CHALLENGE 3000

Amadora, 09 de Março de 2019

3 000 metros - Desafio 10 minutos

Dorsal	Clas. Geral	Nome	Esc	Clube	Marca
70	1	Hugo Silva	Sen	CMCA	9:37.6
58	2	Hugo Correia	Sen		9:38.0
71	3	Pedro Pedro	V35	CMCA	9:40.9
1	4	Sandy Martins			9:41.2
56	5	Helder Gomes	Juv		9:42.5
65	6	Eugénio Neto	V50	GDRR	9:46.0
68	7	Pedro Ferreira	V45	CMCA	10:26.7
66	8	João Pereira	Sen		10:50.9

FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

FP... Programa Nacional de Marcha e Corrida

PROGRAMA NACIONAL de MARCHA e CORRIDA

CHALLENGE 3000

Amadora, 09 de Março de 2019

3 000 metros - Desafio 12 minutos

Dorsal	Clas. Geral	Nome	Esc	Clube	Marca
244	1	Nuno Ruela	V40		10:34.7
63	2	Valter Oliveira			10:39.7
75	3	Duarte Costa	Sen	Run for Friends	10:41.0
92	4	Hugo Luz	V35	CMCA	10:50.9
59	5	Alvaro Costa	V55		10:52.5
74	6	Joaquim Saldanha Silva	V40	Casa do Benfica de Algueirão e Mer	10:56.5
91	7	Rui Costa	Sen	CMCA	10:58.6
83	8	Rui Cabral	V45	Linda-a-Pastora Sporting Clube	10:59.4
73	9	José Dias	V35	Running Club Santa Casa	11:07.8
76	10	Luís Neiva	V45	"CMC da Lage"	11:08.0
100	11	Helder Pereira	V35	"Amadora"	11:41.1
82	12	Carlos Pedro	V45	Linda-a-Pastora Sporting Clube	11:44.8
85	13	Gonçalo Ferreira	V40	Linda-a-Pastora Sporting Clube	11:45.3
78	14	Rui Lacerda	V40	Linda-a-Pastora Sporting Clube	11:48.7
81	15	Miguel Sequeira	Sen	Linda-a-Pastora Sporting Clube	11:49.0
79	16	Antonio Penacho	V40	"Lisboa"	11:52.1

FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

FP… …ama Nacional de Marcha e Corrida

PROGRAMA NACIONAL de MARCHA e CORRIDA

CHALLENGE 3000

Amadora, 09 de Março de 2019

3 000 metros - Desafio 15 minutos

Dorsal	Clas. Geral	Nome	Esc	Clube	Marca
87	1	José Lopes	V50	CMCA	10:47.6
106	2	Cristiano Paes	V45	RUNNING CLUB SANTA CASA	11:24.3
62	3	Nuno Correia			11:48.0
63	4	Valter Oliveira			11:51.4
118	5	Bruno Vicente	Sen	CMCA	11:57.0
234	6	Pedro Ramos	V45	"Oriental"	11:57.6
104	7	Bruno Corgas	Sen	Running Club Santa Casa	11:59.9
105	8	Rui Antunes	V35	Running Club Santa Casa	12:00.5
119	9	Paulo Louro	V50	"Jamor"	12:06.6
235	10	Hélio Marques	V40	"Jamor"	12:06.8
94	11	José Santos	V50	CBAM	12:44.3
113	12	Pedro Fernandes	V40	Associação Cultural da Lage	12:49.7
112	13	Pedro Fevereiro	V35	GRCD Leião	13:08.0
108	14	José Rolão	V60	…orrida Noturna do Parque das Naçõ…	13:10.8
288	15	Carlos Anselmo	V45	CMCA	13:16.6
116	16	Emílio Manuel Teixeira Gonçalves	V45	"Jamor"	13:45.3

FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

FP[illegible]ama Nacional de Marcha e Corrida

PROGRAMA NACIONAL de MARCHA e CORRIDA

CHALLENGE 3000

Amadora, 09 de Março de 2019

3 000 metros - Desafio 18 minutos

Dorsal	Clas. Geral	Nome	Esc	Clube	Marca
249	1	Filipe Martins	V35		13:04.3
277	2	Sonia Caixeirinho	V45	CMCA	13:46.6
61	3	Carlos Pena	V45		14:14.3
242	4	Ana Cortes	V35	Running Club Santa Casa	14:16.4
300	5	Henrique Vilhena	V60	LisrunningCPA	14:23.0
290	6	Pedro Martins	V40	CMCA	14.26.5
294	7	Olga Martins	V40	CMCA	14:35.2
243	8	Tiago Nascimento	Sen	Running Club Santa Casa	14:41.7
297	9	Jacinto Pereira	V55	LISRUNNING CPA	14:43.3
284	10	Arkella Granados	Sen	CMCA	14:47.2
273	11	Sofia Ribeiro	V40	Associação Cultural da Lage	14:47.4
60	12	Emanuel Proença	V60		15:13.9
114	13	Susana Valente	Sen	Oriental	15:20.1
275	14	Sandra Fernandes	V40	Associação Cultural da Lage	15:21.2
241	15	Jorge Cunha	V40		15:31.7
252	16	José Manuel Marques	V60	Individual	15:54.9
274	17	Alexandra Candeias	V35	GRCD Leião	16:17.6
282	18	Susana Ribeiro	V35	CMCA	16:19.9
87	19	José Lopes	V50	CMCA	16:20.9
254	20	Marta Amaro	Sen	GRCD Leião	17:40.5