

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1º	1	RUI PEDRO SILVA	MARATONA C P	M	M20	POR	00:02:56	00:29:17
2º	6	TIAGO COSTA	SPORTING C BRAGA	M	M20	POR	00:03:00	00:30:05
3º	2	RUI SILVA	SPORTING C P	M	M20	POR	00:03:01	00:30:10
4º	4	PAULO GOMES	CONFORLIMPA	M	M20	POR	00:03:01	00:30:13
5º	5	ALBERTO PAULO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:03	00:30:31
6º	90	MANUEL SOUSA	C I ARGONCILHE	M	M20	POR	00:03:05	00:30:47
7º	1196	JOSE CARVALHO	C C D ANDRAES	M	M20	POR	00:03:07	00:31:10
8º	21	DANIEL PINHEIRO	MAIA A C	M	M20	POR	00:03:08	00:31:23
9º	3	ALBERTO CHAIÇA	CONFORLIMPA	M	M20	POR	00:03:09	00:31:28
10º	46	PEDRO RIBEIRO	MAIA A C	M	M20	POR	00:03:09	00:31:34
11º	29	JOSE COSTA	CYCLONES SANITOP	M	M20	POR	00:03:10	00:31:41
12º	2780	PEDRO CRUZ	G D CRUZ E IRMAOS	M	M20	POR	00:03:10	00:31:44
13º	7	RICARDO VALE	SPORTING C BRAGA	M	M20	POR	00:03:11	00:31:48
14º	89	TIAGO MARQUES	A C VERMOIL	M	M20	POR	00:03:12	00:32:01
15º	9	LUIS MENDES	CYCLONES SANITOP	M	M20	POR	00:03:12	00:32:03
16º	114	ARTUR RODRIGUES	N A CUCUJAES	M	M20	POR	00:03:14	00:32:19
17º	2660	ANTONIO TEIXEIRA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M20	POR	00:03:15	00:32:26
18º	1369	MANUEL FERREIRA	ARADA ATLETICO CLUBE	M	M40	POR	00:03:16	00:32:37
19º	95	VITOR BARBOSA	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:03:16	00:32:41
20º	1518	BRUNO SOARES	F C PENAFIEL	M	M20	POR	00:03:18	00:33:04
21º	128	MANUEL PACHECO	N A JOANE	M	M40	POR	00:03:19	00:33:08
22º	121	MIGUEL MOREIRA	A R ESTRELAS DO SUL	M	M20	POR	00:03:21	00:33:33
23º	22	HEITOR OLIVEIRA	CYCLONES SANITOP	M	M20	POR	00:03:22	00:33:43
24º	119	JOAQUIM SILVA	A R ESTRELAS DO SUL	M	M45	POR	00:03:22	00:33:44
25º	2781	ANTONIO FERREIRA	G D CRUZ E IRMAOS	M	M20	POR	00:03:23	00:33:53
26º	74	AMERICO MOREIRA	C D POVOA	M	M20	POR	00:03:25	00:34:08
27º	2531	OSCAR MENDES	LIBERDADE F. C.	M	M20	POR	00:03:25	00:34:11
28º	1254	FILIPPE FERREIRA	A C R VALE CAMBRA	M	M20	POR	00:03:27	00:34:28
29º	1432	LUIS MAGALHAES	JOBRA	M	M40	POR	00:03:27	00:34:33
30º	106	SERGIO RODRIGUES	GRECAS	M	M20	POR	00:03:28	00:34:36
31º	107	RICARDO DIAS	GRECAS	M	M20	POR	00:03:28	00:34:36
32º	93	AMADEU ROCHA	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:03:28	00:34:43
33º	2439	JOÃO TEIXEIRA	SC LAMEGO	M	M45	POR	00:03:28	00:34:44
34º	118	HENRIQUE DIAS	A R ESTRELAS DO SUL	M	M40	POR	00:03:29	00:34:48
35º	549	PEDRO COSTA	G D AIRAO-CURVIA	M	M40	POR	00:03:29	00:34:54
36º	1056	JORGE GOMES	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M20	POR	00:03:30	00:34:57
37º	10	FERNANDA RIBEIRO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:03:30	00:34:58
38º	1836	ANTONIO COSTA	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M40	POR	00:03:31	00:35:08
39º	1449	FERNANDO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:03:31	00:35:10
40º	1298	MARIO FONSECA	C D C NAVAIS	M	M20	POR	00:03:31	00:35:13
41º	125	FILIPPE CRISOSTOMO	N A MATOSINHOS	M	M20	POR	00:03:32	00:35:19
42º	957	CARLOS SILVA	G D CASTELO DE PAIVA	M	M40	POR	00:03:32	00:35:20
43º	417	NELSON RICARDO LOUREIRO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:32	00:35:21
44º	13	CLAUDIA PEREIRA	SPORTING C BRAGA	F	F20	POR	00:03:32	00:35:22
45º	116	PAULO PEREIRA	N A CUCUJAES	M	M20	POR	00:03:32	00:35:23
46º	547	JOAO VILELA	G D AIRAO-CURVIA	M	M40	POR	00:03:32	00:35:23
47º	120	PEDRO SOARES	A R ESTRELAS DO SUL	M	M50	POR	00:03:32	00:35:24
48º	1433	MANUEL FERREIRA	JOBRA	M	M45	POR	00:03:33	00:35:26
49º	2166	CARLOS MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:33	00:35:27

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
50º	14	ERCILIA MACHADO	SPORTING C BRAGA	F	F20	POR	00:03:33	00:35:27
51º	1458	JOSE PIRES	F C VIZELA	M	M20	POR	00:03:34	00:35:37
52º	15	JOANA COSTA	SPORTING C BRAGA	F	F20	POR	00:03:35	00:35:47
53º	1288	BELMIRO FERREIRA	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M45	POR	00:03:35	00:35:51
54º	1379	ADELINO FERNANDES	A MOINHO VERMOIM	M	M45	POR	00:03:35	00:35:52
55º	1392	MANUEL CARDOSO	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	M	M40	POR	00:03:35	00:35:52
56º	2662	MANUEL SILVA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M40	POR	00:03:36	00:35:58
57º	59	HENRIQUE PAREDES	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	M	M50	POR	00:03:36	00:35:58
58º	12	MONICA SILVA	MARATONA C P	F	F20	POR	00:03:36	00:35:59
59º	2444	ANTONIO MARTINS	TOYOTA GAIENSES	M	M40	POR	00:03:36	00:35:59
60º	136	JOAQUIM BARBOSA	G D CASTELO DE PAIVA	M	M20	POR	00:03:36	00:36:02
61º	1195	CARLOS LOPES	C C D ANDRAES	M	M20	POR	00:03:37	00:36:06
62º	550	JORGE CUNHA	G D AIRAO-CURVIA	M	M45	POR	00:03:37	00:36:09
63º	1727	JOSE FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:37	00:36:12
64º	91	BRUNO SANTOS	C I ARGONCILHE	M	M20	POR	00:03:37	00:36:14
65º	1251	MARCO GASPAR	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:03:37	00:36:14
66º	1293	HERMINIO MARTINS	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M50	POR	00:03:38	00:36:17
67º	1286	ADELINO SILVA	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M20	POR	00:03:38	00:36:18
68º	1380	LUIS FARIA	A MOINHO VERMOIM	M	M45	POR	00:03:39	00:36:31
69º	1866	VICTOR MANUEL FONSECA TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:39	00:36:34
70º	544	MIHAIL LALEV	G D AIRAO-CURVIA	M	M20	POR	00:03:39	00:36:34
71º	140	MARK MACEDO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:03:40	00:36:35
72º	117	BENJAMIM SOARES	A R ESTRELAS DO SUL	M	M50	POR	00:03:40	00:36:36
73º	1993	JOAQUIM SOUSA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:03:40	00:36:37
74º	576	CARLOS BRUNO MACHADO	G D LIMPEZA URBANA	M	M20	POR	00:03:40	00:36:40
75º	1358	ANTONIO FERNANDES	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:03:40	00:36:41
76º	950	HUGO GOMES	C A OVAR	M	M20	POR	00:03:40	00:36:43
77º	2014	DIOGO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:41	00:36:48
78º	2655	FERNANDO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:41	00:36:48
79º	16	LILIAN SILVA	JUV VIDIGALENSE	F	F20	POR	00:03:41	00:36:54
80º	1106	TIAGO MAIA	GALITOS	M	M20	POR	00:03:42	00:36:58
81º	1668	JOAO CARVALHO	A R LUZ E VIDA GONDOMARENSE	M	M45	POR	00:03:42	00:36:58
82º	2440	PAULO REBELO	SC LAMEGO	M	M20	POR	00:03:42	00:36:59
83º	1082	NUNO MENDES	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:03:42	00:37:01
84º	1146	NUNO SILVA	C F UNIAO DE LAMAS	M	M20	POR	00:03:42	00:37:01
85º	2632	MARCO COSTA	ARVOR	M	M20	POR	00:03:42	00:37:03
86º	1498	DANIEL LOPES	RIO LARGO C ESPINHO	M	M20	POR	00:03:42	00:37:04
87º	687	AMERICO PINHO	CLUBE ESCAPAES	M	M20	POR	00:03:43	00:37:07
88º	2547	ANTONIO VIEIRA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M50	POR	00:03:44	00:37:15
89º	1395	AUGUSTO CASTRO	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	M	M50	POR	00:03:44	00:37:19
90º	885	MANUEL VALENTE	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M45	POR	00:03:44	00:37:21
91º	264	ADAO SILVA	F C PENAFIEL	M	M45	POR	00:03:44	00:37:23
92º	1299	RAMIRO CORREIA	C D C NAVAIS	M	M20	POR	00:03:44	00:37:24
93º	1437	SALVADOR MANSILHA	A R ESTRELAS DO SUL	M	M40	POR	00:03:45	00:37:28
94º	1459	HELDER DOMINGOS	F C VIZELA	M	M20	POR	00:03:45	00:37:28
95º	642	LUIS SANTOS	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:03:45	00:37:29
96º	949	PEDRO ALBERTO SILVA LEAL	C A OVAR	M	M40	POR	00:03:45	00:37:34
97º	951	RUI COSTA	C A OVAR	M	M20	POR	00:03:46	00:37:35
98º	979	ALCINO SILVA	C INDEPENDENTE DE ATLETISMO DE A	M	M20	POR	00:03:46	00:37:38

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
99º	18	SONIA FERNANDES	GRECAS	F	F20	POR	00:03:46	00:37:40
100º	98	MIGUEL MENDES	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:03:47	00:37:49
101º	466	ANTONIO CAMPOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:47	00:37:49
102º	17	MARTA MARTINS	JUV VIDIGALENSE	F	F20	POR	00:03:47	00:37:51
103º	2548	JOSE RODRIGUES	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M45	POR	00:03:47	00:37:52
104º	398	ORLANDO NEVES	A R BRIOSOS VALBOENSES	M	M40	POR	00:03:47	00:37:52
105º	289	JOSE MONTEIRO	CODESSOS	M	M50	POR	00:03:48	00:37:56
106º	2459	FELIPE BARATA	ATLETISMO A GÁNDARA MONFORTE	M	M20	ESP	00:03:48	00:37:57
107º	11	VANESSA FERNANDES	S L BENFICA	F	F20	POR	00:03:48	00:37:57
108º	2118	JORGE MANUEL BRITO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:03:48	00:37:57
109º	1430	FRANCISCO SOARES	JOBRA	M	M50	POR	00:03:48	00:37:58
110º	130	JOSE FILIPE AFONSO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:48	00:37:58
111º	60	AMERICO OLIVEIRA	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	M	M45	POR	00:03:48	00:37:59
112º	952	MANUEL COSTA	C A OVAR	M	M50	POR	00:03:48	00:38:02
113º	615	SERGIO MARTINS	A R N OS FLECHINHAS	M	M40	POR	00:03:48	00:38:03
114º	199	AGOSTINHO PROENÇA	DASDIKES	M	M45	POR	00:03:48	00:38:04
115º	1374	CARLOS BATISTA	JUV ATLETICA MOZELENSE	M	M45	POR	00:03:48	00:38:05
116º	61	PAULO OLIVEIRA	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	M	M40	POR	00:03:49	00:38:09
117º	1856	GUILHERME ROMANO	N A TAIPAS	M	M45	POR	00:03:49	00:38:10
118º	1364	FLAVIO NOGUEIRA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:03:49	00:38:11
119º	1007	ALFREDO SILVA	CAVE - ESPOSENDE	M	M40	POR	00:03:49	00:38:11
120º	464	JOSE LUIS TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:03:50	00:38:15
121º	1394	AMANDIO SILVA	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	M	M45	POR	00:03:50	00:38:16
122º	625	ANTONIO DIAS	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M45	POR	00:03:50	00:38:17
123º	1779	NUNO MEDEIROS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:50	00:38:20
124º	881	MARIO CARVALHO	OS 5 À HORA	M	M45	POR	00:03:50	00:38:21
125º	844	JOAO MAGUETA	G D GAFANHA	M	M45	POR	00:03:50	00:38:22
126º	1995	ROMEU SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:51	00:38:27
127º	1323	LUIS LEITE	MAIA A C	M	M20	POR	00:03:51	00:38:31
128º	1890	AVELINO FREITAS	G D S.PAIO OLEIROS	M	M20	POR	00:03:51	00:38:34
129º	1891	MANUEL BOLINHA	G D S.PAIO OLEIROS	M	M20	POR	00:03:52	00:38:37
130º	2663	LUIS VIEIRA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M40	POR	00:03:52	00:38:37
131º	548	MANUEL FERREIRA	G D AIRAO-CURVIA	M	M40	POR	00:03:52	00:38:38
132º	1740	VASCO FIGUEIREDO	DASDIKES	M	M45	POR	00:03:52	00:38:40
133º	1252	ANTONIO ALMEIDA	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:03:52	00:38:40
134º	1198	PAULO JORGE VIDINHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:52	00:38:41
135º	660	AUGUSTO CRUZ	APFC-SLB105	M	M40	POR	00:03:52	00:38:41
136º	1497	BRUNO DIAS	RIO LARGO C ESPINHO	M	M20	POR	00:03:52	00:38:42
137º	1396	JOAQUIM FERREIRA	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	M	M55	POR	00:03:52	00:38:44
138º	948	EDGAR COSTA	C A OVAR	M	M40	POR	00:03:53	00:38:47
139º	1905	BRUNO SILVA	CIRAC	M	M20	POR	00:03:53	00:38:48
140º	1429	EUSEBIO LOPES	JOBRA	M	M45	POR	00:03:53	00:38:48
141º	1811	ANTONIO MENEZES	SMAS PORTO	M	M45	POR	00:03:53	00:38:50
142º	887	ANGELO RAMOS	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M45	POR	00:03:53	00:38:52
143º	1109	JOAO PEREIRA	GALITOS	M	M20	POR	00:03:53	00:38:54
144º	1338	ABILIO SOUSA	MAIA A C	M	M55	POR	00:03:53	00:38:54
145º	1908	AMERICO COELHO	CIRAC	M	M45	POR	00:03:54	00:38:57
146º	1357	BRUNO SANTIAGO	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:03:54	00:38:58
147º	99	DAVID FERREIRA	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:03:54	00:38:59

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
148º	1359	DIOGO NOGUEIRA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:03:54	00:38:59
149º	1992	JOSE REIS	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:03:54	00:39:03
150º	62	ANDRE MACHADO	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	M	M20	POR	00:03:54	00:39:04
151º	73	FATIMA SILVA	C D POVOA	F	F40	POR	00:03:55	00:39:09
152º	2187	JOAQUIM RIBEIRO	SERVIÇOS SOCIAIS CGD	M	M45	POR	00:03:55	00:39:12
153º	1111	TIAGO TEIXEIRA	GALITOS	M	M20	POR	00:03:55	00:39:13
154º	23	DIOGO MACHADO	CYCLONES SANITOP	M	M20	POR	00:03:55	00:39:14
155º	1888	NUNO PINTO	G D S.PAIO OLEIROS	M	M20	POR	00:03:56	00:39:15
156º	241	JOAO PATRICIO NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:03:56	00:39:16
157º	732	FERNANDO OSCAR OLIVEIRA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:03:56	00:39:17
158º	1319	PAULO PIRES	MAIA A C	M	M20	POR	00:03:56	00:39:19
159º	462	ANTONIO MONTEIRO	RINGOS FC	M	M20	POR	00:03:56	00:39:22
160º	2372	ANTONIO OSORIO	SC LAMEGO	M	M45	POR	00:03:56	00:39:23
161º	1139	FRANCISCO COSTA	C F UNIAO DE LAMAS	M	M50	POR	00:03:56	00:39:24
162º	1356	BRUNO COSTA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:03:56	00:39:24
163º	2442	JOÃO LABRINCHA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:03:56	00:39:25
164º	1097	MIGUEL LOPES	GALITOS	M	M20	POR	00:03:57	00:39:26
165º	1438	JOSE ROCHA	A R ESTRELAS DO SUL	M	M20	POR	00:03:57	00:39:27
166º	626	JOAQUIM FRANGUEIRO	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M50	POR	00:03:57	00:39:33
167º	552	MAURICIO TORRINHA	G D AIRAO-CURVIA	M	M45	POR	00:03:57	00:39:34
168º	64	JORGE PAULO OLIVEIRA	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	M	M40	POR	00:03:58	00:39:37
169º	19	CARINA MARQUES	G D J CRUZ E IRMAOS	F	F20	POR	00:03:58	00:39:38
170º	113	SERAFIM GADELHO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:03:58	00:39:38
171º	473	PEDRO PEREIRA	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:03:58	00:39:39
172º	2228	MARK VELHOTE	CLUBE VODAFONE	M	M20	POR	00:03:58	00:39:39
173º	75	PAULO SILVA	C D POVOA	M	M20	POR	00:03:58	00:39:40
174º	2535	PEDRO VIEIRA	F C PENAFIEL	M	M20	POR	00:03:58	00:39:43
175º	897	IVAN SILVA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:03:58	00:39:44
176º	896	TOZE AMORIM	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:03:58	00:39:45
177º	1397	JOSE NUNES	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	M	M20	POR	00:03:59	00:39:47
178º	122	EMANUEL MATOS	ASICS PORTUGAL	M	M20	POR	00:03:59	00:39:49
179º	2175	PEDRO REIS E SA	SERPENTINE	M	M20	POR	00:03:59	00:39:50
180º	1076	LUIS RODRIGUES	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:03:59	00:39:53
181º	1813	JOAQUIM ALVES	SMAS PORTO	M	M45	POR	00:04:00	00:39:55
182º	811	RUI CAMPOS	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:04:00	00:39:57
183º	1844	TELMA SALGUEIRO	IPBRICK	F	F20	POR	00:04:00	00:39:57
184º	1845	CLAUDIA MONTEIRO	IPBRICK	F	F20	POR	00:04:00	00:39:58
185º	858	CARLOS RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:00	00:39:58
186º	551	JOSE ALVES	G D AIRAO-CURVIA	M	M45	POR	00:04:00	00:40:00
187º	1780	RUI EMANUEL CARVALHAL	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:00	00:40:03
188º	611	ANALBERTO SANTOS	OS PAPA-LEGUAS FAMILICAO	M	M40	POR	00:04:00	00:40:05
189º	841	CARLOS SOUSA	A D C C J CLARK	M	M20	POR	00:04:01	00:40:07
190º	842	FERNANDO SOUSA	A D C C J CLARK	M	M20	POR	00:04:01	00:40:07
191º	1456	PEDRO PONTES	F C VIZELA	M	M20	POR	00:04:01	00:40:07
192º	1368	ANTONIO FONSECA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M45	POR	00:04:01	00:40:07
193º	63	JOSE PEIXOTO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:01	00:40:08
194º	414	ANTONIO CATURNA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:01	00:40:08
195º	575	BENARDO PEREZ	G D LIMPEZA URBANA	M	M50	POR	00:04:01	00:40:09
196º	58	CUSTODIO OLIVEIRA	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	M	M60	POR	00:04:01	00:40:11

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
197º	1503	ALFREDO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:01	00:40:12
198º	1068	ABEL CARVALHO	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:01	00:40:12
199º	1428	BRUNO TAVARES	JOBRA	M	M20	POR	00:04:01	00:40:14
200º	691	SILVERIO GUEDES	C R P S.TIAGO	M	M50	POR	00:04:02	00:40:15
201º	28	JOAQUIM FERREIRA	CYCLONES SANITOP	M	M40	POR	00:04:02	00:40:16
202º	1248	BRUNO CORDEIRO	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:04:02	00:40:16
203º	2667	ANTONIO CORREIA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M50	POR	00:04:02	00:40:18
204º	716	BRUNO MARTINS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:04:02	00:40:18
205º	1182	PAULO FERREIRA	SPORT CLUB PORTO	M	M40	POR	00:04:02	00:40:19
206º	1156	PAULO PEREIRA	CDCR CTT COIMBRA	M	M40	POR	00:04:02	00:40:20
207º	1272	ANTONIO FIGUEIREDO	HOLMES PLACE	M	M65	POR	00:04:02	00:40:21
208º	986	ABILIO MARQUES	ATLETISMO FREAMUNDE	M	M50	POR	00:04:02	00:40:24
209º	2639	JOAO JOSE MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:02	00:40:24
210º	1327	JOSE SILVA	MAIA A C	M	M45	POR	00:04:03	00:40:26
211º	2668	JOAO RIBEIRO	C A VILA BOA DO BISPO	M	M50	POR	00:04:03	00:40:27
212º	2188	LUIS SILVA	SPORTING C BRAGA	M	M50	POR	00:04:03	00:40:27
213º	1431	JOSE TAVARES	JOBRA	M	M55	POR	00:04:03	00:40:29
214º	666	JOSE DIAS	CLUBE PESSOAL EDP PORTO	M	M50	POR	00:04:03	00:40:29
215º	77	VITOR GOMES	C D POVOA	M	M20	POR	00:04:03	00:40:30
216º	958	FERNANDO RAMOS	G D CASTELO DE PAIVA	M	M45	POR	00:04:03	00:40:31
217º	908	MANUEL ALMEIDA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:04:03	00:40:33
218º	667	RUI VELOSO	VITORIA SPORT CLUBE	M	M20	POR	00:04:04	00:40:35
219º	677	FRANCISCO NOVAIS	VITORIA SPORT CLUBE	M	M45	POR	00:04:04	00:40:35
220º	1107	ANTÓNIO MOREIRA	GALITOS	M	M20	POR	00:04:04	00:40:36
221º	519	MARIO LIMA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:04:04	00:40:37
222º	469	EMANUEL MARQUES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M45	POR	00:04:04	00:40:37
223º	620	SERGIO MIGUEL MONTEIRO	C I A ALPENDORADA	M	M20	POR	00:04:04	00:40:42
224º	1116	ANTONIO ROCHA	MEIO MANCOS	M	M55	POR	00:04:04	00:40:44
225º	2534	PAULO FERREIRA	F C PENAFIEL	M	M20	POR	00:04:04	00:40:44
226º	1073	JOAO PINHEIRO	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:04	00:40:44
227º	527	JOSE MONTEIRO	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:05	00:40:47
228º	1911	JOSE SILVA	CIRAC	M	M45	POR	00:04:05	00:40:49
229º	681	HENRIQUE DIAS	VITORIA SPORT CLUBE	M	M45	POR	00:04:05	00:40:50
230º	1770	ALFREDO FRAGA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:05	00:40:52
231º	1366	CARLOS SILVA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:04:05	00:40:52
232º	943	JACINTO OLIVEIRA	SEIXO SPORT CLUB	M	M50	POR	00:04:05	00:40:52
233º	2426	JOSÉ ADELINO	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M45	POR	00:04:06	00:40:56
234º	2268	JOSÉ GONÇALVES	GALITOS	M	M40	POR	00:04:06	00:40:56
235º	1857	JOSE GUIMARAES	N A TAIPAS	M	M45	POR	00:04:06	00:40:57
236º	108	MANUEL GOMES	C I ARGONCILHE	M	M50	POR	00:04:06	00:40:58
237º	641	RUI SANTOS	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:04:06	00:40:59
238º	1620	MANUEL CARNEIRO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:06	00:41:00
239º	2167	SERGIO XISTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:06	00:41:00
240º	42	ANDRE JOAQUIM SILVA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:04:06	00:41:01
241º	1960	NUNO SA	C V PORTO	M	M20	POR	00:04:06	00:41:02
242º	1865	MARCIO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:06	00:41:02
243º	1303	ISIDRO MIRANDA	C D C NAVAIS	M	M50	POR	00:04:06	00:41:04
244º	1414	MIGUEL PAIO	DREAM TEAM	M	M20	POR	00:04:06	00:41:04
245º	1906	JOSE ANTONIO	CIRAC	M	M40	POR	00:04:06	00:41:04

