

**CORRIDA HELPO 2014 - 19/10/2014**

## Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
1	97	ANDRELINO FURTADO	M	34		00:33:16	
2	12	TELMO SILVA	M	36		00:34:07	ATIBÁ
3	13	MARCO ANTÓNIO LARANJEIRA CORREA DE MELLO	M	38		00:34:58	ATIBÁ
4	47	PAULO ROLA	M	48		00:35:11	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA
5	11	JOSÉ ANTÓNIO PEREIRA HEITOR	M	53		00:36:17	ATIBÁ
6	48	JOÃO SILVA	M	51		00:38:03	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA
7	133	LUIS FILIPE NEIVA LUCIANO	M	47		00:39:04	
8	1	FÁBIO DOMINGOS	M	25		00:39:50	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
9	103	CARLA MENDES	F	34		00:40:24	
10	86	ALEXANDRE DIAS COSTA	M	40		00:40:35	
11	166	PEDRO SIMÕES PEREIRA GUARITA	M	40		00:41:04	
12	23	PAULO ALEXANDRE FERNANDES DE OLIVEIRA	M	46		00:41:46	CCDPM DE CASCAIS
13	186	TIAGO MIRA AMADO	M	32		00:42:06	
14	2	JOAQUIM ROSA	M	52		00:42:24	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
15	73	RAFAEL ASSUNÇÃO	M	23		00:42:40	RAIL RUNNERS
16	212	AVELINO PEDRO	M	34		00:42:47	
17	137	LUIS SALES	M	33		00:42:55	
18	65	JOÃO MIGUEL FIGUEIREDO NARCISO	M	32		00:43:38	PÉS TROIKADOS
19	198	AD	M	34		00:43:49	
20	101	BERNARDO PINTO-COELHO	M	36		00:43:54	
21	5	ANDRÉ RISCADO	M	36		00:44:08	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
22	200	PEDRO RIBEIRO DA CUNHA	M	36		00:44:14	PROTEX SPORT
23	140	MANUEL VERÍSSIMO	M	46		00:44:15	
24	4	FERNANDO DOMINGOS	M	52		00:44:19	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
25	94	ANDRÉ FILIPE GONÇALVES BELEZAS	M	32		00:44:57	
26	221	RUI FERNANDES	M	14		00:44:59	
27	62	HELDER PAULO DOS SANTOS ASSUNÇÃO	M	54		00:45:10	PERI TEAM
28	30	HENRIQUE MANUEL PONTES VARANDA GONÇALVES	M	46		00:45:26	EQUIPA EAGÁ
29	141	MARCELO DIAS	M	39		00:45:39	
30	68	FRANCISCO CHAMPALIMAUD CAMPOS TROCADO	M	37		00:45:47	PROTEX SPORT
31	14	JOÃO RICARDO RAFAEL DA COSTA LUZ	M	38		00:46:09	BESTRIPVOUCHERS
32	54	FELIPE CHAVES SOUTO	M	27		00:46:18	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
33	38	ANDRÉ FILIPE DA SILVA VERÍSSIMO	M	29		00:46:27	ESTAMOS JUNTOS
34	84	BERNARDO GOMES BARBOSA MALATO BRANCO	M	15		00:46:27	WHITE TEAM
35	163	PAULO JORGE DA SILVA RAMOS DOS SANTOS	M	49		00:46:30	
36	69	MANUEL ANTÓNIO	M	45		00:46:35	RAIL RUNNERS
37	207	PAULO JORGE FERNANDES GARCIA	M	44		00:46:38	PERNAS DE GAFANHOTO
38	168	RICARDO DUARTE	M	10		00:46:48	
39	87	ALEXANDRE DUARTE	M	42		00:46:51	

