚIS FILIPE CARVALHEIRO	M	ACRM Silveirinha Grande Claras	M45	14	94	4:38	0:46:29.442
105	57	HUGO ALBERTO	M	Grupo Alegre Unido Bajouca	M35	12	95	4:38	0:46:36.215
106	1195	DANIEL SILVA	M	ACBATALHA	M40	17	96	4:39	0:46:41.747
107	129	DAVID ALVES	M		SEN M	25	97	4:43	0:47:13.592
108	63	DOMINGOS OLIVEIRA	M	CLUBE GAIA - ANDDI	M35	13	98	4:44	0:47:28.486
109	76	SIMÃO PEREIRA	M	CPR A-do-Barbas	M40	18	99	4:46	0:47:44.679
110	8	BRUNO JORGE	M		M45	15	100	4:46	0:47:47.998
111	102	SÉRGIO AFONSO	M	TEAM KIPTCHOGE	M45	16	101	4:49	0:48:15.256
112	1305	JOAO PEDROSA	M		SEN M	26	102	4:50	0:48:27.516
113	1320	DIAMANTINO	M	G.A.CARANGUEJEIRA	M50	10	103	4:55	0:49:09.536
114	1016	VITOR ROCHA	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	11	104	4:54	0:49:09.836
115	1023	SANDRA SIMÕES	F	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	F45	3	11	4:54	0:49:11.939
116	1179	SORAIA CARDEIRA	F	CPR A-do-Barbas	SEN F	7	12	4:56	0:49:23.239



Nome da Prova: 31º GRANDE PRÉMIO DE ATLETISMO BAJOUCA

Organizador: Grupo Alegre e Unido da Bajouca

Classe: Atletismo de Estrada

Categoria: Classificação Geral 10km



Pos	Dorsal	Atleta	S	Equipa	Categoria	Pos Cat	Pos S	Ritmo	Tempo
117	1141	SUSANA PEREIRA	F	CPR A-do-Barbas	F50	1	13	4:56	0:49:26.986
118	1192	EVANGELINO CARDEIRA	M	ACBATALHA	M65	4	105	4:56	0:49:29.941
119	163	FREDERICO	M	Sempre a pé	M35	14	106	4:56	0:49:35.199
120	1154	SARA ALVES	F	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	8	14	5:02	0:50:24.919
121	1274	PAULO COSTA	M	GRF Benedita - Atletismo	M50	12	107	5:04	0:50:43.359
122	10	EDITE EUSEBIO	F	GRF Benedita - Atletismo	F45	4	15	5:04	0:50:43.419
123	60	CATARINA INES AFONSO	F	Juniores da Eira	F40	2	16	5:06	0:51:08.002
124	1003	MÓNICA JORDÃO	F	ACRM Silveirinha Grande Claras	F40	3	17	5:09	0:51:34.237
125	61	DANIEL REBELO	M	CASA DO POVO DE MANGUALDE - ANDDI	SEN M	27	108	5:10	0:51:40.431
126	128	DIOGO SIMÃO	M	HCT Running Team	M35	15	109	5:10	0:51:45.709
127	48	LUIS SILVESTRE	M	TEAM KIPTCHOGE	SEN M	28	110	5:14	0:52:30.713
128	1172	FILIPE TOMÁS	M	ACS MAMEDE	M65	5	111	5:15	0:52:35.088
129	1146	JOSÉ OLIVEIRA	M	G. D. ATOUGUIENSE	M65	6	112	5:15	0:52:38.642
130	1168	RUI ANDRADE	M	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	13	113	5:15	0:52:42.771
131	1004	MANUEL FERNANDES	M	ACRM Silveirinha Grande Claras	M65	7	114	5:18	0:53:08.456
132	43	JOANA SILVA	F	CLUBE GAIA - ANDDI	SEN F	9	18	5:22	0:53:46.107
133	164	LUIZA JACINTO	F	Gasoutos	SEN F	10	19	5:25	0:54:16.046
134	165	FERNANDO JACINTO	M	Gasoutos	M55	13	115	5:25	0:54:18.036
135	1066	ANABELA FERNANDES	F	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	2	20	5:28	0:54:51.041
136	65	NUNO SANTOS	M	CLUBE GAIA - ANDDI	SEN M	29	116	5:31	0:55:12.365
137	1152	INÊS ESTRADA	F	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	11	21	5:31	0:55:22.302
138	169	DIOGO NARCISO	M	ARCD MENDIGA	SEN M	30	117	5:41	0:56:56.218
139	1000	JOÃO GRAÇA	M	ACRM Silveirinha Grande Claras	M65	8	118	5:47	0:57:58.704
140	1215	LINO CARRACO	M	ACRM Silveirinha Grande Claras	M55	14	119	5:47	0:58:02.341
141	47	FABIO DIAS	M	TEAM KIPTCHOGE	M35	16	120	5:59	0:59:58.171
142	1288	REGINA FERREIRA	F	CPR A-do-Barbas	F55	1	22	5:59	0:59:59.195
143	59	CAROLINA TEOTÓNIO	F		SEN F	12	23	6:28	1:04:49.440
144	58	MARIA CIDÁLIA SANTOS	F	Grupo Alegre Unido Bajouca	F55	2	24	6:47	1:07:55.946