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
246º	115	JOSE SILVA	N A CUCUJAES	M	M40	POR	00:04:06	00:41:04
247º	1877	DANIEL ASCENCIO	ADEC MACIEIRA DE SARNES	M	M20	POR	00:04:07	00:41:06
248º	465	JOAO FERNANDES GONÇALVES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:07	00:41:07
249º	915	JOSE AUGUSTO	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M45	POR	00:04:07	00:41:08
250º	526	PEDRO ALBINO	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:07	00:41:09
251º	1313	RICARDO OTERO	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ESP	00:04:07	00:41:10
252º	1345	NUNO BARRA	MAIA A C	M	M40	POR	00:04:07	00:41:10
253º	1991	JOSE JOAQUIM COSTA	ABEKULAS	M	M20	POR	00:04:07	00:41:11
254º	1814	MANUEL FERREIRA	SMAS PORTO	M	M50	POR	00:04:07	00:41:11
255º	248	GABRIEL COUTINHO	ADEFACEC	M	M20	POR	00:04:07	00:41:12
256º	1465	JORGE XAVIEZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:07	00:41:14
257º	265	PAULO CORREIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:08	00:41:16
258º	1004	CARLOS RIBEIRO	CAVE - ESPOSENDE	M	M40	POR	00:04:08	00:41:19
259º	1084	OCTAVIO BARBOSA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:08	00:41:20
260º	477	LUIS FERREIRA	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:08	00:41:20
261º	1798	RUBEN CASTRO DOMINGUEZ	C A TUY	M	M40	ESP	00:04:08	00:41:21
262º	286	VITOR COELHO	LEOES DO VENEZA	M	M20	POR	00:04:08	00:41:22
263º	984	JOSÉ SÁ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:08	00:41:22
264º	2443	JOAQUIM SACRAMENTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:08	00:41:25
265º	2301	CARLOS CRUZ	OS ROMPE SOLAS	M	M45	POR	00:04:08	00:41:25
266º	240	VITOR MANUEL PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:09	00:41:26
267º	1496	ALA COUTO	RIO LARGO C ESPINHO	M	M20	POR	00:04:09	00:41:26
268º	1243	TIAGO REIGOTA	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:04:09	00:41:26
269º	1494	CARLOS CARDOSO	RIO LARGO C ESPINHO	M	M40	POR	00:04:09	00:41:27
270º	884	MARIO COSTA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:04:09	00:41:28
271º	225	AVELINO NEVES	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M20	POR	00:04:09	00:41:29
272º	836	PATRICIA MONTEIRO	A D C C J CLARK	F	F20	POR	00:04:09	00:41:30
273º	1158	FERNANDO AVELINO	CDCR CTT COIMBRA	M	M20	POR	00:04:09	00:41:30
274º	1077	MANUEL FERREIRA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:09	00:41:31
275º	618	MANUEL GOMES	A R N OS FLECHINHAS	M	M45	POR	00:04:09	00:41:33
276º	2050	ANIBAL PINHO SILVA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:04:09	00:41:34
277º	1101	PAULO GONÇALVES	GALITOS	M	M20	POR	00:04:09	00:41:34
278º	1300	VITOR CORREIA	C D C NAVAIS	M	M20	POR	00:04:09	00:41:34
279º	688	PAULO SANTOS	CLUBE ESCAPAES	M	M20	POR	00:04:10	00:41:36
280º	1184	ALBERTO VALENTE	G D SANTANDER TOTTA	M	M20	POR	00:04:10	00:41:37
281º	1721	RICARDO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:10	00:41:39
282º	479	DIOGO MOREIRA	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:10	00:41:40
283º	1087	ADAO MENDES	A D R OUTEIRENSE	M	M20	POR	00:04:10	00:41:40
284º	2109	JOSÉ SOARES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:10	00:41:41
285º	1292	AUGUSTO PEREIRA	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M55	POR	00:04:10	00:41:43
286º	1409	CLAUDIO QUEIROGA	DINAMO CLUBE ESTAÇÃO	M	M40	POR	00:04:10	00:41:43
287º	259	LUIS SILVA	A A S M	M	M40	POR	00:04:10	00:41:44
288º	1289	AMERICO PINTO	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M45	POR	00:04:10	00:41:44
289º	1155	FERNANDO CARVALHO	CDCR CTT COIMBRA	M	M20	POR	00:04:10	00:41:45
290º	135	AMELIA VIEIRA	G D CASTELO DE PAIVA	F	F20	POR	00:04:10	00:41:45
291º	1384	HUGO COUTO	I-RUN	M	M20	POR	00:04:11	00:41:46
292º	1321	JOSE RICARDO	MAIA A C	M	M20	POR	00:04:11	00:41:46
293º	1297	FILIPA COSTA	C D C NAVAIS	F	F20	POR	00:04:11	00:41:48
294º	968	PAULO MENDES	CLUBE GALP ENERGIA	M	M40	POR	00:04:11	00:41:51

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
295º	209	HUGO LANDOLT SOUSA	REFRIGE	M	M20	POR	00:04:11	00:41:51
296º	196	JOSE EDUARDO ELVAS	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:04:11	00:41:51
297º	612	LUIS MARTINS	A R N OS FLECHINHAS	M	M45	POR	00:04:11	00:41:53
298º	96	MIGUEL NEVES	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:04:12	00:41:55
299º	149	HENRIQUE ARAUJO	CYCLONES SANITOP	M	M20	POR	00:04:12	00:41:56
300º	510	EDUARDO SOARES	IRIVO	M	M45	POR	00:04:12	00:41:59
301º	1427	JOSE VEIGA	JOBRA	M	M20	POR	00:04:12	00:42:01
302º	1413	JORGE VIEIRA	DREAM TEAM	M	M20	POR	00:04:12	00:42:02
303º	1074	JOAO A COSTA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:12	00:42:03
304º	633	CARLOS VALE	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M45	POR	00:04:12	00:42:04
305º	762	JORGE FREITAS	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:04:13	00:42:06
306º	2313	MARINELA MAYO CAAMAÑO	INDIVIDUAL	F	F20	ESP	00:04:13	00:42:06
307º	1085	ANTONIO FERNANDES	A D R OUTEIRENSE	M	M50	POR	00:04:13	00:42:07
308º	913	JOAQUIM ANDRADE	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M45	POR	00:04:13	00:42:08
309º	937	ALBERTO PAULO SILVA CARNEIRO	G C SANTO TIRSO	M	M20	POR	00:04:13	00:42:08
310º	2057	BRUNO CAETANO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:13	00:42:10
311º	1708	FERNANDO CAMELO	S C SALGUEIROS	M	M50	POR	00:04:13	00:42:11
312º	2486	GAUDENCIO LOPES	BUB VISEU	M	M20	POR	00:04:13	00:42:11
313º	674	JOAO SILVA	VITORIA SPORT CLUBE	M	M50	POR	00:04:13	00:42:13
314º	1029	TIAGO BARBOSA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:14	00:42:16
315º	104	NUNO RAPOSO	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:04:14	00:42:18
316º	1348	FERNANDO JORGE PEREIRA	MAIA A C	M	M40	POR	00:04:15	00:42:26
317º	2230	RUI COSTA	CNTEJO	M	M20	POR	00:04:15	00:42:26
318º	329	CANDIDO GUEDES	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:04:15	00:42:28
319º	1314	JUAN CARLOS PAZ GONZÁLEZ	C A R MARISQUEIRO	M	M40	ESP	00:04:15	00:42:29
320º	1307	RAMIRO ALVAREZ	C A R MARISQUEIRO	M	M50	ESP	00:04:15	00:42:29
321º	1287	MIGUEL PEREIRA	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M40	POR	00:04:15	00:42:31
322º	31	ANA NUNES	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	F	F20	POR	00:04:15	00:42:31
323º	2100	EUCLIDES COIMBRA	KAIZEN	M	M50	POR	00:04:15	00:42:32
324º	1079	MARIO CARVALHO	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:16	00:42:36
325º	2271	JAIME GIRALDEZ PEREIRA	ALEJANDRO GOMEZ	M	M40	ESP	00:04:16	00:42:37
326º	317	JOSE MIGUEL ESMERIZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:16	00:42:37
327º	797	PAULO LIMA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:04:16	00:42:37
328º	319	MANUEL JOAQUIM QUEIROZ	MUNDINOX	M	M55	POR	00:04:16	00:42:40
329º	900	RUI MOREIRA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:04:16	00:42:40
330º	1247	MIGUEL CORDEIRO	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:04:16	00:42:41
331º	1738	MANUEL SILVA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:16	00:42:41
332º	340	SILVERIO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:16	00:42:41
333º	297	FILIPE SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:16	00:42:43
334º	2090	JOSE MACHADO	I-RUN	M	M40	POR	00:04:16	00:42:43
335º	601	CARLOS GUERRA	RECREIO DESP AGUEDA	M	M40	POR	00:04:17	00:42:46
336º	2550	JOAQUIM VIEIRA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M55	POR	00:04:17	00:42:46
337º	1126	NUNO LIMA	G C D T - BES	M	M45	POR	00:04:17	00:42:47
338º	470	PEDRO MAGALHAES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:17	00:42:48
339º	1436	PEDRO MIGUEL RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:17	00:42:52
340º	1439	JOAQUIM SANTOS	A R ESTRELAS DO SUL	M	M50	POR	00:04:17	00:42:53
341º	2236	RICARDO PINHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:17	00:42:54
342º	1393	SERGIO AMORIM	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	M	M40	POR	00:04:17	00:42:54
343º	2369	VITOR CARRIÇO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:17	00:42:54

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
344º	1889	ALBERTO RODRIGUES	G D S.PAIO OLEIROS	M	M20	POR	00:04:18	00:42:56
345º	616	DUARTE SILVA	A R N OS FLECHINHAS	M	M20	POR	00:04:18	00:42:56
346º	202	FERNANDO FRANCISCO OLIVEIRA PERE	DASDIKES	M	M55	POR	00:04:18	00:42:57
347º	1564	JOAO MANUEL SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:18	00:42:59
348º	2551	MANUEL VIEIRA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M50	POR	00:04:18	00:43:00
349º	2645	CARLOS VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:18	00:43:00
350º	1003	AURELIO MARQUES	CAVE - ESPOSENDE	M	M45	POR	00:04:18	00:43:00
351º	546	JORGE FERREIRA	G D AIRAO-CURVIA	M	M20	POR	00:04:18	00:43:01
352º	2215	ANTÓNIO FREITAS	CONFRARIA DA BIKE CLUBE	M	M40	POR	00:04:18	00:43:02
353º	962	JOAQUIM PEREIRA	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M55	POR	00:04:18	00:43:02
354º	1939	JOSE RICARDO AREIAS	CASAS ADRIANO ASTROMIL	M	M20	POR	00:04:18	00:43:03
355º	1920	MANUEL FERREIRA	CIRAC	M	M55	POR	00:04:18	00:43:04
356º	566	JULIO SANTOS	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M45	POR	00:04:18	00:43:05
357º	2665	FERNANDO SOUSA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M40	POR	00:04:18	00:43:05
358º	2159	MANUEL OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:18	00:43:05
359º	987	ANDRE PINTO	ATLETISMO FREAMUNDE	M	M20	POR	00:04:18	00:43:05
360º	2217	JOAQUIM MARQUES	TURBO-LENTOS	M	M45	POR	00:04:19	00:43:06
361º	1375	FERNANDO BRANDAO	JUV ATLETICA MOZELENSE	M	M45	POR	00:04:19	00:43:07
362º	2182	JOSÉ ANTONIO MAYO CAAMAÑO	INDIVIDUAL	M	M45	ESP	00:04:19	00:43:07
363º	2300	MANUEL FERNANDO OLIVEIRA	OS ROMPE SOLAS	M	M45	POR	00:04:19	00:43:09
364º	1783	LUIS MIGUEL MARQUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:19	00:43:09
365º	2657	CARLOS DUARTE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:19	00:43:09
366º	494	MARIA RIBEIRO	CLUBE MILLENNIUM BCP	F	F40	POR	00:04:19	00:43:12
367º	76	RUI LEITES	C D POVOA	M	M20	POR	00:04:19	00:43:12
368º	2387	JOAQUIM SABINO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:20	00:43:15
369º	595	RICARDO ROCHA	G A INDEPENDENTES GAIA	M	M20	POR	00:04:20	00:43:16
370º	267	ANTONIO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:20	00:43:16
371º	25	JOSE MACHADO	CYCLONES SANITOP	M	M45	POR	00:04:20	00:43:19
372º	659	ARNALDO RODRIGUES	APFC-SLB105	M	M45	POR	00:04:20	00:43:20
373º	840	RUI MARTINS	A D C C J CLARK	M	M20	POR	00:04:20	00:43:21
374º	1245	PEDRO PERALTA	GRECAS-VAGOS	M	M40	POR	00:04:20	00:43:21
375º	1946	ANTONIO DIAS	C V PORTO	M	M45	POR	00:04:20	00:43:22
376º	1083	NUNO ALVES	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:20	00:43:23
377º	357	MARIO HELDER BOTEQUILHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:20	00:43:24
378º	2278	FERNANDO MARQUES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:20	00:43:24
379º	2242	OCTÁVIO ANDRADE	.COM CLUBE DE ORIENTAÇÃO DO MI	M	M40	POR	00:04:20	00:43:24
380º	2312	VITOR NOVAIS	VIASAUDÁVEL	M	M20	POR	00:04:20	00:43:24
381º	668	LERESPINO NOGUEIRA	VITORIA SPORT CLUBE	M	M60	POR	00:04:21	00:43:26
382º	1898	JOAO CAPA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:21	00:43:26
383º	1876	RUI PINHO	ADEC MACIEIRA DE SARNES	M	M20	POR	00:04:21	00:43:27
384º	1302	CARLOS EUSEBIO	C D C NAVAIS	M	M20	POR	00:04:21	00:43:27
385º	461	PAULO ALEXANDRE MARQUES	MAJESTIC CAFE	M	M40	POR	00:04:21	00:43:28
386º	1163	VITOR MACHADO	TEAM BONO	M	M20	POR	00:04:21	00:43:28
387º	1782	JOSE CARLOS MESQUITA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:21	00:43:31
388º	1249	PAULO ANTONIO	GRECAS-VAGOS	M	M40	POR	00:04:21	00:43:33
389º	1816	HENRIQUE PEREIRA	SMAS PORTO	M	M45	POR	00:04:21	00:43:33
390º	1826	FRANCISCO LEMOS	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:04:21	00:43:34
391º	1447	MANUEL PEIXOTO	OS AMIGOS PAPA MILHAS	M	M40	POR	00:04:21	00:43:34
392º	1697	JOAO GOMES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:21	00:43:34

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
393º	381	PAULO VILAÇA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:04:22	00:43:35
394º	2536	DIONISIO GONÇALVES	MAIA A C	M	M50	POR	00:04:22	00:43:36
395º	1408	OCTAVIO ANDRADE	DINAMO CLUBE ESTAÇÃO	M	M20	POR	00:04:22	00:43:36
396º	960	FRANCISCO MARIO OLIVEIRA COELHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:22	00:43:37
397º	2635	FERNANDO QUEIROZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:22	00:43:37
398º	696	JORGE AUGUSTO	A C SERAPICOS	M	M20	POR	00:04:22	00:43:38
399º	534	CESAR ARAUJO	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:22	00:43:39
400º	309	ORLANDO SA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:22	00:43:40
401º	24	MARTA ANJOS	CYCLONES SANITOP	F	F20	POR	00:04:22	00:43:40
402º	531	VITOR SANTOS	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:22	00:43:41
403º	933	JOSE LEITE	G C SANTO TIRSO	M	M50	POR	00:04:22	00:43:42
404º	480	DANIEL REIS	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:22	00:43:43
405º	1637	JOAQUIM BATISTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:46
406º	1881	ANTONIO SANTOS	G A OS PASSAROES	M	M40	POR	00:04:23	00:43:47
407º	284	PAULO RODRIGUES	LEOES DO VENEZA	M	M45	POR	00:04:23	00:43:47
408º	700	DOMINGOS ALMEIDA	RIBEIRINHOS - VISEU	M	M50	POR	00:04:23	00:43:47
409º	1441	SALVADOR PINHO	A R ESTRELAS DO SUL	M	M45	POR	00:04:23	00:43:48
410º	994	DANIEL ROCHA	CAFE PONTO FINAL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:48
411º	2649	JOSÉ GOMES	CONFRARIA DA BIKE CLUBE	M	M40	POR	00:04:23	00:43:48
412º	996	SERGIO MACHADO	CAFE PONTO FINAL	M	M40	POR	00:04:23	00:43:48
413º	991	CELESTINO SILVA	CAFE PONTO FINAL	M	M45	POR	00:04:23	00:43:49
414º	2412	MANUEL SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:49
415º	553	CARLOS DANIEL BATISTA	JUV ATLETICA MOZELENSE	M	M20	POR	00:04:23	00:43:50
416º	1896	JOSE RIBEIRO	G D S.PAIO OLEIROS	M	M45	POR	00:04:23	00:43:51
417º	2364	BRUNO ARAUJO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:51
418º	2610	FERNANDO FIGUEIREDO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:04:23	00:43:51
419º	1442	NELSON MARQUES	A R ESTRELAS DO SUL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:52
420º	1382	FILIPE RIBEIRO	CLUBE SLOTCAR TROFA	M	M20	POR	00:04:23	00:43:53
421º	266	PEDRO MIGUEL PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:53
422º	2427	RICARDO SOUSA	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M40	POR	00:04:23	00:43:53
423º	307	JOSE SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:23	00:43:53
424º	1563	JOAO PEDRO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:23	00:43:54
425º	1514	AMANDIO FONSECA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:24	00:43:56
426º	543	RICARDO NEVES	G D AIRAO-CURVIA	M	M20	POR	00:04:24	00:43:57
427º	1445	JORGE MACHADO	OS AMIGOS PAPA MILHAS	M	M45	POR	00:04:24	00:43:58
428º	138	CONCEIÇÃO GRARE	PORTORUNNERS	F	F40	POR	00:04:24	00:43:58
429º	525	JOAQUIM NUNES	SAPADORES PORTO	M	M45	POR	00:04:24	00:44:02
430º	1457	MANUEL PEREIRA	F C VIZELA	M	M50	POR	00:04:24	00:44:03
431º	270	JOSE MARIA MAGALHAES PIRES	LEOES DO VENEZA	M	M45	POR	00:04:24	00:44:04
432º	20	BRUNO JESUS	MAIA A C	M	M20	POR	00:04:24	00:44:05
433º	1410	DAVID LOURENÇO	DINAMO CLUBE ESTAÇÃO	M	M40	POR	00:04:25	00:44:06
434º	1682	HILARIO COSTA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:25	00:44:06
435º	1901	JOAQUIM CUNHA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:04:25	00:44:07
436º	2034	CASTO MILLOS	INDIVIDUAL	M	M20	ESP	00:04:25	00:44:07
437º	155	CARLA MENDES	CNIDH	F	F20	POR	00:04:25	00:44:08
438º	530	LUIS TAVARES	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:25	00:44:09
439º	2251	LUIS CARNEIRO	ASSOC. SOLIDARIEDADE HUMANITÁRI	M	M45	POR	00:04:25	00:44:10
440º	1147	PAULO NEVES	C F UNIAO DE LAMAS	M	M40	POR	00:04:25	00:44:10
441º	1330	ANTONIO MOREIRA	MAIA A C	M	M55	POR	00:04:25	00:44:11

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
442º	475	JOAO FERREIRA	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M45	POR	00:04:25	00:44:13
443º	1062	LUIS OSORIO	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M45	POR	00:04:25	00:44:13
444º	97	EDUARDO NEVES	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:04:25	00:44:14
445º	1909	JORGE MANUEL GUEDES DA SILVA MOT	CIRAC	M	M45	POR	00:04:25	00:44:14
446º	1971	SILBINO MOURIÇO	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:04:26	00:44:15
447º	1136	ALVARO MACHADO	G C D T - BES	M	M40	POR	00:04:26	00:44:15
448º	449	IGOR POPIK	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:26	00:44:15
449º	941	ADRIANO QUEIROZ	SEIXO SPORT CLUB	M	M55	POR	00:04:26	00:44:16
450º	888	DIOGO AMORIM	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:04:26	00:44:17
451º	399	FERNANDO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:26	00:44:18
452º	969	JOSE PINTO	GALITOS	M	M20	POR	00:04:26	00:44:18
453º	137	GERALDINO SILVA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:04:26	00:44:18
454º	174	LUIS AZEVEDO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:26	00:44:19
455º	2086	JOÃO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:26	00:44:23
456º	287	RUI COSTA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:26	00:44:24
457º	889	MARIO ALMEIDA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M40	POR	00:04:27	00:44:26
458º	221	ARMANDO MACEDO	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M65	POR	00:04:27	00:44:27
459º	1051	JOSE MARIZ	OS LARANJINHAS	M	M20	POR	00:04:27	00:44:28
460º	268	ARMANDO CERQUEIRA	LEOES DO VENEZA	M	M50	POR	00:04:27	00:44:30
461º	318	FRANCISCO REIS	VIA PORTO PROMETRO SA	M	M20	POR	00:04:27	00:44:30
462º	505	FIRMINO NOGUEIRA	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M45	POR	00:04:27	00:44:30
463º	467	RUI PENA	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:27	00:44:31
464º	2611	LUCINDA SANTOS	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:04:27	00:44:31
465º	1726	RUI SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:27	00:44:32
466º	523	JOAO SANTOS	HEALTH TEAM	M	M20	POR	00:04:27	00:44:34
467º	2573	MANUEL LOPES	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:04:28	00:44:36
468º	1894	ALCINO SANTOS	G D S.PAIO OLEIROS	M	M40	POR	00:04:28	00:44:39
469º	2437	SERGIO JORGE	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:28	00:44:40
470º	2448	TIAGO CUNHA	HOTEL MOUTADOS	M	M20	POR	00:04:28	00:44:40
471º	1240	ELISABETE COSTA	N A MATOSINHOS	F	F20	POR	00:04:28	00:44:42
472º	2644	JOSE FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:28	00:44:43
473º	2223	MANUEL OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:28	00:44:44
474º	1291	JOSE BRITO	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M50	POR	00:04:28	00:44:44
475º	2297	RUI EUSEBIO	OS ROMPE SOLAS	M	M40	POR	00:04:28	00:44:44
476º	2205	PAULO VALDEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:28	00:44:44
477º	362	ANTONIO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:28	00:44:45
478º	945	ANTONIO OLIVEIRA	SEIXO SPORT CLUB	M	M45	POR	00:04:29	00:44:46
479º	993	JORGE COSTA	CAFE PONTO FINAL	M	M45	POR	00:04:29	00:44:46
480º	581	AUGUSTO RACHAO	UNIDOS AO SARIÇO	M	M45	POR	00:04:29	00:44:46
481º	1555	NUNO PAIVA	AS 11 NO FAROL	M	M40	POR	00:04:29	00:44:48
482º	2458	RUI DANIEL SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:29	00:44:48
483º	456	ARMANDO COSTA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:29	00:44:48
484º	253	FILIPPE MARQUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:29	00:44:52
485º	919	LIMA NUNES	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M50	POR	00:04:29	00:44:52
486º	1067	PEDRO MENDES	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M45	POR	00:04:29	00:44:53
487º	1548	VASCO PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:29	00:44:53
488º	2774	SARA ARAUJO	SPORT ZONE	F	F20	POR	00:04:29	00:44:53
489º	2652	FERNANDO MENDES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:29	00:44:53
490º	920	ROMEU SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:29	00:44:54

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
491º	1352	JOAQUIM SILVA	A COMERCIANTES PORTO	M	M50	POR	00:04:30	00:44:55
492º	482	JOSE NUNO MARQUES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:30	00:44:55
493º	57	HERMINIA PEREIRA	ESCOLA A ROSA OLIVEIRA	F	F40	POR	00:04:30	00:44:55
494º	1878	LUIS PINHO	ADEC MACIEIRA DE SARNES	M	M45	POR	00:04:30	00:44:56
495º	2389	MANUEL TAVARES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:30	00:44:57
496º	619	ANDRE NOGUEIRA	A R N OS FLECHINHAS	M	M20	POR	00:04:30	00:44:58
497º	1277	FERNANDO FRAGA	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:04:30	00:44:58
498º	1259	JOAO RIQUEZA	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:04:30	00:44:58
499º	942	HELENA FERREIRA	SEIXO SPORT CLUB	F	F40	POR	00:04:30	00:45:01
500º	1912	ALCIDES SALES	CIRAC	M	M50	POR	00:04:30	00:45:01
501º	685	RAMIRO PINHEIRO	VITORIA SPORT CLUBE	M	M20	POR	00:04:30	00:45:01
502º	323	JOSE MOTA	OS INDOMAVEIS	M	M45	POR	00:04:30	00:45:02
503º	1730	DAVID SOUSA	SUNSET RUNNERS	M	M40	POR	00:04:30	00:45:02
504º	161	JOAO CARLOS OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:30	00:45:02
505º	1140	HUGO FERNANDES	C F UNIAO DE LAMAS	M	M20	POR	00:04:30	00:45:03
506º	41	PAULO REIS	SPORT ZONE	M	M40	POR	00:04:30	00:45:04
507º	68	PEDRO BRIZIDO	TERRORES DO ASFALTO	M	M20	POR	00:04:30	00:45:05
508º	2310	ISAÍAS SÁ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:31	00:45:06
509º	559	JORGE FARIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:31	00:45:07
510º	1985	NEUZA .	ACADEMIA ATTITUDE	F	F20	POR	00:04:31	00:45:07
511º	1002	ILIDIO PEIXOTO	CAVE - ESPOSENDE	M	M45	POR	00:04:31	00:45:07
512º	1037	ARTUR FERRAZ	A KARATE FELGUEIRAS	M	M50	POR	00:04:31	00:45:07
513º	1755	ALEXANDRE SARAIVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:31	00:45:08
514º	402	ADRIANO DELFIM SANTOS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:31	00:45:08
515º	2218	JOAQUIM OLIVEIRA	TURBO-LENTOS	M	M20	POR	00:04:31	00:45:09
516º	640	JOEL GOUVEIA	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:04:31	00:45:09
517º	1491	JOAQUIM GOMES	RIO LARGO C ESPINHO	M	M55	POR	00:04:31	00:45:09
518º	614	PAULO FREITAS	A R N OS FLECHINHAS	M	M20	POR	00:04:31	00:45:10
519º	210	SANDRO DAVID SILVA	REFRIGE	M	M20	POR	00:04:31	00:45:10
520º	1642	MARINHO BATISTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:31	00:45:10
521º	1000	CANDIDO MONTEIRO	A D AMARANTE	M	M50	POR	00:04:31	00:45:12
522º	102	MARISA PEREIRA	GIRAL SOL-RAMOS CATARINO	F	F20	POR	00:04:31	00:45:12
523º	179	PEDRO MIGUEL PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:31	00:45:12
524º	638	CELMO MOREIRA	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:04:31	00:45:14
525º	1235	ANGELO PEREIRA	N A MATOSINHOS	M	M45	POR	00:04:32	00:45:15
526º	545	ANGELO FERREIRA	G D AIRAO-CURVIA	M	M20	POR	00:04:32	00:45:15
527º	1566	CESAR NEVES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:32	00:45:15
528º	1858	CUSTODIA RODRIGUES	N A TAIPAS	F	F20	POR	00:04:32	00:45:16
529º	1387	MANUEL COSTA	CLUBE SLOTCAR TROFA	M	M50	POR	00:04:32	00:45:17
530º	405	DOMINGOS GOMES PINTO	C A AVINTES	M	M50	POR	00:04:32	00:45:19
531º	101	LUIS GIL	C S MARITIMO	M	M20	POR	00:04:32	00:45:19
532º	2288	ANTONIO MOTA	OS ROMPE SOLAS	M	M55	POR	00:04:32	00:45:20
533º	1373	AUGUSTO BATISTA	JUV ATLETICA MOZELENSE	M	M50	POR	00:04:32	00:45:20
534º	2091	NELSON MACHADO	I-RUN	M	M20	POR	00:04:32	00:45:20
535º	1098	ANTONIO FALCAO	GALITOS	M	M20	POR	00:04:32	00:45:21
536º	1448	ANTONIO MACHADO	OS AMIGOS PAPA MILHAS	M	M40	POR	00:04:32	00:45:22
537º	1096	CARLOS ROCHA	GALITOS	M	M20	POR	00:04:32	00:45:22
538º	1186	FILIPE LIMA	G D SANTANDER TOTTA	M	M20	POR	00:04:32	00:45:23
539º	891	VITOR MARQUES	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:04:32	00:45:24