**CORRIDA HELPO 2014 - 19/10/2014**

## Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
40	172	RUI CARDOSO	M	33		00:46:55	
41	88	ALFREDO TEIXEIRA	M	29		00:47:28	
42	74	HELDER COELHO	M	28		00:47:41	RAIL RUNNERS
43	75	RITA JESUS	F	31		00:47:41	RAIL RUNNERS
44	187	TIAGO SWART	M	34		00:47:42	
45	184	TIAGO COUTINHO DE PAIVA E PONA	M	38		00:48:23	
46	6	ANTÓNIO RISCADO	M	64		00:48:24	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
47	185	TIAGO MANUEL VALADARES RAMOS	M	27		00:48:26	
48	105	CARLOS MANUEL DO NASCIMENTO MARQUES	M	36		00:48:48	
49	58	JOSÉ ANTÓNIO LOPES MORAIS	M	51		00:49:02	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
50	42	NUNO MIGUEL COUTO MARTINS	M	37		00:49:04	LIVINGRUN
51	43	ANTONIO ALVERCA	M	43		00:49:06	LIVINGRUN
52	79	ANTONIO TELO MAJOR	M	52		00:49:55	REDS
53	160	PAULO ALEXANDRE PINTO DOS SANTOS	M	46		00:49:58	
54	26	TIAGO GRACIO	M	34		00:50:12	CORRETIÇÃO
55	3	AUGUSTO PIRES	M	62		00:50:12	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
56	51	PEDRO MANUEL COSTA GOMES ROSA	M	37		00:50:22	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
57	156	NUNO ALEXANDRE MARQUES CRUZ	M	34		00:50:22	
58	77	MARIA JOÃO CARVALHO VAZ	F	38		00:50:34	REDS
59	213	DINIS SANTOS	M	36		00:50:44	
60	57	MANUEL ANTÓNIO LOPES BRAZ	M	66		00:50:50	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
61	27	ANTONIO GRACIO	M	59		00:50:50	CORRETIÇÃO
62	165	PEDRO MOREIRA DA SILVA DOS REIS FERREIRA	M	25		00:50:55	
63	142	MARIA CONCEIÇÃO ALVES	F	51		00:51:00	
64	61	VASCO MANUEL CURADO ARMES	M	42		00:51:02	PERI TEAM
65	218	VITOR MORAIS	M	14		00:51:17	
66	55	ANTÓNIO TEIXEIRA	M	67		00:51:41	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
67	24	CLÁUDIA SOFIA DA SILVA BICO	F	34		00:51:41	CCDPM DE CASCAIS
68	106	CARLOS MANUEL DOS REIS DORES	M	17		00:51:57	
69	25	AMILCAR MANUEL PEREIRA DE ALMEIDA	M	51		00:52:06	CCDTMETROLX
70	18	LUÍS NETO	M	50		00:52:13	CARAP AUS DE CORRIDA
71	176	RUI PEDRO SILVA	M	38		00:52:14	
72	144	MARIA JOÃO NEVES BARBOSA DA COSTA MADEIRA	F	43		00:52:48	
73	16	AGOSTINHO DIAS	M	48		00:52:58	CARAP AUS DE CORRIDA
74	118	HENRIQUE ROSA	M	11		00:53:06	
75	127	JOAO MANUEL RODRIGUES DE OLIVEIRA COSTA DUARTE	M	51		00:53:07	
76	53	MARIA CIDÁLIA BAPTISTA CRAVEIRO DE OLIVEIRA	F	54		00:53:21	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
77	60	JOSÉ NUNES	M	28		00:53:27	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
78	15	FILIPE PIRES	M	37		00:53:31	CABRAL PIRES