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
540º	728	EVELINA SHAMAROVA	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:04:32	00:45:24
541º	959	MANUEL VIEIRA	G D CASTELO DE PAIVA	M	M55	POR	00:04:32	00:45:25
542º	911	ARMANDO BASTOS	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:04:32	00:45:25
543º	1238	TIAGO COSTA	N A MATOSINHOS	M	M20	POR	00:04:32	00:45:25
544º	1360	JOAO OLIVEIRA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M50	POR	00:04:32	00:45:25
545º	1363	ANDRE FERREIRA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:04:33	00:45:26
546º	1294	AVELINO PEREIRA	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M65	POR	00:04:33	00:45:27
547º	1244	PEDRO REIGOTA	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:04:33	00:45:27
548º	1710	ARMANDO PASCOAL	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:33	00:45:27
549º	2015	GERMANO RUAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:33	00:45:28
550º	1355	ANTONIO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:33	00:45:28
551º	2661	PEDRO TEIXEIRA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M20	POR	00:04:33	00:45:29
552º	1573	PEDRO NUNO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:33	00:45:29
553º	648	MANUEL BARREIRA	D A RECARDAES	M	M65	POR	00:04:33	00:45:30
554º	2414	ALBERTO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:33	00:45:30
555º	2450	HÉLIO MACHADO	HOTEL MOUTADOS	M	M20	POR	00:04:33	00:45:31
556º	1538	IVO FILIPE NUNES	INFANTE D.HENRIQUE	M	M20	POR	00:04:33	00:45:32
557º	973	GLORIA BAPTISTA	TERRORES DO ASFALTO	F	F40	POR	00:04:33	00:45:32
558º	487	CARLA MENDES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	F	F20	POR	00:04:33	00:45:33
559º	2543	JOSE GARCIA ESTEVEZ	ATLETISMO MILLADOIRO	M	M20	ESP	00:04:33	00:45:33
560º	588	EVARISTO MARTINEZ	SAR-APOUTADA	M	M40	ESP	00:04:33	00:45:33
561º	656	PEDRO MATOS	APFC-SLB105	M	M40	POR	00:04:33	00:45:33
562º	298	FERNANDO VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:04:33	00:45:33
563º	2032	NUNO ANDRADE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:34	00:45:35
564º	1308	ROBERTO GARCÍA	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ESP	00:04:34	00:45:36
565º	1729	CANDIDO FRANCO	SUNSET RUNNERS	M	M20	POR	00:04:34	00:45:36
566º	154	NUNO COUTINHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:34	00:45:36
567º	1495	MANUEL SILVA	RIO LARGO C ESPINHO	M	M40	POR	00:04:34	00:45:38
568º	375	PEDRO MANUEL GUIMARAES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:34	00:45:38
569º	201	RICARDO ROCHA	DASDIKES	M	M20	POR	00:04:34	00:45:39
570º	2311	HUGO FARDILHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:34	00:45:39
571º	1492	ALVARO REIS	RIO LARGO C ESPINHO	M	M45	POR	00:04:34	00:45:40
572º	1246	EUGENIO BRIGA	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:04:34	00:45:40
573º	313	JOSE SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:34	00:45:40
574º	646	VICTOR CAMPOS	D A RECARDAES	M	M55	POR	00:04:34	00:45:41
575º	1748	AMANDIO PINHEIRO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:34	00:45:41
576º	627	ANTONIO MORAIS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:34	00:45:41
577º	1809	ANTONIO SOUTO	SMAS PORTO	M	M50	POR	00:04:34	00:45:42
578º	1221	SERAFIM MARTINS	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M55	POR	00:04:34	00:45:42
579º	1329	DOMINGOS SAAVEDRA	MAIA A C	M	M55	POR	00:04:34	00:45:43
580º	676	ALBERTO MENDES	VITORIA SPORT CLUBE	M	M40	POR	00:04:34	00:45:43
581º	2350	EZEQUIEL FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:34	00:45:45
582º	1885	VICTOR SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:35	00:45:46
583º	695	ALEXANDRE SILVA	C R P S.TIAGO	M	M50	POR	00:04:35	00:45:47
584º	1862	ADAO FRANÇA	SAO VICENTE IRIVO	M	M60	POR	00:04:35	00:45:50
585º	579	FILIPE SOUSA	UNIDOS AO SARIÇO	M	M20	POR	00:04:35	00:45:50
586º	1975	JOSE AFONSO	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:04:35	00:45:50
587º	843	FRANCISCO BARBOSA	A D C C J CLARK	M	M20	POR	00:04:35	00:45:51
588º	1418	NUNO SILVA	DREAM TEAM	M	M20	POR	00:04:35	00:45:51

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
589º	1781	JOAO BARBOSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:35	00:45:51
590º	54	ARTUR FREITAS	LIBERTY SEGUROS	M	M60	POR	00:04:35	00:45:52
591º	528	RUI ARAUJO	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:35	00:45:52
592º	529	ANTONIO COELHO	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:04:35	00:45:52
593º	2269	RUI CARVALHO	BIO-RUNNERS	M	M20	POR	00:04:35	00:45:53
594º	1128	ARMINDA SOARES	G C D T - BES	F	F40	POR	00:04:35	00:45:54
595º	489	JOSE ALBERTO BRITO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:35	00:45:54
596º	1421	SAMUEL NEVES	DREAM TEAM	M	M20	POR	00:04:36	00:45:55
597º	878	FILIPE CUNHA	OS 5 À HORA	M	M20	POR	00:04:36	00:45:56
598º	2054	ANTONIO JOSE SOARES	CENTRO VEGETARIANO	M	M45	POR	00:04:36	00:45:57
599º	442	JOAO OLIVEIRA	G D SANTANDER TOTTA	M	M40	POR	00:04:36	00:45:57
600º	2529	JOSE LUIS LOUREIRO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:36	00:45:57
601º	890	CARLOS FERREIRA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M50	POR	00:04:36	00:45:57
602º	1951	PAULO RIBEIRO	C V PORTO	M	M45	POR	00:04:36	00:45:58
603º	139	MARISA CAETANO	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:04:36	00:45:58
604º	1806	RUI BAPTISTA	ABEKULAS	M	M40	POR	00:04:36	00:45:59
605º	1102	PAULO PEREIRA	GALITOS	M	M20	POR	00:04:36	00:45:59
606º	1536	RICARDO ANTÓNIO SANTOS NETO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:36	00:46:01
607º	1828	JOSE CUNHA	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:04:36	00:46:02
608º	1915	JOSE MARTINS	CIRAC	M	M50	POR	00:04:36	00:46:02
609º	2430	FERNANDO SANTOS	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M20	POR	00:04:36	00:46:03
610º	568	JOSE COSTA	G D LIMPEZA URBANA	M	M45	POR	00:04:36	00:46:05
611º	961	MANUEL LOPES	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M50	POR	00:04:37	00:46:06
612º	1799	JORGE AIDOS ROCHA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:37	00:46:06
613º	2002	PEDRO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:07
614º	1794	RUI PEDRO PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:07
615º	605	TIAGO JESUS	RECREIO DESP AGUEDA	M	M20	POR	00:04:37	00:46:07
616º	1485	JORGE COUTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:07
617º	342	JOSE MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:09
618º	252	RUI MIGUEL PAULO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:10
619º	2319	RUI VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	ANG	00:04:37	00:46:10
620º	1086	FRANCISCO PINTO	A D R OUTEIRENSE	M	M45	POR	00:04:37	00:46:10
621º	1367	VIRGULINO BASTOS	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M45	POR	00:04:37	00:46:11
622º	1453	RUI FERREIRA	F C VIZELA	M	M20	POR	00:04:37	00:46:11
623º	985	FERNANDO SANTOS	ATLETISMO FREAMUNDE	M	M45	POR	00:04:37	00:46:11
624º	2243	TANIA COSTA	.COM CLUBE DE ORIENTAÇÃO DO MI	F	F20	POR	00:04:37	00:46:13
625º	178	OSCAR LOUREIRO	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:04:37	00:46:13
626º	587	HELDER PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:13
627º	590	PEDRO ALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:37	00:46:13
628º	2298	CESAR CANITO	OS ROMPE SOLAS	M	M20	POR	00:04:38	00:46:15
629º	1616	JULIO MONTEIRO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:38	00:46:15
630º	535	ARMANDO OLIVEIRA	CASA BENFICA LOUSADA	M	M50	POR	00:04:38	00:46:17
631º	493	AGOSTINHO MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:38	00:46:18
632º	698	FABIO JOSE COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:38	00:46:19
633º	52	MANUEL PINHEIRO	LIBERTY SEGUROS	M	M40	POR	00:04:38	00:46:19
634º	1401	TONY PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:38	00:46:21
635º	1853	IVAN TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:38	00:46:21
636º	1220	AFONSO MOURA	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M55	POR	00:04:38	00:46:21
637º	1754	DIOGO PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:38	00:46:22

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
638º	853	PEDRO MAIA	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M20	POR	00:04:38	00:46:24
639º	411	RUI MACHADO	F C PORTO	M	M20	POR	00:04:39	00:46:26
640º	227	ALBERTO MARQUES	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M20	POR	00:04:39	00:46:27
641º	1312	RAQUEL GUIMARAES	C A R MARISQUEIRO	F	F20	POR	00:04:39	00:46:27
642º	1311	JOSE ENRIQUE ARAUJO	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ESP	00:04:39	00:46:27
643º	692	JOSE MORAIS	C R P S.TIAGO	M	M40	POR	00:04:39	00:46:28
644º	2615	PEDRO SOARES COSTA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:04:39	00:46:28
645º	1339	FERNANDO LEITE	MAIA A C	M	M50	POR	00:04:39	00:46:29
646º	748	SILVERIO PINTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:39	00:46:29
647º	1699	ANTONIO CANELHAS	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:39	00:46:30
648º	1513	LUIS RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:39	00:46:30
649º	2664	JOSE PESSOA	C A VILA BOA DO BISPO	M	M45	POR	00:04:39	00:46:31
650º	904	ANTONIO AZEVEDO	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M50	POR	00:04:39	00:46:31
651º	946	FERNANDO VIEIRA	SEIXO SPORT CLUB	M	M55	POR	00:04:39	00:46:31
652º	112	MIGUEL PAIVA	GINASIO CLUBE VILACONDENSE	M	M20	POR	00:04:39	00:46:32
653º	635	JORGE MANUEL GOMES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:39	00:46:32
654º	1058	JOSE MANTA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M50	POR	00:04:40	00:46:35
655º	508	JOSE AZEVEDO	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M40	POR	00:04:40	00:46:35
656º	491	ARMANDO CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:40	00:46:36
657º	2087	HELDER VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:40	00:46:37
658º	1263	LUCIANO RIBEIRO	HOLMES PLACE	M	M40	POR	00:04:40	00:46:38
659º	2365	CARLOS CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M20	ALE	00:04:40	00:46:39
660º	250	RAMIRO COSTA	ADEFACEC	M	M20	POR	00:04:40	00:46:42
661º	928	JOSE GOMES	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M55	POR	00:04:40	00:46:42
662º	1650	FERNANDO MANUEL GOMES ROCHA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:40	00:46:43
663º	2478	PEDRO MAIA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:40	00:46:43
664º	458	MANUEL SILVA	FALTA D AR	M	M40	POR	00:04:40	00:46:44
665º	1777	CONSTANTINO VIEIRA	FALTA D AR	M	M55	POR	00:04:40	00:46:44
666º	609	RUTE SEABRA OLIVEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:04:40	00:46:44
667º	2506	MICHAEL VOSBERG	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ALE	00:04:40	00:46:45
668º	1035	DANILO PEREIRA	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:04:41	00:46:46
669º	1242	LUIS GOMES	N A MATOSINHOS	M	M20	POR	00:04:41	00:46:48
670º	1594	VICTOR MOREIRA	B V MOREIRA - MAIA	M	M20	POR	00:04:41	00:46:48
671º	200	MANUEL COSTA	DASDIKES	M	M50	POR	00:04:41	00:46:49
672º	2009	NELSON MACHADO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:41	00:46:49
673º	2153	MODESTO MARTINEZ ZUÑIGA	INDIVIDUAL	M	M40	ESP	00:04:41	00:46:51
674º	2154	MIGUEL RIOS	INDIVIDUAL	M	M40	ESP	00:04:41	00:46:51
675º	223	CARLOS TAVARES	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M40	POR	00:04:41	00:46:52
676º	934	MANUEL CUNHA	G C SANTO TIRSO	M	M45	POR	00:04:41	00:46:52
677º	1171	BERTINO MIRANDA	SDC RUNNERS	M	M20	POR	00:04:41	00:46:53
678º	823	SERGIO PETEJO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:41	00:46:53
679º	1913	MANUEL OLIVEIRA	CIRAC	M	M50	POR	00:04:42	00:46:55
680º	1524	ANTONIO RICARDO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:42	00:46:56
681º	1121	SALVADOR SILVA	G C D T - BES	M	M20	POR	00:04:42	00:46:56
682º	220	RUI ALVES	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M20	POR	00:04:42	00:46:57
683º	1599	FLORIMUNDO NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:42	00:46:58
684º	1301	ARMANDO JUNQUEIRA	C D C NAVAIS	M	M20	POR	00:04:42	00:46:58
685º	285	JOSÉ CORREIA	LEOES DO VENEZA	M	M60	POR	00:04:42	00:46:58
686º	1200	FERNANDO COELHO	ESTORNORTE	M	M40	POR	00:04:42	00:46:58

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
687º	1402	JOAQUIM VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:42	00:46:59
688º	2043	PAULO VAZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:42	00:46:59
689º	251	JOAO CARLOS PAULO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:42	00:46:59
690º	2578	JOSE ANTONIO PEREIRA	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:04:42	00:47:00
691º	242	BRIGIDA PINTO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:04:42	00:47:00
692º	672	JOAQUIM FARIA	VITORIA SPORT CLUBE	M	M45	POR	00:04:42	00:47:01
693º	2480	JORGE PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:42	00:47:01
694º	226	ANTONIO MOTA	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M50	POR	00:04:42	00:47:01
695º	670	JOAO OLIVEIRA	VITORIA SPORT CLUBE	M	M45	POR	00:04:42	00:47:02
696º	935	FRANCISCO PIMENTA	G C SANTO TIRSO	M	M40	POR	00:04:42	00:47:03
697º	2752	BRUNO ALBUQUERQUE	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:04:42	00:47:03
698º	1568	JOSE SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:42	00:47:04
699º	2557	PEDRO FARIA COSTA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:04:42	00:47:04
700º	280	JOSE RESENDE	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:04:43	00:47:06
701º	972	ISABEL HENRIQUES	TERRORES DO ASFALTO	F	F20	POR	00:04:43	00:47:06
702º	1523	LAURINDO SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:43	00:47:07
703º	2532	ANTONIO BARBOSA	F C PENAFIEL	M	M20	POR	00:04:43	00:47:07
704º	1954	CARLOS FREIRE	C V PORTO	M	M50	POR	00:04:43	00:47:07
705º	661	ANTONIO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:43	00:47:08
706º	2035	ELEUTERIO IGLESIAS GÓMEZ	INDIVIDUAL	M	M40	ESP	00:04:43	00:47:09
707º	1218	MANUEL SANTOS	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M20	POR	00:04:43	00:47:10
708º	613	JOAQUIM FERREIRA	A R N OS FLECHINHAS	M	M55	POR	00:04:43	00:47:10
709º	92	MANUEL SANTOS	C I ARGONCILHE	M	M55	POR	00:04:43	00:47:11
710º	650	MANUEL PINTO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:43	00:47:11
711º	471	CHRISTOPH SERMERSHEIM	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M50	POR	00:04:43	00:47:12
712º	1618	RUI MIGUEL HENRIQUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:16
713º	1602	ENEIAS COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:16
714º	177	JOSE AVELINO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:44	00:47:16
715º	1854	PAULO JORGE SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:44	00:47:16
716º	300	ANTONIO CALDAS	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:04:44	00:47:17
717º	644	MIGUEL OLIVEIRA	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:04:44	00:47:18
718º	2305	NUNO FIDALGO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:18
719º	2549	JOSE SOUSA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M50	POR	00:04:44	00:47:19
720º	180	ALFREDO CUNHA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:44	00:47:21
721º	281	JOSE NOVAIS	LEOES DO VENEZA	M	M50	POR	00:04:44	00:47:21
722º	947	NUNO FREITAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:21
723º	192	JOSE ABREU CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:21
724º	2186	HELDER CAMPOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:22
725º	2613	JOAQUIM SOUSA	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:04:44	00:47:23
726º	2640	RUI JESUS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:24
727º	565	CARLOS MIGUEL FARIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:24
728º	990	CARLOS FIGUEIREDO	CAFE PONTO FINAL	M	M20	POR	00:04:44	00:47:25
729º	2252	JOAQUIM FREITAS	ASSOC. SOLIDARIEDADE HUMANITÁRI	M	M65	POR	00:04:44	00:47:25
730º	2250	ARMANDO OLIVEIRA	ASSOC. SOLIDARIEDADE HUMANITÁRI	M	M40	POR	00:04:44	00:47:25
731º	81	NILZA SOUSA	C D POVOA	F	F20	POR	00:04:45	00:47:26
732º	443	FILIPPE POÇAS COIMBRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:45	00:47:26
733º	1411	PEDRO CUNHA	DINAMO CLUBE ESTAÇÃO	M	M20	POR	00:04:45	00:47:26
734º	1468	LUIS LIMA	TRANSPORTES LIMA	M	M50	POR	00:04:45	00:47:27
735º	421	MIGUEL PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:45	00:47:27

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
736º	1009	JORGE LOUREIRO	CAVE - ESPOSENDE	M	M60	POR	00:04:45	00:47:28
737º	1893	JORGE SILVA	G D S.PAIO OLEIROS	M	M40	POR	00:04:45	00:47:28
738º	514	FERNANDO SANTOS	SPORTOLICOS TT	M	M50	POR	00:04:45	00:47:29
739º	1383	FRANCISCO MIRANDA	CLUBE SLOTCAR TROFA	M	M20	POR	00:04:45	00:47:30
740º	292	PAULA ALVADIA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:04:45	00:47:31
741º	2328	HENRIQUE COELHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:45	00:47:31
742º	190	VITOR MANUEL SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:45	00:47:32
743º	1205	AMILCAR MANUEL DA SILVA COSTA	ESTORNORTE	M	M20	POR	00:04:45	00:47:32
744º	1336	JORGE MOREIRA	MAIA A C	M	M45	POR	00:04:45	00:47:32
745º	542	MANUEL TEIXEIRA	CASA BENFICA LOUSADA	M	M45	POR	00:04:45	00:47:33
746º	2494	JULIO ÁLVAREZ ESTÉVEZ	INDIVIDUAL	M	M40	ESP	00:04:45	00:47:34
747º	1423	MARIO FERNANDES	DREAM TEAM	M	M45	POR	00:04:45	00:47:34
748º	714	ANTONIO SANTOS	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:04:46	00:47:37
749º	36	ANDRE MIGUEL ROCHA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:04:46	00:47:38
750º	1470	MARCIO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:46	00:47:39
751º	669	LEANDRO PINTO	VITORIA SPORT CLUBE	M	M20	POR	00:04:46	00:47:41
752º	1179	LEONARDO CEREJEIRA	SDC RUNNERS	M	M50	POR	00:04:46	00:47:42
753º	1187	JOSE NEVES	A B C PORTO	M	M20	POR	00:04:46	00:47:42
754º	2295	ANTÓNIO COSTA	OS ROMPE SOLAS	M	M45	POR	00:04:46	00:47:42
755º	1972	RUI BALDAIA	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:04:46	00:47:43
756º	100	MARCELINO SANTOS	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:04:46	00:47:45
757º	94	ORLANDO BARBOSA	G D R RETORTA	M	M20	POR	00:04:46	00:47:45
758º	1371	JOSE SILVA	JUV ATLETICA MOZELENSE	M	M50	POR	00:04:47	00:47:47
759º	388	RUI LOPES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:47	00:47:49
760º	617	ANTONIO COUTINHO	A R N OS FLECHINHAS	M	M60	POR	00:04:47	00:47:50
761º	1815	FRANCISCO ROCHA	SMAS PORTO	M	M45	POR	00:04:47	00:47:50
762º	989	JOAQUIM MOREIRA	ATLETISMO FREAMUNDE	M	M45	POR	00:04:47	00:47:52
763º	2470	LUÍS TELMO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:47	00:47:52
764º	1917	ROGERIO SILVA	CIRAC	M	M50	POR	00:04:47	00:47:53
765º	610	FILIPE COSTA	OS PAPA-LEGUAS FAMILICAO	M	M20	POR	00:04:47	00:47:54
766º	1830	PEDRO LOPES	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:04:48	00:47:55
767º	1879	PAULO PINHO	ADEC MACIEIRA DE SARNES	M	M40	POR	00:04:48	00:47:55
768º	163	FERNANDO BERNARDINO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:48	00:47:56
769º	506	JOSE PIRES	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M40	POR	00:04:48	00:47:56
770º	675	MARIA FERREIRA	VITORIA SPORT CLUBE	F	F40	POR	00:04:48	00:47:57
771º	2174	PAULO ALMEIDA	CLUBE NAVAL INFANTE D. HENRIQUE	M	M40	POR	00:04:48	00:47:58
772º	310	JOSE ALVES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:48	00:47:58
773º	1950	PEDRO CARDOSO	C V PORTO	M	M45	POR	00:04:48	00:47:59
774º	237	JOSE JULIO FERNANDES VILACA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:48	00:48:01
775º	2348	OSCAR FREIJEIRO	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ESP	00:04:48	00:48:02
776º	966	MARCO ALMEIDA	CLUBE GALP ENERGIA	M	M20	POR	00:04:48	00:48:04
777º	2503	FERNANDO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:48	00:48:04
778º	387	PEDRO BRITO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:48	00:48:05
779º	536	ANTONIO OLIVEIRA	CASA BENFICA LOUSADA	M	M50	POR	00:04:48	00:48:05
780º	1310	FRANCISCO SERRANO	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ESP	00:04:49	00:48:06
781º	141	ILIDIO SANTOS	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:04:49	00:48:06
782º	271	ANTONIO SILVA	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:04:49	00:48:07
783º	1749	ANTONIO MAIA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:49	00:48:08
784º	1733	FERNANDO MENDES	SUNSET RUNNERS	M	M40	POR	00:04:49	00:48:09

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
785º	1064	MANUEL RAMOS	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M65	POR	00:04:49	00:48:09
786º	903	VIRGILIO SILVA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M50	POR	00:04:49	00:48:10
787º	914	EDUARDO MATOS	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M60	POR	00:04:49	00:48:10
788º	1696	JOSE SANTOS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:49	00:48:10
789º	1185	ARMANDINO TABORDA	G D SANTANDER TOTTA	M	M55	POR	00:04:49	00:48:11
790º	70	DONZILIA SILVA	TERRORES DO ASFALTO	F	F40	POR	00:04:49	00:48:11
791º	2196	HERNANI SARMENTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:49	00:48:12
792º	1422	JOAO MAIA	DREAM TEAM	M	M50	POR	00:04:49	00:48:14
793º	679	CASIMIRO FERNANDES	VITORIA SPORT CLUBE	M	M50	POR	00:04:50	00:48:15
794º	2447	RICARDO PEREIRA	HOTEL MOUTADOS	M	M20	POR	00:04:50	00:48:16
795º	558	PEDRO PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:16
796º	1900	FERNANDO SALVADOR	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:17
797º	1940	PEDRO JORGE DIAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:17
798º	412	ANTONIO FERNANDO CASTRO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:50	00:48:17
799º	2651	JOAO MATOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:18
800º	492	MARC DEMUTH	INDIVIDUAL	M	M20	LUX	00:04:50	00:48:19
801º	1167	RUI ALVES	TEAM BONO	M	M20	POR	00:04:50	00:48:20
802º	603	FILIFE ALMEIDA	RECREIO DESP AGUEDA	M	M20	POR	00:04:50	00:48:22
803º	645	ARLINDO SANTOS	D A RECARDAES	M	M60	POR	00:04:50	00:48:22
804º	2099	RUI LOBATO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:23
805º	2416	RUI MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:24
806º	1059	JOSE ANDRE	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M50	POR	00:04:50	00:48:25
807º	1590	MIGUEL LOUREIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:50	00:48:25
808º	606	DIOGO MOREIRA	RECREIO DESP AGUEDA	M	M20	POR	00:04:51	00:48:26
809º	2202	PH VAZ SILVA	HEALTH TEAM	M	M20	BRA	00:04:51	00:48:26
810º	1417	JOAO CATALAO	DREAM TEAM	M	M20	POR	00:04:51	00:48:27
811º	1829	LUIS SAMPAIO	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:04:51	00:48:27
812º	1835	ANTONIO GUIMARAES	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:04:51	00:48:27
813º	222	VICTOR LIMA	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M40	POR	00:04:51	00:48:28
814º	2081	LEANDRO CAETANO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:51	00:48:29
815º	2342	VITOR NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:51	00:48:30
816º	205	ARMANDO JORGE REIS	CP IVA - CASA DO PESSOAL IVA	M	M20	POR	00:04:51	00:48:31
817º	2181	LUIS CARDOSO	WELLDOMUS	M	M20	POR	00:04:51	00:48:31
818º	2383	LUIS TRIGO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:51	00:48:32
819º	977	JOAO CHAVES	TERRORES DO ASFALTO	M	M20	POR	00:04:51	00:48:32
820º	2008	PEDRO MARQUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:51	00:48:32
821º	1831	JACINTO RIBEIRO	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M40	POR	00:04:51	00:48:33
822º	1099	HERNANI AMARAL	GALITOS	M	M55	POR	00:04:51	00:48:34
823º	602	AMILCAR HENRIQUES	RECREIO DESP AGUEDA	M	M40	POR	00:04:51	00:48:34
824º	2195	RUI RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:51	00:48:34
825º	294	BELMIRO JOSE RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:52	00:48:35
826º	560	DANIEL FILIFE CRUZ	I-RUN	M	M20	POR	00:04:52	00:48:36
827º	2339	JOAQUIM FERREIRA	I-RUN	M	M20	POR	00:04:52	00:48:37
828º	110	NUNO SILVA	C I ARGONCILHE	M	M20	POR	00:04:52	00:48:37
829º	2179	ANTÓNIO MATOS	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:04:52	00:48:37
830º	434	ANDRE MAGALHAES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:52	00:48:37
831º	779	MANUEL MATOS	PORTORUNNERS	M	M55	POR	00:04:52	00:48:38
832º	988	ANTONIO MARTINS	ATLETISMO FREAMUNDE	M	M45	POR	00:04:52	00:48:38
833º	1148	ANTONIO BRANDAO	CAIXA GERAL DE DEPOSITOS - OVAR	M	M50	POR	00:04:52	00:48:40

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
834º	2245	JOAO GONÇALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:52	00:48:40
835º	824	VALENTIN FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:52	00:48:40
836º	1012	JAIME PEREIRA	A D AMARANTE	M	M55	POR	00:04:52	00:48:41
837º	1365	ADRIANO SILVA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M50	POR	00:04:52	00:48:41
838º	1425	TIAGO COUTO	OS PAPA-LEGUAS FAMILICAO	M	M20	POR	00:04:52	00:48:42
839º	348	VITOR HUGO MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:52	00:48:44
840º	912	FRANCISCO NETO	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M45	POR	00:04:52	00:48:44
841º	845	FILIPE NASCIMENTO	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M20	POR	00:04:52	00:48:45
842º	2227	MIGUEL RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:53	00:48:46
843º	2544	FRANCISCO PAIS TRIGO	INDIVIDUAL	M	M20	ESP	00:04:53	00:48:47
844º	1075	JOAO G COSTA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:53	00:48:48
845º	218	ROGER FILIPE COSTA	REFRIGE	M	M20	POR	00:04:53	00:48:49
846º	1042	MARCIO TEIXEIRA	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:04:53	00:48:49
847º	1874	MANUEL BRANDAO	KAGADOS	M	M50	POR	00:04:53	00:48:50
848º	1145	MIGUEL BARBOSA	C F UNIAO DE LAMAS	M	M40	POR	00:04:53	00:48:51
849º	228	AGOSTINHO COSTA	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M50	POR	00:04:53	00:48:51
850º	1204	ANTONIO CARVALHO	ESTORNORTE	M	M40	POR	00:04:53	00:48:52
851º	288	IVO RUBEN DIAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:53	00:48:53
852º	2564	JOAO PINHEIRO	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:04:53	00:48:54
853º	680	GUSTAVO COSTA	VITORIA SPORT CLUBE	M	M55	POR	00:04:53	00:48:54
854º	978	PEDRO VIEIRA	C INDEPENDENTE DE ATLETISMO DE A	M	M20	POR	00:04:53	00:48:54
855º	2581	JOSÉ VIEIRA	UNICER VITALIS	M	M55	POR	00:04:54	00:48:55
856º	2484	ANTÓNIO BENTO	BUB VISEU	M	M55	POR	00:04:54	00:48:55
857º	233	CRISTINA MARIA SARAIVA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:04:54	00:48:55
858º	2331	VITOR ANDRADE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:54	00:48:56
859º	2429	MANUEL SANTIAGO	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M45	POR	00:04:54	00:48:59
860º	2552	MARIO CONDE	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M55	POR	00:04:54	00:48:59
861º	1072	FERNANDO MAGALHAES	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:04:54	00:48:59
862º	2216	AMÉRICO COUTO	TURBO-LENTOS	M	M40	POR	00:04:54	00:49:00
863º	1331	ANTONIO COSTA	MAIA A C	M	M50	POR	00:04:54	00:49:00
864º	1624	TIAGO GOMES SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:54	00:49:00
865º	515	JOSE SILVA	SPORTOLICOS TT	M	M45	POR	00:04:54	00:49:03
866º	1842	RAUL OLIVEIRA	IPBRICK	M	M45	POR	00:04:54	00:49:03
867º	521	MANUEL CRUZ	SPORTING CLUBE DA CRUZ	M	M55	POR	00:04:54	00:49:04
868º	2293	ANTÓNIO SEABRA	OS ROMPE SOLAS	M	M50	POR	00:04:54	00:49:04
869º	1473	SILVIO SA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:54	00:49:04
870º	2335	SERAFIM RAMOS	CLUBE DE PESSOAL EDP - PORTO	M	M50	POR	00:04:54	00:49:04
871º	2164	MANUEL SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:54	00:49:05
872º	258	JORGE FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:54	00:49:05
873º	1089	OSVALDO TEIXEIRA	A D AMARANTE	M	M55	POR	00:04:54	00:49:05
874º	570	JOSÉ RIBEIRO	G D LIMPEZA URBANA	M	M45	POR	00:04:55	00:49:06
875º	784	MARIA JULIA FERNANDES	PORTORUNNERS	F	F40	POR	00:04:55	00:49:06
876º	1284	MADALENA FRADOCA	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:04:55	00:49:07
877º	2068	ANA LOBO	IRADOS	F	F20	POR	00:04:55	00:49:08
878º	2103	IGOR ALMEIDA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:55	00:49:08
879º	1061	LUIS CUNHA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M20	POR	00:04:55	00:49:08
880º	932	JOAO SILVA	G C SANTO TIRSO	M	M50	POR	00:04:55	00:49:09
881º	848	FERNANDO ROTHES	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M40	POR	00:04:55	00:49:10
882º	594	LUIS ABREU	G A INDEPENDENTES GAIA	M	M60	POR	00:04:55	00:49:10

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
883º	2399	JORGE MENDES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:55	00:49:11
884º	1386	RICARDO OLIVEIRA	CLUBE SLOTCAR TROFA	M	M20	POR	00:04:55	00:49:12
885º	2104	LUÍS CARDOSO	100 CLUBE	M	M20	POR	00:04:55	00:49:12
886º	1897	ALZIRA FERREIRA	G D S.PAIO OLEIROS	F	F40	POR	00:04:55	00:49:13
887º	1239	NUNO MARTINS	N A MATOSINHOS	M	M20	POR	00:04:55	00:49:13
888º	1732	MIGUEL SOUSA	SUNSET RUNNERS	M	M50	POR	00:04:55	00:49:14
889º	486	TIAGO DAVID	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:04:55	00:49:14
890º	1922	FRANCISCO RIBEIRO	CIRAC	M	M55	POR	00:04:55	00:49:14
891º	1786	VICTOR SOUSA	C A AMIGOS DE GRIJO	M	M55	POR	00:04:56	00:49:15
892º	299	RICARDO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:56	00:49:16
893º	2065	TIAGO LIMA	IRADOS	M	M20	POR	00:04:56	00:49:16
894º	500	PEDRO FRANCO	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M60	POR	00:04:56	00:49:16
895º	999	CARLOS MACEDO	A D AMARANTE	M	M55	POR	00:04:56	00:49:18
896º	282	MANUEL MONTEIRO	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:04:56	00:49:20
897º	275	CARLOS PEREIRA	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:04:56	00:49:20
898º	1800	ADRIANO PINTO	ABEKULAS	M	M55	POR	00:04:56	00:49:21
899º	1802	AUGUSTO CASTRO	ABEKULAS	M	M55	POR	00:04:56	00:49:21
900º	1446	ANTONIO FERREIRA	OS AMIGOS PAPA MILHAS	M	M45	POR	00:04:56	00:49:23
901º	931	EDUARDO RIBEIRO	G C SANTO TIRSO	M	M55	POR	00:04:56	00:49:23
902º	1444	JOAQUIM MACHADO	OS AMIGOS PAPA MILHAS	M	M45	POR	00:04:56	00:49:24
903º	2138	EDUARDO BARREIRO FRANZA	INDEPENDIENTE	M	M45	ESP	00:04:56	00:49:24
904º	1489	CARLOS FERREIRA	RIO LARGO C ESPINHO	M	M20	POR	00:04:56	00:49:24
905º	636	EDSON JORGE SIMOES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:56	00:49:24
906º	1728	JOAO ZACARIAS SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:56	00:49:25
907º	2653	PEDRO CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:57	00:49:26
908º	169	FERNANDO LOPES	BLOCO DE NOTAS-CENTRO DE ESTU	M	M40	POR	00:04:57	00:49:26
909º	1933	TIAGO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:57	00:49:27
910º	1630	RICARDO PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:04:57	00:49:28
911º	1543	JOAQUIM ARMANDO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:57	00:49:28
912º	277	FLOR MADUREIRA	LEOES DO VENEZA	F	F40	POR	00:04:57	00:49:29
913º	279	JOAQUIM NUNES	LEOES DO VENEZA	M	M50	POR	00:04:57	00:49:29
914º	2078	PEDRO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	MOÇ	00:04:57	00:49:29
915º	151	CUSTODIO NETO	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:04:57	00:49:31
916º	995	PAULO MARQUES	CAFE PONTO FINAL	M	M40	POR	00:04:57	00:49:31
917º	564	MARIO FARIA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:57	00:49:32
918º	540	ANTONIO REIS SILVA	CASA BENFICA LOUSADA	M	M45	POR	00:04:57	00:49:34
919º	1443	VITOR CORREIA	SPORT CLUB PORTO	M	M55	POR	00:04:58	00:49:35
920º	2453	RUI LAMEIRAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:58	00:49:35
921º	2436	NUNO NUNES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:58	00:49:36
922º	1053	FAUSTO CUNHA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M60	POR	00:04:58	00:49:37
923º	992	JOAQUIM PINHEIRO	CAFE PONTO FINAL	M	M40	POR	00:04:58	00:49:37
924º	847	RICARDO OLIVEIRA	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M20	POR	00:04:58	00:49:39
925º	2168	RUI MAIA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:58	00:49:39
926º	922	FRANCISCO OLIVEIRA	AMIGOS DO ATLETISMO DE GONDOMA	M	M50	POR	00:04:58	00:49:39
927º	2296	VIRGILIO PALMEIRO	OS ROMPE SOLAS	M	M55	POR	00:04:58	00:49:40
928º	970	RITA REBELO	TERRORS DO ASFALTO	F	F20	POR	00:04:58	00:49:40
929º	2760	ANDRE RIBEIRO	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:04:58	00:49:41
930º	1326	DINIS PIRES	MAIA A C	M	M55	POR	00:04:58	00:49:41
931º	2219	AUGUSTO PEREIRA	TURBO-LENTOS	M	M55	POR	00:04:58	00:49:45

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
932º	1236	ALVARO PEREIRA	N A MATOSINHOS	M	M40	POR	00:04:58	00:49:45
933º	1257	PEDRO FERRAZ	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:04:58	00:49:45
934º	2089	LUÍS MOTA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:59	00:49:46
935º	1636	PAULO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:46
936º	2378	LUIS FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:47
937º	1010	FERNANDO CERQUEIRA	A D AMARANTE	M	M45	POR	00:04:59	00:49:47
938º	2425	JORGE SANTOS	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M45	POR	00:04:59	00:49:48
939º	1744	LUIS ALMEIDA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:49
940º	2338	MÁRIO PINTO	I-RUN	M	M45	POR	00:04:59	00:49:49
941º	1065	MANUEL RILHO	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M65	POR	00:04:59	00:49:49
942º	1157	FERNANDO FONSECA	CDCR CTT COIMBRA	M	M45	POR	00:04:59	00:49:50
943º	1596	MARCIO PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:50
944º	624	VITOR MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:59	00:49:50
945º	498	LEONEL POÇAS	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M45	POR	00:04:59	00:49:52
946º	2397	JOAO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:52
947º	1526	FERNANDO PINTO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:04:59	00:49:53
948º	1320	PAULO SILVA	MAIA A C	M	M40	POR	00:04:59	00:49:53
949º	2237	ADELINDINA LOPES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:04:59	00:49:54
950º	2156	PEDRO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:54
951º	1855	MAURICIO MENDES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:04:59	00:49:54
952º	2148	JOÃO ARAÚJO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:04:59	00:49:54
953º	2612	PAULO ALVES	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:04:59	00:49:54
954º	1592	JOSE FIGUEIREDO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:00	00:49:55
955º	428	HELDER FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:00	00:49:55
956º	1643	MANUEL BATISTA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:00	00:49:56
957º	447	HELDER PEREIRA	N AMADORES	M	M40	POR	00:05:00	00:49:56
958º	446	ALVARO COSTA	N AMADORES	M	M20	POR	00:05:00	00:49:56
959º	2124	MIGUEL COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:00	00:49:56
960º	2222	FERNANDO MARINHO	TURBO-LENTOS	M	M55	POR	00:05:00	00:49:57
961º	420	RICARDO PEIXOTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:00	00:49:57
962º	944	ARMENIO FERREIRA	SEIXO SPORT CLUB	M	M55	POR	00:05:00	00:49:57
963º	2264	HENRIQUE PINHO	WELLDOMUS	M	M20	POR	00:05:00	00:49:57
964º	2220	ALBERTO SÁ	TURBO-LENTOS	M	M55	POR	00:05:00	00:49:57
965º	2229	OSVALDO OLIVEIRA	CMB	M	M50	POR	00:05:00	00:49:57
966º	684	MARIO FREITAS	VITORIA SPORT CLUBE	M	M40	POR	00:05:00	00:49:57
967º	1757	ANDRE MANUEL LOBO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:00	00:49:58
968º	203	PEDRO MANUEL RODRIGUES	DASDIKES	M	M20	POR	00:05:00	00:49:59
969º	35	RUI COSTA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:00	00:49:59
970º	2431	JOSÉ BARBOSA	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M55	POR	00:05:00	00:49:59
971º	2424	CAMILO GUEDES	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M40	POR	00:05:00	00:50:00
972º	1808	PEDRO EZQUIEL	JAVIP	M	M20	POR	00:05:00	00:50:00
973º	337	MIGUEL FERRAZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:00	00:50:00
974º	34	LUIS COSTA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:00	00:50:01
975º	145	RUI CUNHA	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:05:00	00:50:01
976º	898	MANUEL NEVES	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:05:00	00:50:01
977º	930	MANUEL FREITAS CARVALHO	G C SANTO TIRSO	M	M55	POR	00:05:00	00:50:01
978º	895	HELDER SILVA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M20	POR	00:05:00	00:50:02
979º	1948	ABILIO MACHADO	C V PORTO	M	M60	POR	00:05:00	00:50:02
980º	324	MANUEL SANTOS SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:00	00:50:02

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
981º	2085	RUI VIEIRA	WELLDOMUS	M	M40	POR	00:05:00	00:50:03
982º	1054	FERNANDO ANTONIO SILVA DIONISIO	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M40	POR	00:05:00	00:50:03
983º	504	FERNANDO BASTOS	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M45	POR	00:05:00	00:50:03
984º	1322	LUIS FERNANDES	MAIA A C	M	M20	POR	00:05:00	00:50:05
985º	839	ADELIA TAVARES	A D C C J CLARK	F	F40	POR	00:05:00	00:50:05
986º	1493	MANUEL AMORIM	RIO LARGO C ESPINHO	M	M45	POR	00:05:01	00:50:06
987º	2046	ANTÓNIO GUIMARÃES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:01	00:50:12
988º	1967	LEONOR NOGUEIRA	ACADEMIA ATTITUDE	F	F20	POR	00:05:01	00:50:13
989º	582	JORGE BOTELHO	UNIDOS AO SARIÇO	M	M20	POR	00:05:01	00:50:14
990º	1804	ANTONIO NOGUEIRA	ABEKULAS	M	M40	POR	00:05:02	00:50:15
991º	1743	DIOGO LOURENÇO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:16
992º	369	JOSE VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:16
993º	906	ANTONIO LAMAS	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M50	POR	00:05:02	00:50:17
994º	1482	FERNANDO NORONHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:18
995º	2113	PEDRO MESQUITA	OPORTO SQUASH & RUNNING	M	M40	POR	00:05:02	00:50:19
996º	2192	JOÃO LOPES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:19
997º	1731	HELDER GOMES	SUNSET RUNNERS	M	M40	POR	00:05:02	00:50:19
998º	2555	PEDRO MIGUEL FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:19
999º	1952	OSCAR LEITE	C V PORTO	M	M45	POR	00:05:02	00:50:20
1.000º	1634	JOAO JAIME SA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:02	00:50:20
1.001º	2131	JOÃO GIL DA COSTA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:02	00:50:21
1.002º	2158	PEDRO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:21
1.003º	1534	NELSON GABRIEL SOARES TEIXEIRA LO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:22
1.004º	2441	FILIFE PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:02	00:50:23
1.005º	1055	FERNANDO SANTOS	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M65	POR	00:05:02	00:50:23
1.006º	2516	PAULO SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:02	00:50:23
1.007º	448	VASCO GRANJA	N AMADORES	M	M45	POR	00:05:02	00:50:25
1.008º	1030	VITOR COSTA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:05:03	00:50:26
1.009º	2666	MANUEL PINTO	C A VILA BOA DO BISPO	M	M45	POR	00:05:03	00:50:26
1.010º	1759	CATARINA CASTRO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:03	00:50:28
1.011º	697	DUARTE TEIXEIRA	A C SERAPICOS	M	M20	POR	00:05:03	00:50:29
1.012º	431	LUIS ARCHER	WELLDOMUS	M	M50	POR	00:05:03	00:50:30
1.013º	2474	ALEXANDRE BARBOSA	CLINICA DENTARIA DE V N GAIA	M	M65	POR	00:05:03	00:50:31
1.014º	1316	GILBERTO MELO	MAIA A C	M	M20	POR	00:05:03	00:50:31
1.015º	2388	JANUÁRIO TAVARES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:03	00:50:31
1.016º	2273	RUI GOMES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:03	00:50:32
1.017º	303	HENRIQUE JORGE FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:03	00:50:32
1.018º	1241	CRISTINA GOMES	N A MATOSINHOS	F	F20	POR	00:05:03	00:50:33
1.019º	2475	MANUEL ROCHA	CLINICA DENTARIA DE V N GAIA	M	M55	POR	00:05:03	00:50:33
1.020º	917	JOSE RODRIGUES	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M45	POR	00:05:03	00:50:34
1.021º	2276	MÁRIO SÁ CARNEIRO BARBOSA	I-RUN	M	M20	POR	00:05:04	00:50:35
1.022º	1290	DUARTE BARBOSA	C C D TRAB C.M.GONDOMAR	M	M45	POR	00:05:04	00:50:36
1.023º	2624	AQUILES AUGUSTO MORENO	UNICER VITALIS	M	M50	POR	00:05:04	00:50:36
1.024º	2012	TIAGO PAIS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:04	00:50:36
1.025º	30	VENCESLAU FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:05:04	00:50:37
1.026º	2307	DOMINGOS BORGES	OS ANTIGOS	M	M55	POR	00:05:04	00:50:37
1.027º	1938	ANA CRUZ	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:04	00:50:37
1.028º	637	LUIS MIGUEL GOMES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:04	00:50:37
1.029º	419	ALMIRO NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:04	00:50:37

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.030º	1005	DAVID MARQUES	CAVE - ESPOSENDE	M	M45	POR	00:05:04	00:50:38
1.031º	2280	MARIA BATISTA	CLUBE NAVAL INFANTE D. HENRIQUE	F	F40	POR	00:05:04	00:50:39
1.032º	2176	JAMMY GRAÇOEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	CAN	00:05:04	00:50:40
1.033º	2625	JOAQUIM MARQUES	INDIVIDUAL	M	M40	AFR	00:05:04	00:50:40
1.034º	331	JOSE PAULO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:04	00:50:40
1.035º	1739	JOSE CARLOS OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:04	00:50:40
1.036º	1478	ISABEL CATARINO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:04	00:50:41
1.037º	1600	ANDRE CASTRO VASCONCELOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:04	00:50:41
1.038º	2539	MANUEL MARQUES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:04	00:50:42
1.039º	1921	JOSE RIBEIRO	CIRAC	M	M55	POR	00:05:04	00:50:42
1.040º	715	BERNARDO BRAGA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:05:04	00:50:42
1.041º	1143	LUCIDIO DIAS	C F UNIAO DE LAMAS	M	M60	POR	00:05:04	00:50:44
1.042º	1219	FABIO BENTO	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M20	POR	00:05:05	00:50:46
1.043º	1537	VICTOR LEITE	WELLDOMUS	M	M40	POR	00:05:05	00:50:46
1.044º	1024	RUI SOUSA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:05:05	00:50:47
1.045º	1066	PAULO FERNANDES	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M40	POR	00:05:05	00:50:47
1.046º	1349	AVELINO SILVA	MAIA A C	M	M50	POR	00:05:05	00:50:47
1.047º	1346	ROSARIO MARTINS	MAIA A C	F	F40	POR	00:05:05	00:50:48
1.048º	1415	CARLOS SANTOS	DREAM TEAM	M	M40	POR	00:05:05	00:50:49
1.049º	1416	ANTONIO BARROS	DREAM TEAM	M	M55	POR	00:05:05	00:50:49
1.050º	1965	PAULO NEVES	C V PORTO	M	M40	POR	00:05:05	00:50:49
1.051º	1973	EDUARDO PINHO	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:05:05	00:50:50
1.052º	1622	PAOLO SENESI	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:05	00:50:51
1.053º	1063	MANUEL MENDONÇA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M50	POR	00:05:05	00:50:54
1.054º	2631	PEDRO MONTEIRO	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:06	00:50:56
1.055º	1591	RUI JORGE DA COSTA TINOCO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:06	00:50:56
1.056º	2221	JOSÉ CARNEIRO	TURBO-LENTOS	M	M55	POR	00:05:06	00:50:57
1.057º	2051	JOAO DIAS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:06	00:50:57
1.058º	1332	SERGIO MOREIRA	MAIA A C	M	M50	POR	00:05:06	00:50:59
1.059º	2007	MIGUEL PINTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:06	00:51:00
1.060º	1202	AGOSTINHO ALVES PIMENTA	ESTORNORTE	M	M45	POR	00:05:06	00:51:00
1.061º	2165	RICARDO FLAMINIO	WELLDOMUS	M	M20	POR	00:05:06	00:51:00
1.062º	333	LUIS MANUEL CARDOSO	100 CLUBE	M	M20	POR	00:05:06	00:51:02
1.063º	2206	VERA DIAS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:06	00:51:03
1.064º	683	MANUEL MENDES	VITORIA SPORT CLUBE	M	M20	POR	00:05:06	00:51:04
1.065º	2095	ARTUR MATIAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:06	00:51:05
1.066º	686	ELISABETE COSTA	VITORIA SPORT CLUBE	F	F20	POR	00:05:07	00:51:06
1.067º	484	JOANA CREISSAC	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	F	F20	POR	00:05:07	00:51:06
1.068º	720	CESAR BARROS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:05:07	00:51:07
1.069º	1412	NUNO FONSECA	DINAMO CLUBE ESTAÇÃO	M	M20	POR	00:05:07	00:51:07
1.070º	2541	VITOR SA	TURMA ELEGANTE	M	M20	POR	00:05:07	00:51:07
1.071º	1309	ANTONIO BARREIRA	C A R MARISQUEIRO	M	M40	ESP	00:05:07	00:51:09
1.072º	1638	FILIPE LEITAO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:07	00:51:09
1.073º	2485	PAULO SILVA	BUB VISEU	M	M45	POR	00:05:07	00:51:10
1.074º	1711	ANTONIO CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:07	00:51:10
1.075º	2358	RAMIRO BATISTA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:07	00:51:11
1.076º	2630	VASCO MONTEIRO	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:07	00:51:11
1.077º	274	BRUNO ANTUNES	LEOES DO VENEZA	M	M20	POR	00:05:07	00:51:12
1.078º	1271	ANABELA SOARES	HOLMES PLACE	F	F40	POR	00:05:07	00:51:12

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.079º	580	PASCOAL BARBOSA	UNIDOS AO SARIÇO	M	M20	POR	00:05:07	00:51:13
1.080º	1266	SANDRA SOUSA	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:05:07	00:51:13
1.081º	1269	MARIA JOSE LEITE	HOLMES PLACE	F	F40	POR	00:05:07	00:51:13
1.082º	608	INGRID SEABRA OLIVEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:07	00:51:14
1.083º	2449	JOSÉ CUNHA	HOTEL MOUTADOS	M	M20	POR	00:05:08	00:51:15
1.084º	567	JOSE SILVA	G D LIMPEZA URBANA	M	M50	POR	00:05:08	00:51:15
1.085º	1585	MARIA MONTEIRO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:08	00:51:15
1.086º	2294	CARLOS MANUEL SAMPAIO	OS ROMPE SOLAS	M	M40	POR	00:05:08	00:51:16
1.087º	574	RAUL FONTES	G D LIMPEZA URBANA	M	M45	POR	00:05:08	00:51:16
1.088º	1557	PEDRO MENDONÇA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:08	00:51:17
1.089º	2226	MARTA SANTOS	NÚCLEO SPORTINGUISTA DE FARO	F	F20	POR	00:05:08	00:51:17
1.090º	630	TOMAS CUNHA	S S MONTEPIO	M	M20	POR	00:05:08	00:51:19
1.091º	1023	RICARDO SOUSA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:05:08	00:51:21
1.092º	1930	ANA PAULA GOMES	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:08	00:51:21
1.093º	1426	BRUNO HENRIQUES	JOBRA	M	M20	POR	00:05:08	00:51:21
1.094º	211	JOSE PAULO ANTUNES	REFRIGE	M	M45	POR	00:05:08	00:51:23
1.095º	2259	PEDRO TEIXEIRA	PISGA-TE PÁ SOMBRA	M	M20	POR	00:05:08	00:51:24
1.096º	1052	ZACARIAS MIGUEL	OS LARANJINHAS	M	M40	POR	00:05:08	00:51:25
1.097º	2011	PEDRO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:09	00:51:26
1.098º	2754	FERNANDO CURVAL	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:09	00:51:27
1.099º	1875	MANUEL JOAQUIM	KAGADOS	M	M55	POR	00:05:09	00:51:28
1.100º	167	JOAO RAMOS	BLOCO DE NOTAS-CENTRO DE ESTU	M	M40	POR	00:05:09	00:51:29
1.101º	2238	HUGO TAVARES	BIO-RUNNERS	M	M20	POR	00:05:09	00:51:33
1.102º	1333	CARLOS CARNEIRO	MAIA A C	M	M55	POR	00:05:09	00:51:33
1.103º	1631	PEDRO QUINTELA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:10	00:51:36
1.104º	1758	JOAO PAULO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:10	00:51:38
1.105º	2110	ISABEL CARVALHO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:10	00:51:38
1.106º	1463	JOAQUIM SILVA	DASDIKES	M	M45	POR	00:05:10	00:51:38
1.107º	1904	JOSE AMERICO	CIRAC	M	M20	POR	00:05:10	00:51:39
1.108º	1949	ANTONIO DUARTE	C V PORTO	M	M60	POR	00:05:10	00:51:39
1.109º	1404	MANUEL CARNEIRO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:10	00:51:42
1.110º	336	PAULO RICARDO PINHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:10	00:51:42
1.111º	2248	ALCINO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:10	00:51:44
1.112º	2385	BRUNO RAMOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:10	00:51:44
1.113º	1919	EUGENIO CORDEIRO	CIRAC	M	M55	POR	00:05:10	00:51:45
1.114º	1619	AGOSTINHO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:10	00:51:45
1.115º	2147	BRUNO FREITAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:11	00:51:46
1.116º	156	ELIANA OLIVEIRA	CNIDH	F	F20	POR	00:05:11	00:51:46
1.117º	290	VITOR MANUEL SILVA MARQUES	G D BPI	M	M45	POR	00:05:11	00:51:46
1.118º	2515	PEDRO MARQUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:11	00:51:46
1.119º	463	JORGE VILELA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:11	00:51:46
1.120º	2053	CARLOS FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:11	00:51:47
1.121º	2177	JOÃO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:11	00:51:47
1.122º	1652	RICHARD FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:11	00:51:47
1.123º	955	ANIBAL PAIVA	AÇOREANA CLUBE BANIF	M	M20	POR	00:05:11	00:51:48
1.124º	2753	JOAO BARRADAS	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:11	00:51:49
1.125º	2637	MARIO VILARINHO	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:05:11	00:51:51
1.126º	147	VICTOR FERREIRA	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:05:11	00:51:51
1.127º	1500	JOSE TAVARES	AGRP ESCOLAS AVANCA	M	M20	POR	00:05:11	00:51:52