**CORRIDA HELPO 2014 - 19/10/2014**

## Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
79	21	SILVESTRE ROSA	M	46		00:53:35	CARAPPAUS DE CORRIDA
80	216	MIGUEL BARRADAS	M	41		00:53:39	
81	66	CATARINA MANUELA DIAS LUCAS DA COSTA	F	31		00:53:45	PÉS TROIKADOS
82	98	ÂNGELA SILVA	F	64		00:53:45	
83	116	FREDERICO DINIZ	M	36		00:54:02	
84	22	LUÍS MANUEL MARTINS REIS	M	55		00:54:27	CCD MUNICÍPIO CASCAIS
85	169	RICARDO ROSA	M	14		00:54:37	
86	167	RENZO AMARAL	M	39		00:54:44	
87	157	NUNO MIGUEL LOPES CORTE-REAL GONÇALVES	M	43		00:54:50	
88	72	INÊS MARQUES	F	24		00:54:52	RAIL RUNNERS
89	151	MIGUEL ANDREW PAIXÃO DE MAGALHÃES REDMONT	M	44		00:55:03	
90	164	PAULO ROSA	M	46		00:55:09	
91	128	JOÃO MIGUEL HANKUSZ DINIZ	M	25		00:55:11	
92	201	JOÃO AMORIM	M	34		00:55:11	
93	85	ESMERALDO PEREIRA	M	34		00:55:18	ZATOPEQUES
94	148	MÁRIO SILVA	M	42		00:56:09	
95	135	LUÍS MIGUEL CAVACO REVES	M	40		00:56:13	
96	102	BRUNO VELOSO	M	27		00:56:36	
97	130	JOSÉ FARTARIA	M	61		00:56:44	
98	204	AB	M	34		00:56:55	
99	49	VERÓNICA BURNAY VINHAS	F	46		00:56:55	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
100	50	HELENA MARIA MARIANO ROSA	F	48		00:56:59	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
101	95	ANDRÉ LUÍS FERNANDES DE CARVALHO	M	28		00:57:04	
102	78	HENRIQUETA RAPOSO MAJOR	F	49		00:57:07	REDS
103	208	RICARDO DOMINGOS	M	34		00:57:10	DOMINGOS SPORT COMPETIÇÃO
104	209	HELIO BRANCO	M	31		00:57:10	DOMINGOS SPORT COMPETIÇÃO
105	113	FERNANDO JORGE DIAS	M	51		00:57:16	
106	34	PAULO PRATA RAMOS	M	34		00:57:29	EQUIPA ISABEL WORM
107	33	TIAGO WORM TIRONE	M	34		00:57:29	EQUIPA ISABEL WORM
108	82	JOAO RODRIGUES	M	38		00:57:42	SS CGD
109	210	CAROLINE STAEDTLER	F	34		00:58:48	
110	211	SANDRA KOLMER	F	35		00:58:49	
111	178	SANDRA C. FERREIRA MOTA	F	42		00:58:59	
112	111	FERNANDA MANUELA PRIM DA SILVA POÇAS	F	0		00:58:59	
113	99	ANTONIO MANUEL RAMOS BUGALHO	M	40		00:59:25	
114	174	RUI MANUEL GOMES DOMINGUES	M	35		00:59:25	
115	143	MARIA DE JESUS PINHEIRO DE OLIVEIRA	F	31		00:59:52	
116	40	SANDRA LUISA ALPENDRINHO FONSECA CARVALHO	F	42		00:59:54	HOT RUNNERS
117	41	JORGE MANUEL SILVA	M	42		00:59:54	HOT RUNNERS