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.128º	1553	JOSE TEIXEIRA	AS 11 NO FAROL	M	M40	POR	00:05:11	00:51:52
1.129º	1201	LINO MANUEL SILVA	ESTORNORTE	M	M45	POR	00:05:11	00:51:52
1.130º	481	OSVALDO COUTINHO	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:05:11	00:51:52
1.131º	1551	MAURICIO SILVA	AS 11 NO FAROL	M	M20	POR	00:05:11	00:51:52
1.132º	2394	DINIS MORAIS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:11	00:51:53
1.133º	1172	ELSA SILVA	SDC RUNNERS	F	F40	POR	00:05:11	00:51:54
1.134º	1871	JOAQUIM COSTA	KAGADOS	M	M60	POR	00:05:11	00:51:54
1.135º	339	CHRISTOPHE FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:12	00:51:55
1.136º	2569	ANTONIO LAMEIRA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:12	00:51:58
1.137º	347	CARLOS VILAS-BOAS	C TENIS MATOSINHOS	M	M50	POR	00:05:12	00:51:59
1.138º	1687	ANTONIO OLIVEIRA	VENDETEC	M	M55	POR	00:05:12	00:52:00
1.139º	1686	RICARDO FERREIRA	VENDETEC	M	M20	POR	00:05:12	00:52:01
1.140º	2161	MIGUEL MADUREIRA	JÁ FOMOS	M	M40	POR	00:05:12	00:52:03
1.141º	1762	PAULO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:12	00:52:03
1.142º	413	BRUNO MADUREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:12	00:52:04
1.143º	929	EDUARDO TOMAS MALHEIRO	G C SANTO TIRSO	M	M60	POR	00:05:12	00:52:05
1.144º	2617	ALFREDO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:12	00:52:05
1.145º	1807	NUNO MAGALHAES	ABEKULAS	M	M60	POR	00:05:13	00:52:06
1.146º	1122	JOSE TEXEIRA	G C D T - BES	M	M65	POR	00:05:13	00:52:06
1.147º	314	ARMANDO SILVA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:05:13	00:52:08
1.148º	316	JOAQUIM BARBOSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:13	00:52:09
1.149º	1419	ARMINDO SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:13	00:52:10
1.150º	1070	AUGUSTO VIEIRA	SPORT CLUB PORTO	M	M50	POR	00:05:13	00:52:10
1.151º	244	ARMANDO TEIXEIRA	ADEFACEC	M	M20	POR	00:05:13	00:52:10
1.152º	1884	LUIS BESSA	N KARATE ATLETISMO RORIZ	M	M55	POR	00:05:13	00:52:12
1.153º	2609	FRANCISCO GUEDES	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:13	00:52:13
1.154º	1627	ANTONIO PEREIRA	A D AMARANTE	M	M60	POR	00:05:13	00:52:13
1.155º	146	LUIS CARVALHO	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:05:13	00:52:14
1.156º	1861	ANTERO PAULO ROCHA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:13	00:52:14
1.157º	1873	LAURINDA COSTA	KAGADOS	F	F40	POR	00:05:14	00:52:15
1.158º	1872	ELISIO CAMPOS	KAGADOS	M	M50	POR	00:05:14	00:52:15
1.159º	173	TOMAS SILVA	AS CANSADAS DA AZENHA	M	M45	POR	00:05:14	00:52:15
1.160º	171	ERNESTO MARTINS	AS CANSADAS DA AZENHA	M	M45	POR	00:05:14	00:52:15
1.161º	1883	ARMINDO TORRES	N KARATE ATLETISMO RORIZ	M	M50	POR	00:05:14	00:52:15
1.162º	2207	DANIEL CORREIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:14	00:52:16
1.163º	2189	ALFREDO CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:14	00:52:16
1.164º	1046	ROQUE MARTINS	A KARATE FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:05:14	00:52:16
1.165º	1612	PEDRO MIGUEL RIBEIRO GUIMARAES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:14	00:52:16
1.166º	1170	HELDER COUTO	SDC RUNNERS	M	M20	POR	00:05:14	00:52:17
1.167º	690	MAXIMIANO RODRIGUES	C R P S.TIAGO	M	M45	POR	00:05:14	00:52:17
1.168º	295	AMARO SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:14	00:52:18
1.169º	1362	FILIPA OLIVEIRA	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	F	F20	POR	00:05:14	00:52:19
1.170º	232	MARGARIDA MARIA NEVES	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:14	00:52:20
1.171º	1501	PAULO SILVA	AGRP ESCOLAS AVANCA	M	M20	POR	00:05:14	00:52:20
1.172º	883	MARIA COSTA	OS 5 À HORA	F	F40	POR	00:05:14	00:52:21
1.173º	2101	RUI SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:14	00:52:22
1.174º	693	JOSE BENTO MORAIS	C R P S.TIAGO	M	M45	POR	00:05:14	00:52:22
1.175º	1791	HUGO GOMES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:14	00:52:23
1.176º	1790	NUNO JORGE FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:14	00:52:23

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.177º	1695	ANTONIO SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:14	00:52:23
1.178º	1011	ALVARO CERQUEIRA	A D AMARANTE	M	M45	POR	00:05:14	00:52:24
1.179º	276	CARLOS MARTINS	LEOES DO VENEZA	M	M20	POR	00:05:14	00:52:25
1.180º	65	MARTA GOMES	SPORT ZONE	F	F20	POR	00:05:14	00:52:25
1.181º	208	JOSE RICARDO SILVA	REFRIGE	M	M20	POR	00:05:14	00:52:25
1.182º	1040	RUI BROCHADO	A KARATE FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:05:15	00:52:26
1.183º	435	JOAO FONSECA	OS AMIGOS S.PEDRO DA COVA	M	M20	POR	00:05:15	00:52:26
1.184º	1769	MANUEL VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:15	00:52:29
1.185º	312	BRUNO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:15	00:52:30
1.186º	1677	JOSE SOUSA	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:05:15	00:52:31
1.187º	165	VITOR FERNANDES	BLOCO DE NOTAS-CENTRO DE ESTU	M	M20	POR	00:05:15	00:52:31
1.188º	1406	MANUEL FERNANDO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:15	00:52:32
1.189º	1407	DOMINGOS RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:15	00:52:32
1.190º	571	VITOR SILVA	G D LIMPEZA URBANA	M	M40	POR	00:05:15	00:52:33
1.191º	2045	VÍTOR MACEDO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:15	00:52:33
1.192º	2391	ARTUR BARBOSA	FIT FUN - VALE DE CAMBRA	M	M20	POR	00:05:15	00:52:33
1.193º	2265	PEDRO FLAMINIO	WELLDOMUS	M	M20	POR	00:05:15	00:52:34
1.194º	2026	PAULO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:16	00:52:35
1.195º	2553	JOSE GOMES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:16	00:52:36
1.196º	459	MARIA JUDITE MARTINS	MAJESTIC CAFE	F	F20	POR	00:05:16	00:52:38
1.197º	2353	SÉRGIO MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:16	00:52:38
1.198º	1956	FERNANDO GONCALVES	C V PORTO	M	M45	POR	00:05:16	00:52:41
1.199º	1703	SERGIO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:16	00:52:41
1.200º	472	SILVIA PEDROSO	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	F	F20	POR	00:05:16	00:52:41
1.201º	663	ALTINO SILVA	CLUBE PESSOAL EDP PORTO	M	M45	POR	00:05:16	00:52:41
1.202º	103	NUNO CASTRO	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:16	00:52:42
1.203º	2496	JOSÉ SOUSA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:16	00:52:42
1.204º	2074	JOSÉ DUARTE	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:16	00:52:43
1.205º	105	JOAO GRAÇA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:16	00:52:43
1.206º	1467	HUGO MIGUEL CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:16	00:52:43
1.207º	1110	HELIO LOPES	GALITOS	M	M20	POR	00:05:16	00:52:44
1.208º	2185	ANTÓNIO COSTA PINTO	WELLDOMUS	M	M45	POR	00:05:16	00:52:45
1.209º	1914	SERAFIM SILVA	CIRAC	M	M50	POR	00:05:16	00:52:45
1.210º	2171	PEDRO MAIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:17	00:52:46
1.211º	1203	ANTONIO MANUEL OLIVEIRA PINTO	ESTORNORTE	M	M45	POR	00:05:17	00:52:46
1.212º	39	PEDRO ALMEIDA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:17	00:52:47
1.213º	418	PAULO TRINDADE	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:17	00:52:48
1.214º	403	NUNO LUIS SILVA	MAJESTIC CAFE	M	M20	POR	00:05:17	00:52:51
1.215º	332	PEDRO COUTINHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:17	00:52:52
1.216º	353	ANDRE PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:17	00:52:54
1.217º	2561	MANUEL RUI BASTOS	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:17	00:52:54
1.218º	2315	JORGE MAIA	SALÃO JOGOS SONHO	M	M40	POR	00:05:18	00:52:55
1.219º	1714	CELINE GOMES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:18	00:52:55
1.220º	207	RUI SOUSA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:18	00:52:56
1.221º	1161	LUIS TAVARES	CDCR CTT COIMBRA	M	M40	POR	00:05:18	00:52:56
1.222º	1114	ALEXANDRE QUELHAS	MEIO MANCOS	M	M20	POR	00:05:18	00:52:57
1.223º	1250	HUGO SANTOS	GRECAS-VAGOS	M	M20	POR	00:05:18	00:52:58
1.224º	1104	ANA PAULA BRANCO	GALITOS	F	F20	POR	00:05:18	00:52:58
1.225º	359	FERNANDA MARIA CARDOSO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:18	00:52:59

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.226º	1160	JOSE MARTO	CDCR CTT COIMBRA	M	M45	POR	00:05:18	00:53:00
1.227º	1208	JOSE FONSECA	G D BANCO DE POPULAR	M	M50	POR	00:05:18	00:53:00
1.228º	2123	MIGUEL CUNHA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:05:18	00:53:00
1.229º	1190	VASCO MELO	A B C PORTO	M	M40	POR	00:05:18	00:53:00
1.230º	278	FLORIANO ARANTES	LEOES DO VENEZA	M	M45	POR	00:05:18	00:53:01
1.231º	360	ALICE MOUTINHO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:18	00:53:01
1.232º	2281	ANGELO RAMALHO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:18	00:53:01
1.233º	1559	ANTONIO COSTA PEREIRA	DOURO AZUL	M	M60	POR	00:05:18	00:53:02
1.234º	2135	JOACHIM SUHM	INDIVIDUAL	M	M45	ALE	00:05:18	00:53:03
1.235º	2405	VÍTOR RIBEIRO	MAFATE	M	M20	POR	00:05:18	00:53:04
1.236º	1150	NUNO MIGUEL NUNES	G J PINHEIRO DA BEMPOSTA	M	M20	POR	00:05:18	00:53:05
1.237º	328	CARLOS RAMOS	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:19	00:53:07
1.238º	1144	LUIS CONCEIÇÃO	C F UNIAO DE LAMAS	M	M20	POR	00:05:19	00:53:07
1.239º	2246	PAULO DIAS	INFINEON TECHNOLOGIES	M	M20	POR	00:05:19	00:53:08
1.240º	1199	MARINHO ALVES PEREIRA	ESTORNORTE	M	M40	POR	00:05:19	00:53:08
1.241º	401	PAULO MANUEL FARIA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:19	00:53:08
1.242º	1206	ADELINO JORGE GUIMARAES	ESTORNORTE	M	M40	POR	00:05:19	00:53:09
1.243º	2519	PEDRO SÁ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:19	00:53:10
1.244º	1033	CARLOS PEREIRA	A KARATE FELGUEIRAS	M	M40	POR	00:05:19	00:53:10
1.245º	1698	JOSE CARLOS GOMES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:19	00:53:13
1.246º	2621	NUNO PAULO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:19	00:53:14
1.247º	1183	JOSE FERNANDES	G D SANTANDER TOTTA	M	M65	POR	00:05:20	00:53:15
1.248º	2468	RUI PIRES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:20	00:53:15
1.249º	1353	CARLOS ALVES	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:20	00:53:17
1.250º	212	RAQUEL FERREIRA	REFRIGE	F	F20	POR	00:05:20	00:53:18
1.251º	304	IVO MARIO MONTEIRO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:20	00:53:19
1.252º	424	RICARDO RAMOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:20	00:53:19
1.253º	1475	PEDRO RUI TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:20	00:53:19
1.254º	643	SERGIO MENDES	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:05:20	00:53:20
1.255º	639	JOAO AREDE	D A RECARDAES	M	M20	POR	00:05:20	00:53:20
1.256º	260	JOAO PEDRO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:20	00:53:21
1.257º	2258	FREDERICO SACRAMENTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:20	00:53:21
1.258º	2151	SERGIO PINHO	AFRO RACE	M	M40	POR	00:05:20	00:53:22
1.259º	40	LUIS OLIVEIRA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:20	00:53:22
1.260º	1681	TIAGO FERNANDO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:20	00:53:22
1.261º	893	ARTUR RODRIGUES	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M40	POR	00:05:20	00:53:23
1.262º	894	JOAO OLIVEIRA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M50	POR	00:05:20	00:53:24
1.263º	2062	JOSE BONITO	WIKIABOO	M	M40	POR	00:05:20	00:53:25
1.264º	1545	AMERICO ANDRADE	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:21	00:53:26
1.265º	954	SERGIO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:21	00:53:26
1.266º	1910	AMADEU CRUZ	CIRAC	M	M45	POR	00:05:21	00:53:27
1.267º	1391	ANABELA SANTOS	G D L LOUROCOOP	F	F20	POR	00:05:21	00:53:29
1.268º	2272	ROSA COSTAS	ALEJANDRO GOMEZ	F	F20	ESP	00:05:21	00:53:29
1.269º	1192	JOSE SILVEIRA	A B C PORTO	M	M45	POR	00:05:21	00:53:30
1.270º	1191	AUGUSTO ROZA	A B C PORTO	M	M45	POR	00:05:21	00:53:30
1.271º	1516	RUI MANUEL SANTOS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:21	00:53:32
1.272º	1510	JORGE REIS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:21	00:53:33
1.273º	1886	MIGUEL COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:21	00:53:33
1.274º	1887	PEDRO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:21	00:53:33

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.275º	189	PHILIPPE RELOU	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:21	00:53:34
1.276º	1141	JOAQUIM PAULINO	C F UNIAO DE LAMAS	M	M60	POR	00:05:22	00:53:35
1.277º	2336	FRANCISCO FIGUEIREDO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:22	00:53:35
1.278º	1621	MANUEL EMIDIO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:22	00:53:35
1.279º	1511	ANTONIO SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:22	00:53:35
1.280º	502	JOAQUIM COUTO	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M40	POR	00:05:22	00:53:36
1.281º	2477	CAROLINA CARVALHO	CLINICA DENTARIA DE V N GAIA	F	F20	POR	00:05:22	00:53:37
1.282º	1337	MARTA MOREIRA	MAIA A C	F	F40	POR	00:05:22	00:53:38
1.283º	1318	JOSE ANDRADE	MAIA A C	M	M45	POR	00:05:22	00:53:38
1.284º	1343	CEU COSTA	MAIA A C	F	F20	POR	00:05:22	00:53:38
1.285º	2042	JORGE ESPERANÇA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:22	00:53:39
1.286º	1605	LAURA MARTINS	GRUNIL	F	F20	POR	00:05:22	00:53:39
1.287º	1151	ISABEL MARTINS	GRUNIL	F	F40	POR	00:05:22	00:53:40
1.288º	622	ANDRE BARBOSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:22	00:53:41
1.289º	2526	ORLANDO OLIVEIRA	VVTEMDESER	M	M20	POR	00:05:22	00:53:42
1.290º	2096	RICARDO COUTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:22	00:53:42
1.291º	2491	ANA SANTOS SILVA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:22	00:53:44
1.292º	1341	AGOSTINHO SANTOS	MAIA A C	M	M55	POR	00:05:22	00:53:45
1.293º	1124	ALBERTO LIZARDO	G C D T - BES	M	M60	POR	00:05:22	00:53:45
1.294º	2586	FILIFE NOGUEIRA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:22	00:53:45
1.295º	1679	ISAQUE PINTO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:23	00:53:46
1.296º	1572	CESAR MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:23	00:53:46
1.297º	2355	JOSE SOUSA	OS BARRIGUITAS - PORTO	M	M55	POR	00:05:23	00:53:46
1.298º	2456	PEDRO CUNHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:23	00:53:46
1.299º	1264	AUGUSTO CORREIA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:23	00:53:47
1.300º	1570	JOAQUIM SILVA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:23	00:53:47
1.301º	51	VICTOR SOUSA	LIBERTY SEGUROS	M	M20	POR	00:05:23	00:53:50
1.302º	1306	PILAR MARINO	C A R MARISQUEIRO	F	F20	ESP	00:05:23	00:53:51
1.303º	1175	OCTAVIO ALMEIDA	SDC RUNNERS	M	M20	POR	00:05:23	00:53:52
1.304º	967	PEDRO GOMES	CLUBE GALP ENERGIA	M	M20	POR	00:05:23	00:53:52
1.305º	1477	ROSA BAPTISTA PINTO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:23	00:53:52
1.306º	444	RICARDO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:24	00:53:56
1.307º	1680	RICARDO ALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:24	00:53:56
1.308º	2410	PEDRO MAGALHAES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:24	00:53:57
1.309º	1839	HELDER ROCHA	IPBRICK	M	M20	POR	00:05:24	00:53:57
1.310º	1664	AGOSTINHO MONTEIRO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:24	00:53:58
1.311º	1567	ANTONIO ROMPANTE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:24	00:53:58
1.312º	1868	MANUEL COUTO	KAGADOS	M	M55	POR	00:05:24	00:54:00
1.313º	315	JOSE ANTONIO AFONSO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:24	00:54:00
1.314º	569	JOSE LEITE	G D LIMPEZA URBANA	M	M50	POR	00:05:24	00:54:00
1.315º	2125	JOAO MANGERICAO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:24	00:54:00
1.316º	272	FERNANDO RIBEIRO	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:05:24	00:54:01
1.317º	2318	TIAGO MAÇANA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:24	00:54:01
1.318º	918	JOAQUIM BARROSO	TUTILAR CLASS RUNNERS	M	M65	POR	00:05:24	00:54:04
1.319º	1474	JOSE CARLOS PEIXOTO	INDIVIDUAL	M	M50	BRA	00:05:24	00:54:05
1.320º	2290	ARMINDO RODRIGUES	OS ROMPE SOLAS	M	M50	POR	00:05:24	00:54:05
1.321º	782	ADRIANO TORRES	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:05:24	00:54:05
1.322º	1479	MARIA HELENA SILVA FERREIRA LEMOS	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:24	00:54:05
1.323º	1258	HELENCA ABREU	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:05:25	00:54:06

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.324º	1276	SILVIA FIDALGO	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:05:25	00:54:06
1.325º	2013	PEDRO CONDE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:25	00:54:07
1.326º	1617	FROMENTINO FERNANDO DA SILVA GU	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:25	00:54:07
1.327º	1118	FERNANDO PINTO DE CARVALHO	CLUBE GALP ENERGIA	M	M60	POR	00:05:25	00:54:08
1.328º	1100	RICARDO CARVALHO	GALITOS	M	M20	POR	00:05:25	00:54:09
1.329º	2554	EDUARDO CARAMALHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:25	00:54:10
1.330º	1282	VASCO SILVA	HOLMES PLACE	M	M40	POR	00:05:25	00:54:10
1.331º	195	RUI JORGE FREITAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:25	00:54:10
1.332º	256	PEDRO FERREIRA	TEJAVISTA	M	M20	POR	00:05:25	00:54:11
1.333º	1653	FABIO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:25	00:54:13
1.334º	1138	ERNESTO CARVALHO	C F UNIAO DE LAMAS	M	M55	POR	00:05:25	00:54:13
1.335º	355	ALBERTO PINTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:25	00:54:14
1.336º	364	JOAO FONSECA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:25	00:54:14
1.337º	2451	JESUS CAMPOS	HOTEL MOUTADOS	M	M20	POR	00:05:25	00:54:14
1.338º	1867	BELMIRO AGUIAR	KAGADOS	M	M65	POR	00:05:26	00:54:16
1.339º	408	MANUEL ANTONIO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:26	00:54:17
1.340º	1693	FERNANDO VITOR SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:26	00:54:18
1.341º	1918	LAUREANO COSTA	CIRAC	M	M55	POR	00:05:26	00:54:19
1.342º	910	RAMIRO MONTEIRO	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M60	POR	00:05:26	00:54:20
1.343º	902	ABEL SANTOS	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M60	POR	00:05:26	00:54:20
1.344º	483	NUNO BARROS	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:05:26	00:54:20
1.345º	1178	NUNO PINTO FERREIRA NUNES	SDC RUNNERS	M	M20	POR	00:05:26	00:54:21
1.346º	953	AVELINO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:26	00:54:21
1.347º	2075	PEDRO NEVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:26	00:54:22
1.348º	1841	PEDRO FERREIRA	IPBRICK	M	M20	POR	00:05:26	00:54:22
1.349º	1268	PATRICIA MONTEIRO	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:05:26	00:54:24
1.350º	2571	MIGUEL BEIRAO	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:05:26	00:54:24
1.351º	1224	FILIPPE CAPELAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:26	00:54:24
1.352º	1225	MACARIO JOSE SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:26	00:54:24
1.353º	1502	CLAUDIA QUEIROS	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:26	00:54:25
1.354º	2292	CARLOS TEIXEIRA	OS ROMPE SOLAS	M	M45	POR	00:05:26	00:54:25
1.355º	433	NUNO MIGUEL COCHICHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:26	00:54:25
1.356º	1504	ADELAIDE MENDES	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:26	00:54:25
1.357º	963	EDUARDO MARQUES	G R ESTRELA DO BONFIM	M	M20	POR	00:05:27	00:54:26
1.358º	835	MARTA SOUSA	A D C C J CLARK	F	F20	POR	00:05:27	00:54:27
1.359º	533	ALEXANDRE MENDES	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:05:27	00:54:27
1.360º	1903	PAULO DIAS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:27	00:54:27
1.361º	2102	JOSE SILVA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:27	00:54:27
1.362º	2404	LUÍS VICENTE	MAFATE	M	M20	POR	00:05:27	00:54:27
1.363º	940	HELDER SILVA	G C SANTO TIRSO	M	M20	POR	00:05:27	00:54:27
1.364º	1767	CARLOS CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:27	00:54:28
1.365º	1793	MARIO CURADO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:27	00:54:29
1.366º	1207	STEFANO LUIGI DISPENZA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:27	00:54:29
1.367º	1344	NEUZA LIMA	MAIA A C	F	F20	POR	00:05:27	00:54:29
1.368º	2452	PEDRO VALENCA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:27	00:54:30
1.369º	1452	JOAO EMANUEL SARAIVA	AMARENSE	M	M40	POR	00:05:27	00:54:30
1.370º	2472	CÂNDIDO LAMAS	RECREIO DESPORTIVO DE ÁGUEDA	M	M20	POR	00:05:27	00:54:33
1.371º	2473	FRANCISCO MAGALHÃES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:27	00:54:33
1.372º	2052	PAULO MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:27	00:54:33

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.373º	2020	ANTONIO VICENTE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:27	00:54:33
1.374º	2146	ETELVINA SANTOS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:28	00:54:37
1.375º	191	PAULO JORGE FERREIRA	ACADEMICA	M	M40	POR	00:05:28	00:54:38
1.376º	1232	JOAQUIM COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:28	00:54:38
1.377º	604	JOSE SANTOS	RECREIO DESP AGUEDA	M	M45	POR	00:05:28	00:54:38
1.378º	1736	PAULO RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:28	00:54:39
1.379º	2595	TIAGO MOREIRA DA SILVA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:28	00:54:39
1.380º	572	ANTONIO CELESTE	G D LIMPEZA URBANA	M	M45	POR	00:05:28	00:54:40
1.381º	2056	JOAO RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M40	FRA	00:05:28	00:54:41
1.382º	982	JOSE MAGALHAES	C INDEPENDENTE DE ATLETISMO DE A	M	M60	POR	00:05:28	00:54:41
1.383º	2658	FERNANDO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:28	00:54:41
1.384º	2409	PAULO GOMES	MAFATE	M	M40	POR	00:05:28	00:54:41
1.385º	143	MANUEL VILAÇA	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:05:28	00:54:41
1.386º	1120	MANUEL ROCHA	CLUBE GALP ENERGIA	M	M60	POR	00:05:28	00:54:42
1.387º	2334	RAFAEL NAZARIO	HEALTH TEAM	M	M20	BRA	00:05:28	00:54:42
1.388º	1994	ANTONIO CUNHA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:05:28	00:54:42
1.389º	2403	ANTÓNIO LAMELAS	MAFATE	M	M20	POR	00:05:28	00:54:42
1.390º	164	EMANUEL VIEIRA	MAFATE	M	M20	POR	00:05:28	00:54:43
1.391º	1902	FERNANDO MAURICIO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:28	00:54:43
1.392º	2371	NUNO PINA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:28	00:54:44
1.393º	43	FRANCISCO FONTES	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:28	00:54:45
1.394º	1629	ANTONIO ROCHA	UNIDOS A FRESCA	M	M20	POR	00:05:29	00:54:46
1.395º	2669	FRANCISCO AZEVEDO	G D PRADO	M	M50	POR	00:05:29	00:54:46
1.396º	1615	PAULO VILAS BOAS	UNIDOS A FRESCA	M	M20	POR	00:05:29	00:54:47
1.397º	283	MÁRIO MIRANDA	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:05:29	00:54:48
1.398º	1999	RAUL PEREIRA	AÇOREANA CLUBE BANIF	M	M20	POR	00:05:29	00:54:49
1.399º	273	BENJAMIN KIMBUELAS	LEOES DO VENEZA	M	M55	POR	00:05:29	00:54:49
1.400º	263	LUIS FILIPE MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:29	00:54:49
1.401º	1998	MANUEL TAVARES	AÇOREANA CLUBE BANIF	M	M20	POR	00:05:29	00:54:49
1.402º	2134	HENRIQUE FONTES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:29	00:54:52
1.403º	2120	JORGE LIBANO	KAIZEN	M	M40	FRA	00:05:29	00:54:52
1.404º	311	JOSE LUIS CORREIA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:29	00:54:53
1.405º	2556	RUI AMARAL BASTOS	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:05:29	00:54:53
1.406º	2770	JOAO PEREIRA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:29	00:54:54
1.407º	1734	JOAQUIM CRUZ	SUNSET RUNNERS	M	M40	POR	00:05:29	00:54:54
1.408º	2021	CRISTINA NUNES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:29	00:54:54
1.409º	938	BRUNO SILVA	G C SANTO TIRSO	M	M20	POR	00:05:30	00:54:56
1.410º	936	LUCIANO GOMES	G C SANTO TIRSO	M	M40	POR	00:05:30	00:54:57
1.411º	2540	JOAQUIM CASAL COSTA	TURMA ELEGANTE	M	M55	POR	00:05:30	00:54:59
1.412º	2077	GONÇALO AMORIM	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:30	00:54:59
1.413º	2076	PEDRO VAZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:30	00:55:00
1.414º	425	RICARDO FONTES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:30	00:55:00
1.415º	1584	FRANCISCO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:30	00:55:00
1.416º	1471	NUNO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:30	00:55:01
1.417º	665	ARMANDO PENEDA	CLUBE PESSOAL EDP PORTO	M	M55	POR	00:05:30	00:55:01
1.418º	1315	RUBEN HUERTAS	C A R MARISQUEIRO	M	M20	ESP	00:05:30	00:55:03
1.419º	1672	PAULA MAIA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:30	00:55:03
1.420º	1676	FERNANDO MAIA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:30	00:55:03
1.421º	2643	LUIS MIGUEL QUINTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:30	00:55:03

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalaço	Nacio	Ritmo	Tempo
1.422º	1936	PAULO JORGE GAMA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:31	00:55:06
1.423º	1607	JOSE MARIA FERREIRA	CARCAVELOS	M	M45	POR	00:05:31	00:55:07
1.424º	1979	DAVIDE CERQUEIRA	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:05:31	00:55:07
1.425º	1223	COUTO SOARES	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M65	POR	00:05:31	00:55:08
1.426º	269	ARMANDINO CRAMEZ	LEOES DO VENEZA	M	M65	POR	00:05:31	00:55:08
1.427º	2006	HUGO COSTA	ESAC RUNNING CLUB	M	M20	POR	00:05:31	00:55:08
1.428º	1961	HELDER MOURA	C V PORTO	M	M45	POR	00:05:31	00:55:09
1.429º	634	MANUEL ALVES CUNHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:31	00:55:10
1.430º	1499	JOAO MENDES	AGRP ESCOLAS AVANCA	M	M55	POR	00:05:31	00:55:11
1.431º	598	VASCO ALFREDO VILAR	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:31	00:55:11
1.432º	247	PAULO RIBEIRO	ADEFACEC	M	M20	POR	00:05:31	00:55:12
1.433º	2340	FRANCISCO BARTOLOMEU	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:31	00:55:12
1.434º	1335	JORGE OLIVEIRA	GRUNIL	M	M20	POR	00:05:31	00:55:14
1.435º	980	LUCIANO SILVA	C INDEPENDENTE DE ATLETISMO DE A	M	M20	POR	00:05:31	00:55:14
1.436º	2588	KOON LAI	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:32	00:55:15
1.437º	2234	ANTONIO GOMES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:32	00:55:15
1.438º	2654	LUIS MOTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:32	00:55:15
1.439º	1766	RAQUEL SILVA MOREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:32	00:55:15
1.440º	1606	JOSE PAULO CORREIA	N AMADORES	M	M45	POR	00:05:32	00:55:16
1.441º	981	JORGE DIAS	C INDEPENDENTE DE ATLETISMO DE A	M	M45	POR	00:05:32	00:55:16
1.442º	1666	RUI ALEXANDRE FREITAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:32	00:55:17
1.443º	429	PAULO ALEXANDRE MAIO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:32	00:55:17
1.444º	1962	AUGUSTO PINTO	C V PORTO	M	M50	POR	00:05:32	00:55:17
1.445º	488	MANUEL DOMINGOS RUAS	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:32	00:55:18
1.446º	356	ARMANDO BARROS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:32	00:55:19
1.447º	430	RUI MANUEL MAIO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:32	00:55:19
1.448º	1701	PEDRO FILIPE MACHADO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:32	00:55:20
1.449º	1633	VICTOR LOURENÇO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:32	00:55:21
1.450º	1932	NUNO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:32	00:55:21
1.451º	1934	FLAVIA ISABEL VIEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:32	00:55:21
1.452º	131	MIGUEL ANGELO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:32	00:55:21
1.453º	66	MANUEL NUNES	SPORT ZONE	M	M40	POR	00:05:32	00:55:22
1.454º	654	ALEXANDRE CAETANO	AMIGOS QUINTA DAS FREIRAS	M	M20	POR	00:05:32	00:55:23
1.455º	1108	INES MATIAS	GALITOS	F	F20	POR	00:05:32	00:55:23
1.456º	1071	CAROLINA OLIVEIRA	SPORT CLUB PORTO	F	F20	POR	00:05:32	00:55:23
1.457º	1060	JOSE MADUREIRA	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M55	POR	00:05:32	00:55:23
1.458º	859	ALBINO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:05:32	00:55:25
1.459º	860	PAULO PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:32	00:55:25
1.460º	2589	PATRICIO CARVALHO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:32	00:55:25
1.461º	1164	FILIPE CARVALHO	TEAM BONO	M	M40	POR	00:05:33	00:55:26
1.462º	1001	JORGE CERQUEIRA	A D AMARANTE	M	M50	POR	00:05:33	00:55:27
1.463º	2302	VASCO ALBUQUERQUE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:33	00:55:27
1.464º	2597	DAVID GUIMARAES	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:05:33	00:55:27
1.465º	2132	ANDRÉ VAZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:33	00:55:31
1.466º	2309	JAIME CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:33	00:55:32
1.467º	2022	VASCO BALIXA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:33	00:55:32
1.468º	2524	JORGE MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:33	00:55:33
1.469º	1173	ARMANDO TAVARES	SDC RUNNERS	M	M40	POR	00:05:33	00:55:34
1.470º	2111	JOSÉ ANTÓNIO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:34	00:55:35

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.471º	390	RUI PEDRO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:34	00:55:35
1.472º	1405	ALTAMIRO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:34	00:55:35
1.473º	879	ARMANDO NEVES	OS 5 À HORA	M	M20	POR	00:05:34	00:55:36
1.474º	855	HENRIQUE CRUZ	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M20	POR	00:05:34	00:55:36
1.475º	2455	RODRIGO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:34	00:55:37
1.476º	1582	RUI ANDRADE	STAROLAS	M	M20	POR	00:05:34	00:55:38
1.477º	1580	JOSE ALBERTO	STAROLAS	M	M20	POR	00:05:34	00:55:38
1.478º	2482	JOSÉ ALBERTO LOPES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:34	00:55:39
1.479º	1771	JOSE NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:34	00:55:40
1.480º	454	JOSE MANUEL GOMES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:34	00:55:42
1.481º	1639	TIAGO DANIEL OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:34	00:55:42
1.482º	2029	PAULO SERRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:34	00:55:43
1.483º	1540	NUNP MIGUEL SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:34	00:55:43
1.484º	2073	MATEUS MENDES	CENTRO VEGETARIANO	M	M20	POR	00:05:34	00:55:43
1.485º	1542	CARLOS SILVA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:34	00:55:44
1.486º	513	PEDRO SANTOS SILVA	SPORTOLICOS TT	M	M20	POR	00:05:34	00:55:44
1.487º	1125	HUGO COUTO	G C D T - BES	M	M20	POR	00:05:34	00:55:44
1.488º	293	SANDRA CARVALHO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:34	00:55:45
1.489º	1440	MANUEL FERNANDES	A R ESTRELAS DO SUL	M	M50	POR	00:05:35	00:55:48
1.490º	2762	ANTONIO COSTA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:35	00:55:49
1.491º	2759	RUI SILVA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:35	00:55:49
1.492º	1209	JOSE MATOS	G D BANCO DE POPULAR	M	M45	POR	00:05:35	00:55:50
1.493º	404	ANTONIO JOSE PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:35	00:55:51
1.494º	901	MANUEL COUTO	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M55	POR	00:05:35	00:55:52
1.495º	1756	EDUARDO BRAVA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:35	00:55:52
1.496º	899	LILIANA COSTA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	F	F20	POR	00:05:35	00:55:53
1.497º	1597	HERMINIO MOITA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:35	00:55:53
1.498º	422	JOSE ANTONIO ARCAS	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:35	00:55:53
1.499º	1162	PAULO CURADO	CDCR CTT COIMBRA	M	M20	POR	00:05:35	00:55:53
1.500º	837	ELISABETE BARBOSA	A D C C J CLARK	F	F20	POR	00:05:36	00:55:55
1.501º	1801	ANTONIO ARAUJO	ABEKULAS	M	M60	POR	00:05:36	00:55:56
1.502º	2247	FILIFE MAGALHÃES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:36	00:55:58
1.503º	1706	ANTONIO ALVES	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:36	00:55:58
1.504º	1194	FERNANDO LOPES	A B C PORTO	M	M45	POR	00:05:36	00:55:58
1.505º	2498	PAULO VEIGA	CA PÁTIO SANTO ANTÓNIO DA SOLU	M	M45	POR	00:05:36	00:55:59
1.506º	1057	JORGE PINTO	AFISOVAR - ATLETAS FIM DE SEMAN	M	M65	POR	00:05:36	00:56:01
1.507º	397	ANTONIO GONÇALVES	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:05:36	00:56:02
1.508º	1180	ALFREDO BARBOSA	PINTO & CRUZ	M	M55	POR	00:05:36	00:56:03
1.509º	2466	PEDRO PESTANA LOPES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:36	00:56:05
1.510º	1717	PEDRO AZEVEDO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:37	00:56:08
1.511º	1325	JOAQUIM SILVA	MAIA A C	M	M20	POR	00:05:37	00:56:09
1.512º	2497	GONÇALO MENDES	CA PÁTIO SANTO ANTÓNIO DA SOLU	M	M40	POR	00:05:37	00:56:10
1.513º	1262	JOSE MIGUEL OLIVEIRA	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:05:37	00:56:10
1.514º	2642	DUARTE REDONDO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:37	00:56:11
1.515º	2411	RICARDO COELHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:37	00:56:11
1.516º	1882	SIMAO MENDES	G A OS PASSAROS	M	M50	POR	00:05:37	00:56:12
1.517º	2344	HELDER OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:37	00:56:13
1.518º	1296	MARIA ALBERTINA SA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:38	00:56:15
1.519º	2048	ISA SILVA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:38	00:56:15

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.520º	2211	SOFIA RODRIGUES	OS CANSADOS	F	F20	POR	00:05:38	00:56:15
1.521º	2210	FRANCISCO JERVELL	OS CANSADOS	M	M20	POR	00:05:38	00:56:15
1.522º	2476	ANTONIO CARVALHO	CLINICA DENTARIA DE V N GAIA	M	M55	POR	00:05:38	00:56:20
1.523º	2490	FERNANDO ANTUNES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:38	00:56:22
1.524º	153	ACACIO AGUIAR	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:05:38	00:56:22
1.525º	1661	PEDRO ALEXANDRE ALVES	ASCENDI	M	M20	POR	00:05:38	00:56:23
1.526º	1671	RUI CANCELA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:38	00:56:23
1.527º	921	DUARTE LEITE DE SA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:38	00:56:25
1.528º	892	ALBANO MIRANDA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M65	POR	00:05:39	00:56:26
1.529º	2323	ELISABETE REPAS	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:39	00:56:26
1.530º	834	MARGARIDA MAGALHAES	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:39	00:56:27
1.531º	832	DIAMANTINO PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:39	00:56:28
1.532º	186	ALBERTO VALENTE	RENAS COSMICAS	M	M55	POR	00:05:39	00:56:28
1.533º	2522	ANA AZEVEDO	ROCKY MOUNTAIN PORTUGAL	F	F40	POR	00:05:39	00:56:28
1.534º	2521	ALFREDO AZEVEDO	ROCKY MOUNTAIN PORTUGAL	M	M40	POR	00:05:39	00:56:29
1.535º	2566	JOSE MANUEL PINTO	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:05:39	00:56:32
1.536º	2527	PATRICIA NOGUEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:39	00:56:33
1.537º	2528	MARLENE SILVA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:39	00:56:33
1.538º	2592	JOAO PAULO PINTO	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:05:39	00:56:33
1.539º	2030	VITOR SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:39	00:56:33
1.540º	2670	MIGUEL BARBOSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:39	00:56:34
1.541º	1127	MARIO BESSA	G C D T - BES	M	M55	POR	00:05:40	00:56:38
1.542º	1181	ALBERTO MELO	PINTO & CRUZ	M	M65	POR	00:05:40	00:56:38
1.543º	2299	MANUEL SILVA	OS ROMPE SOLAS	M	M55	POR	00:05:40	00:56:39
1.544º	334	RICARDO JORGE MAGALHAES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:40	00:56:41
1.545º	2514	DANIEL FONTES	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:40	00:56:42
1.546º	2616	TIAGO SOARES COSTA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:40	00:56:43
1.547º	1018	PEDRO CARVALHO	ARRASTASSOLAS	M	M20	POR	00:05:40	00:56:43
1.548º	1016	PEDRO MAGALHAES	ARRASTASSOLAS	M	M20	POR	00:05:40	00:56:44
1.549º	557	LUIS NORONHA TAVORA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:40	00:56:44
1.550º	144	MANUEL ALVES	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:05:40	00:56:45
1.551º	2162	MARIA TAVARES	JÁ FOMOS	F	F20	POR	00:05:41	00:56:47
1.552º	400	CARLOS ALVES	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:41	00:56:47
1.553º	1895	JOSE CASTRO	G D S.PAIO OLEIROS	M	M60	POR	00:05:41	00:56:47
1.554º	305	TELMO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:41	00:56:47
1.555º	2495	HUGO DOMINGUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:41	00:56:48
1.556º	296	RICARDO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:41	00:56:48
1.557º	80	HENRIQUE FERREIRA	C D POVOA	M	M20	POR	00:05:41	00:56:48
1.558º	673	SIMAO PEREIRA	VITORIA SPORT CLUBE	M	M60	POR	00:05:41	00:56:48
1.559º	671	JOSE FERNANDES	VITORIA SPORT CLUBE	M	M45	POR	00:05:41	00:56:49
1.560º	682	BRUNO FONTAO	VITORIA SPORT CLUBE	M	M20	POR	00:05:41	00:56:49
1.561º	2763	MARIO PEREIRA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:41	00:56:49
1.562º	1825	CARLOS CUNHA	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M40	POR	00:05:41	00:56:50
1.563º	1824	FERNANDO COELHO	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:05:41	00:56:50
1.564º	2766	JOAO SILVA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:41	00:56:50
1.565º	1159	CEU SANTOS	CDCR CTT COIMBRA	F	F40	POR	00:05:41	00:56:51
1.566º	2107	RUI FREITAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:41	00:56:51
1.567º	1644	NUNO MIGUEL CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:41	00:56:52
1.568º	1078	MANUEL MARQUES	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:05:41	00:56:52

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.569º	1833	JOAQUIM SAMPAIO	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:05:41	00:56:52
1.570º	593	CANDIDO ROCHA	G A INDEPENDENTES GAIA	M	M55	POR	00:05:41	00:56:53
1.571º	1665	AURELIO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:42	00:56:56
1.572º	1025	RUI F SOUSA	SPORT CLUB PORTO	M	M45	POR	00:05:42	00:56:56
1.573º	1420	LUIS SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:42	00:56:56
1.574º	1026	RUI OLIVEIRA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:05:42	00:56:57
1.575º	2379	HENRIQUE PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:42	00:56:58
1.576º	2381	VASCO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:42	00:56:58
1.577º	2145	RICARDO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:42	00:56:59
1.578º	852	PEDRO CRUZ	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M20	POR	00:05:42	00:57:00
1.579º	524	JOSE PEDRO GOMES	AAE BNU P.BARCA	M	M60	POR	00:05:42	00:57:02
1.580º	1980	MIGUEL MOREIRA	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:05:42	00:57:02
1.581º	2761	MIGUEL RIBEIRO	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:42	00:57:03
1.582º	2190	ANDRE MENDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:42	00:57:03
1.583º	2587	MANUEL GASPAR	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:42	00:57:04
1.584º	1974	ROSA RODRIGUES	ACADEMIA ATTITUDE	F	F20	POR	00:05:42	00:57:05
1.585º	1222	MANUEL CARNEIRO	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M65	POR	00:05:42	00:57:05
1.586º	346	LUIS MIGUEL RAMOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:42	00:57:05
1.587º	1317	PEDRO RODRIGUES	MAIA A C	M	M20	POR	00:05:43	00:57:06
1.588º	1213	SERGIO FERREIRA	CLUBE PORTUGAL TELECOM	M	M20	POR	00:05:43	00:57:07
1.589º	162	ALBERTO FREITAS SILVA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:43	00:57:08
1.590º	326	ANTONIO ARMANDO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:43	00:57:10
1.591º	907	ANTONIO SILVA	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M50	POR	00:05:43	00:57:13
1.592º	1907	JOAQUIM PEDROSA	CIRAC	M	M40	POR	00:05:43	00:57:13
1.593º	1450	JOSE MANUEL GONÇALVES	AMARENSE	M	M20	POR	00:05:43	00:57:14
1.594º	1715	JOSE TORRES	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:44	00:57:15
1.595º	2517	MIGUEL PIMENTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:44	00:57:15
1.596º	441	CARLOS BECO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:44	00:57:16
1.597º	2559	SARA ROQUE	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:05:44	00:57:16
1.598º	213	MANUEL GREGORIO CASTRO	REFRIGE	M	M50	POR	00:05:44	00:57:18
1.599º	1916	JOAQUIM OLIVEIRA	CIRAC	M	M50	POR	00:05:44	00:57:18
1.600º	880	ALBERTO ALVES	OS 5 À HORA	M	M40	POR	00:05:44	00:57:20
1.601º	262	AUGUSTO MACHADO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:44	00:57:20
1.602º	188	ARMINDO PINA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:44	00:57:22
1.603º	1784	JORGE VIEIRA	C A AMIGOS DE GRIJO	M	M55	POR	00:05:44	00:57:23
1.604º	1611	ANGELO OROSA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:44	00:57:24
1.605º	2289	MANUEL MAGALHÃES	OS ROMPE SOLAS	M	M60	POR	00:05:44	00:57:24
1.606º	767	JOSE GUSTAVO MARTINS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:05:44	00:57:24
1.607º	745	JOAO COELHO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:05:44	00:57:25
1.608º	2306	MÁRIO COSTA	OS ANTIGOS	M	M45	POR	00:05:45	00:57:26
1.609º	2647	AFONSO FIGUEIREDO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:45	00:57:26
1.610º	2308	BRANCO LIMA	OS ANTIGOS	M	M50	POR	00:05:45	00:57:26
1.611º	384	FREDERICO MARTINS	INEM	M	M20	URU	00:05:45	00:57:28
1.612º	370	MANUEL MONTEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:45	00:57:28
1.613º	2256	JOÃO QUEIRÓS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:45	00:57:28
1.614º	396	RUI FERNANDO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:45	00:57:28
1.615º	47	MIGUEL MARTINS	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:45	00:57:29
1.616º	2136	JOANA LEITE	HEALTH TEAM	F	F20	POR	00:05:45	00:57:29
1.617º	32	MIGUEL ARAUJO	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:05:45	00:57:30

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.618º	1788	MANUEL COUTO	C A AMIGOS DE GRIJO	M	M60	POR	00:05:45	00:57:32
1.619º	2055	MANUEL SOUSA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:45	00:57:32
1.620º	1785	ANTONIO FERNANDES	C A AMIGOS DE GRIJO	M	M50	POR	00:05:45	00:57:32
1.621º	2417	CARLOS PESTANA LOPES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:45	00:57:33
1.622º	354	ANTONIO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:45	00:57:33
1.623º	2461	ANA CATARINA PEREIRA NEVES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:45	00:57:33
1.624º	1578	ALEXANDRE VIANA	STAROLAS	M	M20	POR	00:05:45	00:57:34
1.625º	1388	AUGUSTO FONSECA	AMIGOS PQ BIOLOGICO	M	M40	POR	00:05:45	00:57:34
1.626º	1752	LUIS FILIPE SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:46	00:57:38
1.627º	1472	LUIS FILIPE ROCHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:46	00:57:39
1.628º	427	SOFIA ANDREIA CORREIA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:46	00:57:39
1.629º	1113	PEDRO BARBOSA	MEIO MANCOS	M	M20	POR	00:05:46	00:57:40
1.630º	2596	MANUEL GONÇALO LIMA	UNICER VITALIS	M	M55	POR	00:05:46	00:57:41
1.631º	345	MANUEL JOAQUIM PEREIRA RAMOS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:46	00:57:43
1.632º	2590	PEDRO LIMA SANTOS	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:46	00:57:43
1.633º	1768	MANUEL BAPTISTA GOMES	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:46	00:57:44
1.634º	1278	RUI MIRANDA	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:05:46	00:57:44
1.635º	1931	EDUARDO GOMES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:46	00:57:45
1.636º	1460	ISABEL SILVA	F C VIZELA	F	F20	POR	00:05:47	00:57:46
1.637º	1455	RUI MARINHO	F C VIZELA	M	M20	POR	00:05:47	00:57:46
1.638º	1454	PEDRO MATOS	F C VIZELA	M	M20	POR	00:05:47	00:57:46
1.639º	1130	JOSE TEIXEIRA	G C D T - BES	M	M40	POR	00:05:47	00:57:48
1.640º	2330	AVELINO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:47	00:57:49
1.641º	2267	SALVADOR SILVA	PARTICULAR	M	M50	POR	00:05:47	00:57:49
1.642º	33	MARIO PAULO MARTINS	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:05:47	00:57:50
1.643º	2133	AGOSTINHO FONTES	INDIVIDUAL	M	M45	MOÇ	00:05:47	00:57:50
1.644º	1032	VALDEMAR VINHAS	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:47	00:57:50
1.645º	2329	ADELINDA LOPES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:47	00:57:50
1.646º	2082	DANIEL PAZ ANTÓN	CULB ATLETISMO TUI	M	M55	ESP	00:05:47	00:57:51
1.647º	2361	TIMOTEO GUIMARAES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:47	00:57:52
1.648º	1517	FILIPE FRANÇA	ESTUDIO ADN.COM	M	M20	POR	00:05:47	00:57:52
1.649º	1705	MANUEL ANTONIO GOMES MENESES	PICA NO CHAO	M	M45	POR	00:05:47	00:57:54
1.650º	1704	FERNANDO MANUEL SOUSA ARAUJO	PICA NO CHAO	M	M45	POR	00:05:47	00:57:54
1.651º	2106	RUI NEVES	100 CLUBE	M	M20	POR	00:05:48	00:57:55
1.652º	394	JOSE DIAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:48	00:57:56
1.653º	1522	DOMINGOS PINTO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:48	00:57:56
1.654º	927	PEDRO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:48	00:57:56
1.655º	1334	BEATRIZ MARTINS	GRUNIL	F	F20	POR	00:05:48	00:57:59
1.656º	975	JOSE CHAVES	TERRORES DO ASFALTO	M	M45	POR	00:05:48	00:58:00
1.657º	1168	ALFREDO SOUSA	TEAM BONO	M	M20	POR	00:05:48	00:58:01
1.658º	721	CRISTINA GOMES	PORTORUNNERS	F	F40	POR	00:05:48	00:58:04
1.659º	2122	HUGO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:48	00:58:05
1.660º	1361	CESAR SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:49	00:58:07
1.661º	2213	JOÃO COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:49	00:58:08
1.662º	2214	LUÍS COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:49	00:58:08
1.663º	1210	COELHO FERREIRA	G D BANCO DE POPULAR	M	M65	POR	00:05:49	00:58:10
1.664º	838	MARIA DOS ANJOS NUNES	A D C C J CLARK	F	F20	POR	00:05:49	00:58:11
1.665º	2004	CARLOS FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:49	00:58:11
1.666º	1764	JOÃO PAULO VILELA	A S PORTUGAL	M	M20	POR	00:05:49	00:58:11