**CORRIDA HELPO 2014 - 19/10/2014**

## Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
118	37	NUNO LOUÇÃO	M	46		00:59:57	EQUIPA ISABEL WORM
119	36	JOSÉ PRATA	M	37		00:59:58	EQUIPA ISABEL WORM
120	71	HELENA PIRES	F	47		01:00:01	RAIL RUNNERS
121	112	FERNANDO CHASQUEIRA	M	64		01:00:07	
122	28	FRANCISCO REVEZ	M	34		01:00:32	
123	220	ATLETA NÃO CADASTRADO	M	0		01:00:32	
124	171	ROSA MARIA LOPES DE CARVALHO	F	52		01:00:44	
125	152	NELAIDA PEREIRA	F	43		01:01:05	
126	129	JOSÉ CARLOS SARAIVA	M	51		01:01:10	
127	131	KAREN SOUSA	F	51		01:01:22	
128	214	ANDRÉ SILVA	M	28		01:01:23	
129	177	RUI PINTO	M	50		01:01:32	
130	119	IRENE INÁCIO	F	45		01:01:41	
131	100	AURELIANO ANTÓNIO CASTELAR DE VASCONCELOS	M	56		01:01:54	
132	145	MARIA JOSÉ MELIM MENEZES FERREIRA	F	41		01:01:56	
133	122	ISABEL MARIA PRESUMIDO VIDINHA	F	44		01:02:02	
134	182	SONIA MARIA COUTINHO PEREIRA	F	40		01:02:02	
135	92	ANA RODRIGUES RONCOUN	F	43		01:02:36	
136	120	ISABEL MARIA CAPUCHO LUIS	F	40		01:02:52	
137	162	PAULO JORGE CARDOSO DE SÁ MORAIS	M	43		01:02:52	
138	109	CLAUDIA MICHELE VAZ CORREIA	F	41		01:02:55	
139	125	JOÃO CARVALHO	M	39		01:03:09	
140	7	SÓNIA DICKMEYER	F	34		01:03:09	AMIGOS ATLETISMO DA CHARNECA
141	175	RUI MARINO GOUVEIA MARTINS	M	43		01:03:12	
142	83	PEDRO MIGUEL MALATO LOPES BRANCO	M	45		01:03:42	WHITE TEAM
143	136	LUIS MIGUEL FELIX BERNARDES	M	31		01:03:44	
144	189	CAROLINA DE PONTES	F	34		01:03:44	
145	56	CATARINA NOLASCO SIMÕES	F	47		01:03:49	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
146	17	JAIME PARDAL	M	45		01:04:11	CARAP AUS DE CORRIDA
147	52	LÉNIA SOFIA DA CONCEIÇÃO CARLOS DE FIGUEIREDO	F	34		01:04:22	OS PAPAGAIOS DE CASCAIS
148	70	CARLOS PEREIRA DOS SANTOS	M	62		01:05:48	RAIL RUNNERS
149	45	NILTON JESUS TEIXEIRA	M	43		01:06:03	NPISCINAS
150	188	TITO LÍVIO GONÇALVES NEVES DA ROCHA HENRIQUES	M	40		01:06:04	
151	158	PATRÍCIA ISABEL CRISTOVÃO MARTINS	F	38		01:06:04	
152	81	MARTA AFONSO	F	40		01:06:09	SS CGD
153	154	NÍDIA MARIA GONÇALVES DA SILVA	F	59		01:06:31	
154	149	MARTA CUNHA MIRA MENDES ELIAS	F	41		01:07:03	
155	132	LEONOR CUNHA MIRA MENDES ELIAS CISNEIROS MACHADO	F	42		01:07:04	
156	180	SOFIA CARDIGA	F	43		01:07:15	

# CORRIDA HELPO 2014 - 19/10/2014

## Relatório Masculino e Feminino Geral

Class	Num	Nome	Sx	Idd	Cat	T. Bruto	Equipe
157	192	DANIELA DE PONTES	F	34		01:07:33	
158	197	OLAVO AUGUSTO CHEN MENDES	M	34		01:07:36	
159	8	CÁTIA ROBALO	F	33		01:07:46	AMINHACORRIDA.COM
160	91	ANA RITA PICA PEREIRA	M	27		01:08:47	
161	193	JULIA SANDROS- ALPER	F	34		01:09:08	
162	46	DANILO ROCHA HENRIQUES TEIXEIRA	M	12		01:09:50	NPISCINAS
163	217	FRANCISCO	M	14		01:09:58	
164	80	ANTÓNIO F. MARTINHO	M	63		01:10:10	REPSOL POLÍMEROS
165	90	ANA ISABEL BORRALHO DA MOTA	F	33		01:10:19	
166	93	ANA SOFIA SANTOS	F	34		01:10:20	
167	123	JOANA CATARINA GOMES RODRIGUES WILDERS	F	39		01:10:21	
168	19	MARGARIDA PARDAL	F	45		01:10:32	CARAPUS DE CORRIDA
169	173	RUI MANUEL ANACLETO RAMOS	M	56		01:11:35	
170	229	FREDERICO FIGUEIREDO	M	14		01:12:10	
171	230	GABRIEL CARREIRA	M	14		01:12:11	
172	117	HENRIQUE MANUEL PEREIRA TELHADO	M	59		01:13:46	
173	206	JOÃO MARIA PINTO MARQUES	M	34		01:13:46	
174	205	JOÃO SILVA PINTO MARQUES	M	34		01:13:46	
175	115	FILOMENA ALVES SOARES	F	44		01:13:49	
176	146	MARIA LUÍSA PISCO ALBERTO	F	51		01:13:50	
177	190	CAROLINE LUCIE COSYNS	F	16		01:14:01	
178	121	ISABEL MARIA FERNANDES RODRIGUES	F	42		01:14:18	
179	108	CATARINA AZEVEDO	F	35		01:20:28	

**Total de registros: 179**