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.667º	1554	FILIFE SILVA	AS 11 NO FAROL	M	M45	POR	00:05:49	00:58:12
1.668º	1847	HENRIQUE GONÇALVES	C V PORTO	M	M55	POR	00:05:49	00:58:14
1.669º	1751	MARIO JOSE COSTA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:49	00:58:14
1.670º	2128	JOÃO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:49	00:58:14
1.671º	2594	NUNO DA SILVA MOREIRA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:49	00:58:14
1.672º	2160	NUNO TAVARES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:50	00:58:15
1.673º	2614	TIAGO SOUSA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:50	00:58:17
1.674º	1135	ANTONIO COSTA	G C D T - BES	M	M20	POR	00:05:50	00:58:17
1.675º	2646	MARCO MARTINS	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:50	00:58:17
1.676º	2465	JOSE PINTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:50	00:58:19
1.677º	2464	LAURA CARVALHO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:50	00:58:19
1.678º	1115	ANDRE SILVA	MEIO MANCOS	M	M20	POR	00:05:50	00:58:21
1.679º	255	RAUL ROLAO	TEJAVISTA	M	M45	POR	00:05:50	00:58:23
1.680º	2567	LUIS CAMPOS	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:50	00:58:24
1.681º	577	RUI BOTELHO	UNIDOS AO SARIÇO	M	M20	POR	00:05:50	00:58:24
1.682º	871	PEDRO VILAÇA	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:50	00:58:25
1.683º	863	RUI COSTA	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:50	00:58:25
1.684º	869	JOSE LUIS MELO	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M45	POR	00:05:50	00:58:25
1.685º	867	VASCO SANTOS	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:50	00:58:25
1.686º	1810	ANTONIO BARBOSA	SMAS PORTO	M	M50	POR	00:05:50	00:58:25
1.687º	956	ALFREDO PEREIRA	AÇOREANA CLUBE BANIF	M	M40	POR	00:05:51	00:58:26
1.688º	864	JORGE AGUIAR	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:26
1.689º	865	JOSE RODRIGUES	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:26
1.690º	862	JOAO SANTOS	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M40	POR	00:05:51	00:58:26
1.691º	875	LUDOVICO FRANCO	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:26
1.692º	872	SERAFIM NOGUEIRA	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M40	POR	00:05:51	00:58:27
1.693º	870	HUGO PECHICO	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:27
1.694º	874	JORGE SOUSA	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:27
1.695º	868	PAULO MENDES	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:27
1.696º	876	JORGE TAVARES	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:27
1.697º	873	RAUL VALEGA	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:28
1.698º	877	ANTONIO FLOR	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M40	POR	00:05:51	00:58:28
1.699º	861	JOAO SILVA	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:28
1.700º	2129	FILIFE FONTES	KAIZEN	M	M20	POR	00:05:51	00:58:29
1.701º	1588	JOSE PEREIRA	VETERANOS DO PARQUE DA CIDADE	M	M20	POR	00:05:51	00:58:30
1.702º	866	ARTUR SOARES DIAS	OS ARBITROS TAMBEM ACERTAM	M	M20	POR	00:05:51	00:58:30
1.703º	1166	SERGIO ROCHA	TEAM BONO	M	M20	POR	00:05:51	00:58:33
1.704º	2212	JOSÉ MARQUES	OS CANSADOS	M	M20	POR	00:05:51	00:58:33
1.705º	2638	JOAO DE CASTRO MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:51	00:58:33
1.706º	2270	SÉRGIO VIDEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:51	00:58:34
1.707º	1803	MEIRA FERNANDES	ABEKULAS	M	M60	POR	00:05:51	00:58:34
1.708º	1103	SERGIO FIGUEIREDO	GALITOS	M	M20	POR	00:05:52	00:58:36
1.709º	1233	RUI SILVA	ARQUEOLOGOS ATLETICO CLUBE	M	M20	POR	00:05:52	00:58:36
1.710º	2433	DALMINDO SANTIAGO	CLUBE DO PESSOAL AGUAS GAIA	M	M40	POR	00:05:52	00:58:41
1.711º	2582	JOSE RICARDO VILELA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:52	00:58:41
1.712º	1978	FILIFE CERQUEIRA	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:05:52	00:58:42
1.713º	2583	ISABEL MARIA ALMEIDA	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:05:52	00:58:43
1.714º	236	FRANCISCO DE BRITO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:52	00:58:43
1.715º	2142	JOSE ALTINO SILVA	CASA DO PESSOAL DO IVA	M	M65	POR	00:05:52	00:58:44

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.716º	507	ARMANDO MARTINS	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M45	POR	00:05:52	00:58:45
1.717º	1892	MARCO PINTO	G D S.PAIO OLEIROS	M	M20	POR	00:05:52	00:58:45
1.718º	2401	HUGO VALENTE	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:52	00:58:45
1.719º	204	RUI MANUEL SANTOS	DASDIKES	M	M20	POR	00:05:53	00:58:48
1.720º	1587	JOAO FONSECA	VETERANOS DO PARQUE DA CIDADE	M	M20	POR	00:05:53	00:58:48
1.721º	2558	ANDRE CASTRO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:53	00:58:50
1.722º	351	JOSE CLAUDIO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:53	00:58:53
1.723º	1787	EDUARDO PASSOS	C A AMIGOS DE GRIJO	M	M50	POR	00:05:53	00:58:54
1.724º	495	NUNO BOTTE	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M20	POR	00:05:54	00:58:55
1.725º	243	JOSÉ DOMINGUES	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:54	00:58:55
1.726º	2127	RUI JESUS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:54	00:58:55
1.727º	1529	JOSE SANTOS	TURBOLENTOS MAIA	M	M40	POR	00:05:54	00:58:56
1.728º	809	ALVARO VAZ	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:54	00:58:57
1.729º	2064	JORGE SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:54	00:58:57
1.730º	2765	PEDRO LENCASTRE	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:05:54	00:58:57
1.731º	2454	NUNO MORAIS DA SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:54	00:58:59
1.732º	2139	ANDRÉ RAMOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:54	00:59:01
1.733º	596	ARMANDO CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:54	00:59:02
1.734º	372	MARIA FATIMA DIAS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:54	00:59:02
1.735º	378	FILIFE LOPES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:54	00:59:02
1.736º	1132	LEOPOLDO ALVES	G C D T - BES	M	M65	POR	00:05:54	00:59:03
1.737º	501	FERNANDO TRINDADE	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M45	POR	00:05:54	00:59:05
1.738º	1015	ALBERTO RIBEIRO	C A ACADEMICA DE SAO MAMEDE - T	M	M45	POR	00:05:54	00:59:05
1.739º	436	JOANA ISABEL CARVALHO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:55	00:59:06
1.740º	497	TIAGO FERNANDES	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M20	POR	00:05:55	00:59:06
1.741º	1977	AGOSTINHO CERQUEIRA	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:05:55	00:59:07
1.742º	1937	ALBERTO BAPTISTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:55	00:59:07
1.743º	2605	JORGE SOUSA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:55	00:59:09
1.744º	391	MARIA MANUELA SILVA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:55	00:59:09
1.745º	2209	JOÃO GOMES	OS CANSADOS	M	M20	POR	00:05:55	00:59:09
1.746º	597	ANTONIO PEDRO GONÇALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:55	00:59:11
1.747º	2079	JOÃO MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:55	00:59:12
1.748º	2197	FRANCISCO SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:55	00:59:13
1.749º	158	ANGELA SALGADA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:56	00:59:16
1.750º	160	FERNANDO PENEDA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:05:56	00:59:16
1.751º	159	HELDER PENEDA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:56	00:59:16
1.752º	1760	JOSE AMORIM	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:56	00:59:19
1.753º	2648	VITOR COELHO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:05:56	00:59:20
1.754º	2198	PEDRO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:56	00:59:22
1.755º	2471	ANDRÉ GRILO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:56	00:59:24
1.756º	1870	AUGUSTO PINTO	KAGADOS	M	M65	POR	00:05:56	00:59:24
1.757º	2060	JOÃO MONTEIRO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:56	00:59:24
1.758º	2499	DAV ID ROSAS MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:56	00:59:24
1.759º	2656	ALFREDO MAGALHAES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:56	00:59:25
1.760º	1628	CLAUDIO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:57	00:59:26
1.761º	1789	ANTONIO AMORIM	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:05:57	00:59:26
1.762º	1579	JOAO PAULO GONÇALVES	STAROLAS	M	M20	POR	00:05:57	00:59:30
1.763º	1880	ALBINO COSTA	ADEC MACIEIRA DE SARNES	M	M55	POR	00:05:57	00:59:31
1.764º	1398	ANA SALGADO	C P TRAB BAIRRO DE CARCAVELOS	F	F20	POR	00:05:57	00:59:32

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.765º	1750	HELDER FARIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:57	00:59:32
1.766º	775	LUÍSA MOREIRA	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:05:57	00:59:32
1.767º	1400	EDUARDO MARTINS	GRUNIL	M	M20	POR	00:05:57	00:59:32
1.768º	735	FILIFE SILVA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:05:57	00:59:32
1.769º	2479	RUI LÉ COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	BÉL	00:05:57	00:59:33
1.770º	2266	PAULO CÉSAR SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:58	00:59:36
1.771º	2585	DANIEL FILIFE PEIXOTO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:05:58	00:59:37
1.772º	2623	VITOR MANUEL ABREU	UNICER VITALIS	M	M55	POR	00:05:58	00:59:38
1.773º	2061	MOHAMMED MOUDNIB	INDIVIDUAL	M	M40	MAR	00:05:58	00:59:38
1.774º	1772	EDUARDO PINTO	MAJESTIC CAFE	M	M20	POR	00:05:58	00:59:39
1.775º	2570	SARA MARTINS	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:05:58	00:59:40
1.776º	764	JOSE PINTO	PORTORUNNERS	M	M60	POR	00:05:58	00:59:40
1.777º	2580	RITA MELO	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:05:58	00:59:40
1.778º	1389	CARLOS MONTEIRO	AMIGOS PQ BIOLOGICO	M	M50	POR	00:05:58	00:59:41
1.779º	1506	FERNANDA BRANDAO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:58	00:59:43
1.780º	1509	RAQUEL CARVALHO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:58	00:59:43
1.781º	1662	PEDRO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:58	00:59:44
1.782º	1850	MANUEL PEREIRA	C V PORTO	M	M65	POR	00:05:58	00:59:44
1.783º	474	EURICO COELHO	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:05:58	00:59:44
1.784º	1670	EMANUEL COELHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:58	00:59:45
1.785º	517	CENK TURKINAN	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:58	00:59:45
1.786º	516	ANA SOFIA RAMOS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:05:58	00:59:45
1.787º	2163	NELSON RÉ	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:05:59	00:59:46
1.788º	1716	JOAO FILIFE NUNES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:59	00:59:46
1.789º	2488	HUGO SARMENTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:59	00:59:49
1.790º	563	NUNO CACHADA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:59	00:59:51
1.791º	2636	BRUNO VILARINHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:59	00:59:52
1.792º	2520	RICARDO VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:05:59	00:59:53
1.793º	2507	JOSÉ REIS	ACP - ATLETISMO CLUBE PORTALEGR	M	M20	POR	00:05:59	00:59:53
1.794º	2275	MARIA GUERRA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:05:59	00:59:54
1.795º	1487	FERNANDO SILVA	DASDIKES	M	M45	POR	00:06:00	00:59:55
1.796º	217	RUI AZEVEDO	REFRIGE	M	M50	POR	00:06:00	00:59:55
1.797º	490	MANUEL CARLOS CUNHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:00	00:59:55
1.798º	1342	JOSE CARLOS	MAIA A C	M	M40	POR	00:06:00	00:59:55
1.799º	2112	MARTA NEVES	OPORTO SQUASH & RUNNING	F	F20	POR	00:06:00	00:59:57
1.800º	367	CARLOS CAPELA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:00	00:59:57
1.801º	1718	FLAVIO RAMOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:00	00:59:58
1.802º	1982	HELDER .	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:06:00	00:59:59
1.803º	1020	CARLA MOREIRA	ARRASTASSOLAS	F	F20	POR	00:06:00	00:59:59
1.804º	976	SERGIO SILVA	TERRORES DO ASFALTO	M	M20	POR	00:06:00	01:00:00
1.805º	974	SARA PINTO	TERRORES DO ASFALTO	F	F20	POR	00:06:00	01:00:00
1.806º	623	NUNO MARTINS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:00	01:00:00
1.807º	1683	PEDRO HENRIQUES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:00	01:00:00
1.808º	1038	SIMAO MOREIRA	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:06:00	01:00:01
1.809º	1047	FERNANDO AIRES	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:06:00	01:00:01
1.810º	1034	ALBERTO LUCAS	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:06:00	01:00:02
1.811º	1039	FILIFE MAGALHAES	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:06:00	01:00:02
1.812º	1036	JOAO GONÇALVES	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:06:00	01:00:02
1.813º	2600	SANDRA VIEIRA	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:06:00	01:00:02

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.814º	1669	JORGE CRUZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:00	01:00:04
1.815º	229	ALEXANDRE SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:00	01:00:05
1.816º	1093	JORGE VAZ	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:01	01:00:06
1.817º	2767	JORGE LIZ	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:06:01	01:00:06
1.818º	2622	NUNO ALEXANDRE TEIXEIRA CALDAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:01	01:00:10
1.819º	2376	GABRIELA MADEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:01	01:00:10
1.820º	2375	MÁRCIA MADEIRA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:01	01:00:11
1.821º	2374	RUI MADEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:01	01:00:11
1.822º	2377	ANTÓNIO MORGADO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:06:01	01:00:12
1.823º	1805	EDUARDO RODRIGUES	ABEKULAS	M	M40	POR	00:06:01	01:00:13
1.824º	1255	NUNO PEREIRA	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:06:01	01:00:14
1.825º	1851	JUSTINO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:01	01:00:14
1.826º	2069	FLAVIA ALIBERTI	INDIVIDUAL	F	F20	BRA	00:06:02	01:00:17
1.827º	1350	TIAGO OLIVEIRA	MAIA A C	M	M20	POR	00:06:02	01:00:23
1.828º	1562	ISABEL MARIA QUEIROS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:02	01:00:24
1.829º	485	ANA ANTUNES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	F	F20	POR	00:06:02	01:00:25
1.830º	182	JOAO MATOS	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:03	01:00:27
1.831º	518	CARLOS MORAIS	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:03	01:00:28
1.832º	819	VASCO MESQUITA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:06:03	01:00:28
1.833º	1997	IVENS KUCHARSKI	INDIVIDUAL	M	M20	BRA	00:06:03	01:00:32
1.834º	2010	LUÍS RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:03	01:00:32
1.835º	1340	CARLOS SOARES	MAIA A C	M	M45	POR	00:06:04	01:00:36
1.836º	1351	FERNANDA COSTA	MAIA A C	M	M45	POR	00:06:04	01:00:36
1.837º	1069	ANA LEITE	SPORT CLUB PORTO	F	F20	POR	00:06:04	01:00:36
1.838º	368	MANUEL COELHO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:04	01:00:38
1.839º	555	PAULO MANUEL PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:04	01:00:38
1.840º	2058	MANUEL OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:04	01:00:39
1.841º	1531	MIGUEL TAVARES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:04	01:00:41
1.842º	1691	PEDRO FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:04	01:00:41
1.843º	1586	PAULO MONTEIRO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:04	01:00:43
1.844º	1623	JOSE MANUEL RODRIGUES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:04	01:00:43
1.845º	2756	JORGE MANUEL BASTO	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:06:04	01:00:45
1.846º	2143	DANIELA CUNHA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:05	01:00:46
1.847º	2757	ANA PATRICIA ROCHA	UNICER VITALIS	F	F20	POR	00:06:05	01:00:46
1.848º	2114	ANGELO SENRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:05	01:00:47
1.849º	2141	MIGUEL CATARINO	PICOS AGRESTES	M	M20	POR	00:06:05	01:00:47
1.850º	38	PEDRO MOREIRA	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:06:05	01:00:48
1.851º	537	JOAQUIM MONTEIRO	CASA BENFICA LOUSADA	M	M45	POR	00:06:05	01:00:48
1.852º	541	ANTONIO GONÇALVES	CASA BENFICA LOUSADA	M	M40	POR	00:06:05	01:00:49
1.853º	538	PAULO CAMPOS	CASA BENFICA LOUSADA	M	M40	POR	00:06:05	01:00:49
1.854º	2314	MIGUEL FONSECA	SALÃO JOGOS SONHO	M	M20	POR	00:06:05	01:00:49
1.855º	2115	ANA MAGALHAES BASTO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:05	01:00:50
1.856º	2402	LUÍS GUIMARÃES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:05	01:00:50
1.857º	426	PAULA REIS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:05	01:00:51
1.858º	439	JOSE LUIS CAMPOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:05	01:00:51
1.859º	2362	MARIANO SARNO	INDIVIDUAL	M	M50	ITÁ	00:06:05	01:00:52
1.860º	1050	JOSE CUNHA	OS LARANJINHAS	M	M40	POR	00:06:05	01:00:53
1.861º	2130	HUGO QUEIROZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:05	01:00:53
1.862º	511	MIGUEL SILVA	SPORTOLICOS TT	M	M20	POR	00:06:06	01:00:55

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.863º	1480	ISAAC COSTA	POLICIA MUNICIPAL MTS	M	M20	POR	00:06:06	01:00:55
1.864º	1613	MARIO DIAS	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:06:06	01:00:56
1.865º	2618	LUIS SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:06	01:00:57
1.866º	341	PEDRO ARAUJO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:06	01:00:57
1.867º	1765	JOAQUIM NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:06	01:00:59
1.868º	1688	AGUSTIN LAMAS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:06	01:01:00
1.869º	2183	JOÃO SOARES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:06	01:01:01
1.870º	1720	GIL MOREIRA NUNES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:06	01:01:02
1.871º	512	JOAO SILVA	SPORTOLICOS TT	M	M20	POR	00:06:06	01:01:02
1.872º	2501	DANIEL ALVES	UNIDOS AO SARIÇO	M	M20	POR	00:06:07	01:01:10
1.873º	2027	ADOLFO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:07	01:01:13
1.874º	2253	FRANCISCO FORTE	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:07	01:01:13
1.875º	2149	DANIEL TREVISANI	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:06:08	01:01:15
1.876º	2097	DANIELA PALHARES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:08	01:01:15
1.877º	1712	PEDRO CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:08	01:01:15
1.878º	2530	JOSE LUIS SILVA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:08	01:01:16
1.879º	1212	JOSE MOITA	G D BANCO DE POPULAR	M	M50	POR	00:06:08	01:01:17
1.880º	1549	FERNANDO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:08	01:01:17
1.881º	1512	JOSE NOGUEIRA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:08	01:01:21
1.882º	239	ANGELO SILVA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:08	01:01:22
1.883º	306	CLAUDIA FERNANDES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:08	01:01:23
1.884º	238	ALMERINDO GOMES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:08	01:01:23
1.885º	1556	MARIA CRISTINA FERNANDES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:09	01:01:27
1.886º	2283	ANTÓNIO MENDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:09	01:01:27
1.887º	1589	MIGUEL SAMPAYO	VETERANOS DO PARQUE DA CIDADE	M	M20	POR	00:06:09	01:01:32
1.888º	1304	GORETI JUNQUEIRA	C D C NAVAIS	F	F20	POR	00:06:09	01:01:34
1.889º	2025	JOANA VAZ	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:10	01:01:35
1.890º	2467	JOSÉ MONJARDINO	G D DEUTSCHE BANK	M	M20	POR	00:06:10	01:01:36
1.891º	2545	LIGIA SABUGAL	INDIVIDUAL	F	F40	COL	00:06:10	01:01:39
1.892º	1265	ELISA MORAIS	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:06:10	01:01:42
1.893º	358	JAIME JORGE PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:10	01:01:42
1.894º	389	TERESA SILVA FERREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:10	01:01:42
1.895º	166	JOSE LOPES	BLOCO DE NOTAS-CENTRO DE ESTU	M	M40	POR	00:06:10	01:01:44
1.896º	1996	JOSE MACHADO	CASA PESSOAL RTP	M	M55	POR	00:06:10	01:01:44
1.897º	1165	FRANCISCO LOPES	TEAM BONO	M	M20	POR	00:06:11	01:01:46
1.898º	532	RUI FERREIRA	SAPADORES PORTO	M	M20	POR	00:06:11	01:01:46
1.899º	1347	ELIZABETE VIEIRA	MAIA A C	F	F20	POR	00:06:11	01:01:47
1.900º	410	MARISA ALEXANDRE BORGES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:11	01:01:48
1.901º	1583	RENATO VIANA	STAROLAS	M	M20	POR	00:06:11	01:01:48
1.902º	1476	LUIS ANDRE CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:11	01:01:49
1.903º	2641	BRUNO ALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:11	01:01:50
1.904º	392	MARGARIDA NUNES	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:11	01:01:51
1.905º	393	ANA MARIA BATISTA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:11	01:01:51
1.906º	1685	JOAO ASCENSAO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:11	01:01:53
1.907º	599	FILIFE CORREIA ALMEIDA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:12	01:01:55
1.908º	1260	MARIO PALMEIRAO	HOLMES PLACE	M	M55	POR	00:06:12	01:01:58
1.909º	142	HUGO MARTINS	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:06:12	01:02:00
1.910º	148	AVELINO BOTELHO	CAETANO FORMULA	M	M20	POR	00:06:12	01:02:01
1.911º	1778	MIGUEL CRUZ	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:12	01:02:02

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.912º	496	ANTONIO FERNANDES	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	M50	POR	00:06:12	01:02:02
1.913º	607	PEDRO LOBO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:12	01:02:05
1.914º	1958	ANTONIO TAVARES	C V PORTO	M	M45	POR	00:06:13	01:02:06
1.915º	1561	CARLOS VALGA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:13	01:02:07
1.916º	407	EDMUNDO SILVA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:13	01:02:09
1.917º	817	TIAGO ANDRADE	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:06:13	01:02:10
1.918º	2572	RICARDO LIRIO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:13	01:02:10
1.919º	2071	ANA MOURA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:13	01:02:13
1.920º	2601	PEDRO SILVA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:13	01:02:14
1.921º	2072	MÁRIO PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:13	01:02:14
1.922º	2317	VITOR LICINIO	SALÃO JOGOS SONHO	M	M45	POR	00:06:14	01:02:16
1.923º	2150	PEDRO FREITAS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:14	01:02:17
1.924º	1700	SUSANA NETA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:14	01:02:23
1.925º	1678	PAULO NETA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:14	01:02:25
1.926º	2260	RICARDO AMORIM	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:15	01:02:26
1.927º	2225	JOÃO MENDES	VVTEMDESER	M	M40	POR	00:06:15	01:02:26
1.928º	1546	ALFREDO LOPES	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:15	01:02:27
1.929º	1935	JOSE CARLOS LOPES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:15	01:02:29
1.930º	1657	JOSE SOUTO CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:15	01:02:30
1.931º	1959	RUI RESENDE	C V PORTO	M	M45	POR	00:06:15	01:02:31
1.932º	1741	MANUEL ANTONIO CARDOSO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:15	01:02:32
1.933º	1719	MANUEL COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:15	01:02:32
1.934º	923	PEDRO PINTO	AMIGOS DO ATLETISMO DE GONDOMA	M	M20	POR	00:06:15	01:02:34
1.935º	1737	NELSON JESUS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:16	01:02:37
1.936º	2322	JOÃO FREITAS	G D DEUTSCHE BANK	M	M20	POR	00:06:16	01:02:39
1.937º	2321	LUÍS AZEVEDO	G D DEUTSCHE BANK	M	M20	POR	00:06:16	01:02:39
1.938º	1869	PAULO ALMEIDA	KAGADOS	M	M50	POR	00:06:16	01:02:42
1.939º	780	MANUEL PUERTA DA COSTA	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:06:16	01:02:45
1.940º	2370	JOSÉ CORREIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:17	01:02:51
1.941º	2005	JOAO GARCIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:17	01:02:51
1.942º	1625	FILIPPE ALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:17	01:02:53
1.943º	2117	RUI PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:17	01:02:53
1.944º	1134	JOSE SOUSA	G C D T - BES	M	M20	POR	00:06:18	01:02:55
1.945º	629	HELDER NORA	S S MONTEPIO	M	M45	POR	00:06:18	01:02:57
1.946º	2070	FERNANDO BARBEDO	BUGGY	M	M20	POR	00:06:18	01:02:59
1.947º	658	JOSE PRESA	APFC-SLB105	M	M45	POR	00:06:18	01:03:01
1.948º	522	RICARDO ALMA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:18	01:03:03
1.949º	2231	JORGE NETO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:18	01:03:03
1.950º	589	ALBERTO MOURA	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:19	01:03:06
1.951º	2184	PAULO SENA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:19	01:03:07
1.952º	2239	JORGE CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:19	01:03:10
1.953º	2059	CONCEIÇÃO PINTO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:19	01:03:10
1.954º	215	HENRIQUE JOSE BRANDAO	REFRIGE	M	M45	POR	00:06:19	01:03:11
1.955º	216	HENRIQUE SOUSA	REFRIGE	M	M55	POR	00:06:19	01:03:11
1.956º	214	MARIA TERESA BRANDAO	REFRIGE	F	F40	POR	00:06:19	01:03:12
1.957º	1229	JOEL CLETO	ARQUEOLOGOS ATLETICO CLUBE	M	M45	POR	00:06:19	01:03:13
1.958º	1595	PEDRO VIEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:20	01:03:16
1.959º	1507	RUI CASTRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:20	01:03:16
1.960º	2384	NUNO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:20	01:03:16

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
1.961º	2349	LUIS VILAÇA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:20	01:03:17
1.962º	2523	ABILIO BRANDAO	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:20	01:03:17
1.963º	1552	CARLOS RODRIGUES	AS 11 NO FAROL	M	M50	POR	00:06:20	01:03:18
1.964º	2116	FRANCISCO GOMEZ	INDIVIDUAL	M	M50	ESP	00:06:20	01:03:20
1.965º	2169	RUI LOPES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:20	01:03:20
1.966º	1490	JOSE FALCÃO	RIO LARGO C ESPINHO	M	M55	POR	00:06:20	01:03:21
1.967º	2003	DIANA SILVA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:20	01:03:24
1.968º	48	JOSÉ NEVES	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:20	01:03:24
1.969º	759	JORGE TEIXEIRA	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:06:20	01:03:24
1.970º	770	JOSE MEIRELES PEREIRA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:06:20	01:03:24
1.971º	2170	ANA PEREIRA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:21	01:03:29
1.972º	1645	JOSE JOAQUIM MARQUES PACHECO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:21	01:03:31
1.973º	1285	HELDER PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:21	01:03:33
1.974º	2041	JORGE DUARTE	JJ	M	M40	POR	00:06:21	01:03:34
1.975º	2599	AMERICO MARQUES	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:22	01:03:35
1.976º	1647	FLAVIA SANTOS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:22	01:03:36
1.977º	2291	VITOR MOTA	OS ROMPE SOLAS	M	M60	POR	00:06:22	01:03:38
1.978º	1174	PEDRO CARVALHO	SDC RUNNERS	M	M20	POR	00:06:22	01:03:40
1.979º	2080	JOANA SANTOS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:22	01:03:41
1.980º	2155	SUSANA CAMACHO	INDIVIDUAL	F	F40	ESP	00:06:22	01:03:41
1.981º	44	IVO MAGALHAES	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:06:22	01:03:42
1.982º	909	JOAO PINTO	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	M	M45	POR	00:06:22	01:03:45
1.983º	415	MIGUEL COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:23	01:03:47
1.984º	416	JERSON MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:23	01:03:47
1.985º	363	ANGELO MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:23	01:03:48
1.986º	2469	JOSÉ SANTOS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:23	01:03:48
1.987º	1305	JOSE SILVA	C D C NAVAIS	M	M20	POR	00:06:23	01:03:48
1.988º	1976	TIAGO PINTO	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:06:23	01:03:49
1.989º	2356	VANIA GANDRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:23	01:03:49
1.990º	230	EDUARDO CARIDADE	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:23	01:03:49
1.991º	1295	ANA PATRICIA SA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:23	01:03:50
1.992º	2357	VITOR PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:23	01:03:51
1.993º	1792	ABEL MOREIRA ALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:23	01:03:53
1.994º	1176	ANDRE VILAS - BOAS	SDC RUNNERS	M	M20	POR	00:06:23	01:03:53
1.995º	53	ANTONIO COSTA	LIBERTY SEGUROS	M	M20	POR	00:06:24	01:03:55
1.996º	983	MANUEL BARBOSA	C INDEPENDENTE DE ATLETISMO DE A	M	M65	POR	00:06:24	01:03:55
1.997º	2066	FERNANDO SILVA	IRADOS	M	M20	POR	00:06:24	01:03:57
1.998º	2038	PEDRO COSTA	BIKEASS	M	M20	POR	00:06:24	01:03:57
1.999º	2337	HELGA ATAIDE	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:24	01:03:57
2.000º	2462	LUIS FERREIRA	BIKEASS	M	M20	POR	00:06:24	01:03:57
2.001º	2039	MANUEL COSTA	BIKEASS	M	M50	POR	00:06:24	01:03:58
2.002º	2191	CATARINA OLIVEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:24	01:03:58
2.003º	2224	TERESA OLIVEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:24	01:03:59
2.004º	2126	ANDRÉ MAYER	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:24	01:04:00
2.005º	373	ANGELO MIGUEL CABRAL	AMIGOS DA CORRIDA 76	M	M20	POR	00:06:24	01:04:01
2.006º	1014	SANDRA MENDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:24	01:04:02
2.007º	1707	RASALBA LEAO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:25	01:04:11
2.008º	1709	CESAR LEAO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:25	01:04:12
2.009º	1674	JOSE MARIO TENREIRO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:25	01:04:14

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
2.010º	1673	PAULA SILVA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:25	01:04:14
2.011º	1090	HENRIQUE MOURA	MEIO MANCOS	M	M20	POR	00:06:26	01:04:16
2.012º	1117	CLAUDIO DUARTE	MEIO MANCOS	M	M50	POR	00:06:26	01:04:16
2.013º	235	CESAR PINTO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:26	01:04:16
2.014º	1970	DARIO LOURENÇO	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:06:26	01:04:20
2.015º	503	PAULA BARROS	CLUBE MILLENNIUM BCP	F	F40	POR	00:06:26	01:04:21
2.016º	2201	DANIEL COSTA	BIKEASS	M	M20	POR	00:06:26	01:04:23
2.017º	1547	JOSE CARLOS ALVES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:26	01:04:23
2.018º	2346	CLARINDO CARVALHO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:06:27	01:04:29
2.019º	554	RUI LEMOS	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:27	01:04:31
2.020º	1532	JOAO PAULO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:27	01:04:34
2.021º	2036	PEDRO CRISPIM	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:28	01:04:36
2.022º	1581	RICARDO ALMEIDA	STAROLAS	M	M20	POR	00:06:28	01:04:37
2.023º	2380	JOSÉ SILVA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:06:28	01:04:41
2.024º	2382	SUSANA MOREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:28	01:04:41
2.025º	971	JOAO REBELO	TERRORES DO ASFALTO	M	M50	POR	00:06:28	01:04:43
2.026º	2108	JOSÉ AZEVEDO	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:28	01:04:44
2.027º	2000	CAROLINA PEREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:28	01:04:44
2.028º	2755	MARIO ALBUQUERQUE	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:28	01:04:44
2.029º	380	AMANDIO TORRES OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:29	01:04:46
2.030º	710	ANTÓNIO VIEIRA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:06:29	01:04:49
2.031º	1742	ANA RITA PEREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:29	01:04:49
2.032º	478	LILIANA RODRIGUES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	F	F20	POR	00:06:29	01:04:49
2.033º	291	RUI RAMOS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:29	01:04:50
2.034º	194	PAULO ALEXANDRE COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:29	01:04:51
2.035º	2420	PAULO OLIVEIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:29	01:04:52
2.036º	383	PAULO JORGE LEITE	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:29	01:04:53
2.037º	854	EURICO NASCIMENTO	COMPANHIA DO BAZOFIAS	M	M40	POR	00:06:29	01:04:54
2.038º	657	PAULO MATOS	APFC-SLB105	M	M45	POR	00:06:29	01:04:54
2.039º	1610	MANUEL OROSA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:30	01:04:56
2.040º	1328	ANTONIO ALVES	MAIA A C	M	M20	POR	00:06:30	01:04:56
2.041º	1593	MANUEL CARVALHO	B V MOREIRA - MAIA	M	M45	POR	00:06:30	01:05:00
2.042º	2092	ELSA MARTINS	I-RUN	F	F40	POR	00:06:30	01:05:04
2.043º	2121	MIGUEL MARTINS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:30	01:05:05
2.044º	1434	ISABEL CORREIA	A KARATE FELGUEIRAS	F	F20	POR	00:06:31	01:05:07
2.045º	476	ALEXANDRA REIS	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	F	F20	POR	00:06:31	01:05:09
2.046º	1028	JOSE OLIVEIRA	SPORT CLUB PORTO	M	M40	POR	00:06:31	01:05:11
2.047º	440	VITOR BECO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:32	01:05:15
2.048º	2568	RICARDO CARVALHO	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:32	01:05:16
2.049º	1154	JOSE NEVES CASTELO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:32	01:05:22
2.050º	187	ALEXANDRE ROCHA	RENAS COSMICAS	M	M40	POR	00:06:32	01:05:22
2.051º	1131	TELMA MONTEIRO	G C D T - BES	F	F40	POR	00:06:32	01:05:23
2.052º	1378	AUGUSTO ANTUNES	A MOINHO VERMOIM	M	M45	POR	00:06:33	01:05:27
2.053º	1654	PEDRO BALDAIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:33	01:05:34
2.054º	794	PAULA PAIVA	PORTORUNNERS	F	F40	POR	00:06:34	01:05:38
2.055º	1722	JOSE ALVES	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:34	01:05:39
2.056º	1724	ANTONIO ROCHA	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:34	01:05:45
2.057º	2233	FILIPPE GONCALVES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:35	01:05:46
2.058º	2232	MANUEL SOUSA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:35	01:05:46

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
2.059º	2284	FERNANDO SANTOS SILVA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:35	01:05:49
2.060º	2629	JOAO VALENTE	RENAS COSMICAS	M	M20	POR	00:06:36	01:05:55
2.061º	1521	FRANCISCO SOARES	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:36	01:05:56
2.062º	2285	MARIA JOÃO	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:36	01:05:58
2.063º	1947	ALIPIO CARMO	C V PORTO	M	M60	POR	00:06:36	01:06:01
2.064º	2063	RENATO SOUSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:37	01:06:08
2.065º	1966	ANETTE KIND	C V PORTO	F	F40	POR	00:06:37	01:06:08
2.066º	1702	JOSE MOISES PINTO	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:37	01:06:09
2.067º	1256	MARIO FERNANDES	HOLMES PLACE	M	M40	POR	00:06:37	01:06:09
2.068º	1281	PAULA CORREIA	HOLMES PLACE	F	F20	POR	00:06:37	01:06:10
2.069º	2778	RUI PINHEIRO	LIBERTY SEGUROS	M	M20	POR	00:06:37	01:06:13
2.070º	157	RITA SILVA	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:06:38	01:06:17
2.071º	725	EDUARDO VERDE PINHO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:06:38	01:06:20
2.072º	997	PAULO MACHADO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:38	01:06:21
2.073º	998	CARLA FERREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:38	01:06:21
2.074º	2577	JORGE ESTEVES	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:06:39	01:06:27
2.075º	2241	RAUL VIDEIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:06:39	01:06:28
2.076º	2505	FERNANDO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:39	01:06:28
2.077º	2333	LUIS ALBERTO	INDIVIDUAL	M	M60	POR	00:06:39	01:06:28
2.078º	2504	PEDRO RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:39	01:06:29
2.079º	1041	LUIS BROCHADO	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:06:39	01:06:31
2.080º	2608	JORGE ROCHA	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:06:39	01:06:31
2.081º	1990	RUTE SOUSA	ACADEMIA ATTITUDE	F	F20	POR	00:06:40	01:06:35
2.082º	1969	BRUNO LOURENÇO	ACADEMIA ATTITUDE	M	M20	POR	00:06:40	01:06:35
2.083º	1105	GORETE RIBEIRO	GALITOS	F	F20	POR	00:06:40	01:06:38
2.084º	1013	JOAO MARTINS	GRUNIL	M	M55	POR	00:06:40	01:06:40
2.085º	1525	ALBERTINO SANTOS	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:41	01:06:49
2.086º	321	RUTE GONÇALVES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:41	01:06:52
2.087º	172	ANTONIO SOARES	AS CANSADAS DA AZENHA	M	M55	POR	00:06:41	01:06:54
2.088º	2392	CARLOS OLIVEIRA	FIT FUN - VALE DE CAMBRA	M	M20	MOÇ	00:06:42	01:06:58
2.089º	1031	FILIPE VINHAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:42	01:06:58
2.090º	1274	MARIA CLARA ANDRE	HOLMES PLACE	F	F40	POR	00:06:42	01:07:00
2.091º	1273	MANUEL AFONSO	HOLMES PLACE	M	M50	POR	00:06:42	01:07:01
2.092º	379	TANIA SANTOS	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:43	01:07:13
2.093º	1651	ANA OLIVIA CARDOSO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:44	01:07:20
2.094º	361	CARLOS MANUEL CABOUCO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:44	01:07:21
2.095º	1211	EDUARDO ALMEIDA	G D BANCO DE POPULAR	M	M60	POR	00:06:44	01:07:22
2.096º	193	MANUEL ANTONIO ALMEIDA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:45	01:07:26
2.097º	746	JOAO FONSECA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:06:45	01:07:26
2.098º	2157	FERNANDO TEIXEIRA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:45	01:07:27
2.099º	2768	MIGUEL GOMES	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:06:45	01:07:28
2.100º	1659	FELIX DIAS	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:06:45	01:07:30
2.101º	2017	ANTONIO PAIVA CORREIA	CENTRO VEGETARIANO	M	M50	POR	00:06:45	01:07:31
2.102º	327	ARMINDO JOSE SOARES	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:46	01:07:41
2.103º	1275	JOSE PIRES	HOLMES PLACE	M	M20	POR	00:06:47	01:07:49
2.104º	1188	CARLOS MATOS	A B C PORTO	M	M20	POR	00:06:47	01:07:52
2.105º	1189	PAULO LIMA	A B C PORTO	M	M40	POR	00:06:47	01:07:52
2.106º	1533	TIAGO FREITAS	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:47	01:07:52
2.107º	1484	GONÇALO ALMEIDA	RENAS COSMICAS	M	M20	POR	00:06:48	01:08:03

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
2.108º	185	NELSON VALENTE	RENAS COSMICAS	M	M20	POR	00:06:48	01:08:03
2.109º	184	MARIA CRISTINA PEREZ	RENAS COSMICAS	F	F20	POR	00:06:48	01:08:03
2.110º	72	CRISTINA SANTOS	TERRORES DO ASFALTO	F	F20	POR	00:06:49	01:08:07
2.111º	67	SILVIA TOMAS	TERRORES DO ASFALTO	F	F20	POR	00:06:49	01:08:07
2.112º	2037	PEDRO SILVA	BIKEASS	M	M20	POR	00:06:50	01:08:15
2.113º	406	JOSE CARLOS MOUTINHO	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:52	01:08:38
2.114º	1776	CARLA FONSECA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:52	01:08:38
2.115º	2607	DANIEL JOSE LAPA	UNICER VITALIS	M	M20	POR	00:06:52	01:08:41
2.116º	2606	JOSE ANTONIO LAPA	UNICER VITALIS	M	M45	POR	00:06:52	01:08:41
2.117º	2172	CLAUDIO MAIA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:52	01:08:45
2.118º	2024	ALBERTO BALDAQUE	G D DEUTSCHE BANK	M	M20	POR	00:06:53	01:08:47
2.119º	2018	MIGUEL PIMENTEL	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:06:53	01:08:47
2.120º	1660	RUI MANUEL MAGALHAES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:06:53	01:08:47
2.121º	2098	ANTÓNIO COSTA	IRADOS	M	M20	POR	00:06:53	01:08:53
2.122º	2421	RUI IVO LOPES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:54	01:08:58
2.123º	2775	JORGE SIMOES	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:06:54	01:08:59
2.124º	1981	SONIA .	ACADEMIA ATTITUDE	F	F20	POR	00:06:54	01:08:59
2.125º	2261	VASCO PEREIRA	CONTROLAR	M	M20	POR	00:06:54	01:09:02
2.126º	1177	MINICA MEIRELES	SDC RUNNERS	F	F20	POR	00:06:54	01:09:02
2.127º	2262	SARA OLIVEIRA	CONTROLAR	F	F20	POR	00:06:54	01:09:02
2.128º	2287	JOAO ANDRADE	OS ROMPE SOLAS	M	M50	POR	00:06:55	01:09:06
2.129º	1019	MARIO SANTOS	ARRASTASSOLAS	M	M20	POR	00:06:55	01:09:06
2.130º	2144	SANDRA ISABEL SILVA	CASA DO PESSOAL DO IVA	F	F20	POR	00:06:55	01:09:10
2.131º	1838	JAIME QUEIROS	IPBRICK	M	M20	POR	00:06:55	01:09:11
2.132º	628	CARMEN CRISTINA SANTOS LIMA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:56	01:09:17
2.133º	301	SERAFIM RIBEIRO	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:56	01:09:19
2.134º	2413	JOÃO ALMEIDA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:06:56	01:09:22
2.135º	1658	JOAQUIM SOUSA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:06:57	01:09:32
2.136º	37	JORGE BARREIROS	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:06:59	01:09:53
2.137º	371	ISABEL ROCHA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:06:59	01:09:54
2.138º	386	SERGIO ANDRE MOREIRA	INEM	M	M20	POR	00:06:59	01:09:54
2.139º	2779	JOSE MOUTINHO	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:07:01	01:10:09
2.140º	1169	JORGE MANUEL CHAVES	SDC RUNNERS	M	M50	POR	00:07:01	01:10:12
2.141º	1860	MIGUEL CAMPOS	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:07:01	01:10:14
2.142º	385	SONIA CELESTE CUNHA	INEM	F	F20	POR	00:07:02	01:10:15
2.143º	1550	ANTONIO COSTA	INDIVIDUAL	M	M45	POR	00:07:02	01:10:16
2.144º	1044	CATARINA LEITE	A KARATE FELGUEIRAS	F	F20	POR	00:07:02	01:10:20
2.145º	1270	MANUEL MEIRELES	HOLMES PLACE	M	M60	POR	00:07:03	01:10:29
2.146º	1859	ANA MARIA CAMPOS	INDIVIDUAL	F	F40	POR	00:07:03	01:10:29
2.147º	127	JOSE MIGUEL CLEMENTE	CAETANO FORMULA	M	M50	POR	00:07:03	01:10:30
2.148º	1508	ALEXANDRE MAGALHAES	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:07:05	01:10:54
2.149º	750	JOAO MEIXEDO	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:08	01:11:23
2.150º	2244	TIAGO MENESES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:09	01:11:34
2.151º	2508	LUÍS COSTEIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:10	01:11:35
2.152º	778	MANUEL PENA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:38
2.153º	791	NICOLAS HURST	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:38
2.154º	2445	FREIRE SALGADO	INDIVIDUAL	F	F40	ESP	00:07:10	01:11:39
2.155º	741	ISABEL DUARTE	PORTORUNNERS	F	F40	POR	00:07:10	01:11:39
2.156º	781	MANUEL RIBOIA	PORTORUNNERS	M	M65	POR	00:07:10	01:11:39

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
2.157º	806	RUI LEMOS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:39
2.158º	774	LUIS PIRES	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:39
2.159º	771	JOSE TEIXEIRA	PORTORUNNERS	M	M65	POR	00:07:10	01:11:39
2.160º	734	FILIPE LEMOS	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:39
2.161º	662	AMANDIO SILVA	CLUBE PESSOAL EDP PORTO	M	M45	POR	00:07:10	01:11:39
2.162º	743	JOANA DUARTE	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:07:10	01:11:39
2.163º	709	ANTÓNIO MESQUITA	PORTORUNNERS	M	M60	POR	00:07:10	01:11:39
2.164º	703	ALEXANDRE FERREIRA	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:39
2.165º	1535	RUI PRINCIPE	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:39
2.166º	726	EDUARDO BRANDAO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:39
2.167º	727	EURICO PINTO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:39
2.168º	689	JOAO TROCA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:39
2.169º	738	FRANCISCO LOBO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:39
2.170º	664	ADERITO PINTO	CLUBE PESSOAL EDP PORTO	M	M50	POR	00:07:10	01:11:40
2.171º	786	MARLENE FONSECA	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:07:10	01:11:40
2.172º	807	RUI MENDES	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:40
2.173º	736	FRANCISCO LOPES	PORTORUNNERS	M	M65	POR	00:07:10	01:11:40
2.174º	785	MARIA LANDAU	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:40
2.175º	1827	FERNANDO ALVES	CORRE CONNOSCO FELGUEIRAS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:40
2.176º	757	JOAQUIM BARBOSA	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:40
2.177º	752	JOAO RAMALHAO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:40
2.178º	804	RICARDO LEAO	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:40
2.179º	805	ROGERIO CALVO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:40
2.180º	724	EDSON PINA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:40
2.181º	729	FERNANDO PINTO	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:40
2.182º	708	ANTONIO MORAIS	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:40
2.183º	712	ANTONIO MARUJO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:40
2.184º	773	LUIS CARLOS SERRA	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:40
2.185º	787	MIGUEL DIAS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:41
2.186º	2028	MARIO CARREIRA	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:07:10	01:11:41
2.187º	810	RUI CUNHA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:41
2.188º	707	ANA FREITAS	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:07:10	01:11:41
2.189º	761	JORGE LANDAU	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:41
2.190º	793	NUNO CACERES	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:41
2.191º	790	NELSON SOUSA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:41
2.192º	756	JOAQUIM VIANA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:41
2.193º	730	FERNANDO LEITE	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:41
2.194º	769	JOSE MANUEL ESPIRITO SANTO	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:41
2.195º	704	ALEXANDRE CARAMEZ	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:41
2.196º	751	JOAO CRAVEIRO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:41
2.197º	815	SANDRA FREITAS	PORTORUNNERS	F	F20	POR	00:07:10	01:11:41
2.198º	821	VITOR DIAS	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:42
2.199º	717	BRUNO SOARES	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:42
2.200º	755	JOAQUIM NOGUEIRA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:42
2.201º	795	PAULA SANTOS	PORTORUNNERS	F	F40	POR	00:07:10	01:11:42
2.202º	814	RUI VILAR	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:42
2.203º	701	ABEL CARDOSO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:42
2.204º	744	JOAO LELIS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:42
2.205º	813	RUI PINTO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:42

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
2.206º	772	LUCIANO PEREIRA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:42
2.207º	705	ALVARO ALMEIDA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:10	01:11:42
2.208º	706	ALVARO SILVA	PORTORUNNERS	M	M60	POR	00:07:10	01:11:42
2.209º	747	JOÃO PINHEIRO VIEIRA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:43
2.210º	812	RUI MANUEL PINHO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:43
2.211º	820	VITOR CARDOSO	PORTORUNNERS	M	M60	POR	00:07:10	01:11:43
2.212º	788	MIGUEL MAGALHAES	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:43
2.213º	818	CANDIDO SILVA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:43
2.214º	723	DELFINO SILVA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:44
2.215º	777	MANUEL ROCHA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:44
2.216º	737	FRANCISCO COSTA	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:44
2.217º	2327	NUNO DONATO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:10	01:11:44
2.218º	702	ALBERTO MENDONÇA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:44
2.219º	749	JOAO MORAIS	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:44
2.220º	789	MIGUEL BARBOT	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:45
2.221º	754	JOAQUIM MACEDO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:45
2.222º	739	FRANCISCO PERES	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:45
2.223º	719	CARLOS ROCHA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:10	01:11:45
2.224º	802	RENATO FERREIRA DE SOUSA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:10	01:11:45
2.225º	753	JOAQUIM PERES	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:10	01:11:45
2.226º	798	PAULO FREITAS	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:46
2.227º	783	FERNANDO ALMEIDA	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:11	01:11:46
2.228º	792	NUNO RIBEIRO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:11	01:11:46
2.229º	760	JORGE GONÇALVES	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:11	01:11:46
2.230º	711	ANTONIO RIBEIRO	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:11	01:11:46
2.231º	733	FERNANDO ROCHA	PORTORUNNERS	M	M50	POR	00:07:11	01:11:46
2.232º	740	HENRIQUE MORAIS	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:46
2.233º	206	ANTONIO LUIS MOREIRA COSTA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:11	01:11:47
2.234º	632	PEDRO LOPES	S S MONTEPIO	M	M20	POR	00:07:11	01:11:47
2.235º	765	JOSE RODRIGUES	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:47
2.236º	763	JORGE MIGUEL SANTOS	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:11	01:11:47
2.237º	713	ANTONIO ROGERIO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:48
2.238º	2650	ANTONIO CONDE	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:48
2.239º	801	PEDRO MONTEIRO	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:11	01:11:48
2.240º	768	JOSE LOPES	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:48
2.241º	803	RENATO CARDOSO	PORTORUNNERS	M	M20	POR	00:07:11	01:11:48
2.242º	261	FERNANDO ANTONIO PIRES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:11	01:11:48
2.243º	766	JOSE BARBOSA	PORTORUNNERS	M	M40	POR	00:07:11	01:11:49
2.244º	257	PEDRO SAMPAIO	TEJAVISTA	M	M55	POR	00:07:11	01:11:50
2.245º	731	FERNANDO MELO	PORTORUNNERS	M	M60	POR	00:07:11	01:11:50
2.246º	808	RUI FERNANDES	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:52
2.247º	718	CARLOS SALGADO	PORTORUNNERS	M	M45	POR	00:07:11	01:11:53
2.248º	382	PAULA MARIA MEIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:12	01:11:56
2.249º	2510	DULCE LESSA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:12	01:12:05
2.250º	1451	MANUEL FERNANDES	AMARENSE	M	M40	POR	00:07:13	01:12:08
2.251º	2634	ANIBAL CHEU	INDIVIDUAL	M	M65	POR	00:07:16	01:12:42
2.252º	437	RAQUEL GIL	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:16	01:12:44
2.253º	438	PEDRO MELO BRANCO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:16	01:12:44
2.254º	2502	JOSE GONCALVES	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:07:18	01:12:59

Geral Individual Masculino/Feminino

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Sexo	Escalão	Nacio	Ritmo	Tempo
2.255º	1197	MARIO GUEDES	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:07:18	01:12:59
2.256º	468	RICARDO SILVA	A A SAO MAMEDE-TRIATLO	M	M20	POR	00:07:18	01:12:59
2.257º	2446	JULIA CHAMOSA	INDEPENDIENTE	F	F40	ESP	00:07:18	01:13:00
2.258º	2620	HELDER MOREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:20	01:13:25
2.259º	2460	INÊS MOREIRA	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:21	01:13:33
2.260º	1527	PEDRO MIGUEL FERNANDES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:22	01:13:36
2.261º	1528	RUI MIGUEL PEREIRA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:22	01:13:37
2.262º	2255	JOANA GUERREIRO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:24	01:13:55
2.263º	2254	ANTONIO SOARES	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:24	01:13:59
2.264º	2769	RICARDO LUZ	SPORT ZONE	M	M20	POR	00:07:26	01:14:17
2.265º	1505	HUMBERTO FERREIRA	INDIVIDUAL	M	M50	POR	00:07:26	01:14:18
2.266º	2483	LEONARDO MARTINS	INDIVIDUAL	M	M40	POR	00:07:27	01:14:28
2.267º	2481	BARBARA GOMES	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:27	01:14:28
2.268º	1723	JOSE SOUSA	INDIVIDUAL	M	M55	POR	00:07:27	01:14:30
2.269º	1632	MARCO CUNHA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:29	01:14:51
2.270º	1324	ANTONIO REIS	MAIA A C	M	M20	POR	00:07:29	01:14:54
2.271º	1022	PAULO CORREIA	SPORT CLUB PORTO	M	M20	POR	00:07:32	01:15:15
2.272º	2303	PEDRO BARBOSA	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:32	01:15:18
2.273º	1043	EUGENIO MACHADO	A KARATE FELGUEIRAS	M	M20	POR	00:07:33	01:15:26
2.274º	1045	NADIA TEIXEIRA	A KARATE FELGUEIRAS	F	F20	POR	00:07:33	01:15:26
2.275º	2593	FRANCISCO SILVA	UNICER VITALIS	M	M40	POR	00:07:34	01:15:36
2.276º	2493	DIOGO ROLO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:07:34	01:15:36
2.277º	2489	TERESA PINTO	INDIVIDUAL	F	F20	POR	00:07:34	01:15:36
2.278º	2511	FERNADO MANSILHAS	HOTEL MOUTADOS	M	M20	POR	00:07:35	01:15:48
2.279º	1123	RUI MANUEL CALADO	G C D T - BES	M	M40	POR	00:07:35	01:15:53
2.280º	2067	ÉRIKA DIB	IRADOS	F	F20	BRA	00:07:55	01:19:09
2.281º	1614	JOAO FERREIRA PINTO	INDIVIDUAL	M	M20	POR	00:08:00	01:19:59