



## ZIK - FEMININOS

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
1	40	SÓNIA ALMEIDA	INDIVIDUAL	2:30:10
2	98	CATARINA CORREIA	XUXUS	2:32:20
3	198	SAYAD MALIKA	RUNNING CLUB BERVILLE 95	2:37:16
4	171	CRISTINA FIGUEIRA	DUMMIES ON FIRE	2:41:05
5	65	RITA FERNANDES	INDIVIDUAL	2:42:00
6	149	NATALYA MARCHEVA	10 P'RAS 11	2:42:15
7	238	EUGÉNIA VALE	INDIVIDUAL	2:44:06
8	84	ROSA VIVEIROS	FALCÕES SELVAGENS	2:46:10
9	220	VANUZA SILVA	OS AMIGOS	2:47:30
10	145	ANA MARQUES	FALCÕES SELVAGENS	2:51:37
11	211	CARLA MENDES	TARTARUGAS SOLIDÁRIAS	2:55:42
12	210	ANDREIA COSTA	TARTARUGAS SOLIDÁRIAS	2:55:42
13	92	FILIPA FERRO	INDIVIDUAL	2:56:46
14	174	ANA SILVA	INDIVIDUAL	2:58:56
15	42	MÓNICA SANTOS	INDIVIDUAL	3:00:31
16	107	FÁTIMA SANTOS	JOBRINDE MONTES SALOIOS	3:00:40
17	195	SÍLVIA GONÇALVES	INDIVIDUAL	3:04:50
18	114	PRISCILA CERDEIRA	TEJO	3:08:26
19	112	VANESSA SOUSA	SALTA MONTES	3:12:10
20	148	AMÉLIA FERNANDES	10 P'RAS 11	3:28:01
21	150	ANABELA PERES	10 P'RAS 11	3:28:01
22	208	CÁTIA SANTOS	CORRER LISBOA	3:45:50
23	106	ANA CARREIRO	RUN FOR IT	4:04:30

# Meia Maratona **Extreme**

PONTE DE LOUSA - LOURIS

**EXTREME PDL**

Sábado,  
02 de Agosto



## ZIK - MASCULINOS

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
1	143	JOSÉ SILVA	OS ESTAROLAS	1:45:50
2	226	LUIS FERNANDES	CLUBE DE PRAÇAS DA ARMADA	1:46:50
3	95	MANUEL RAMOS	INDIVIDUAL	1:47:30
4	166	ARETINO MOTA	OS TIRA TEIMAS DE QUELUZ	1:49:28
5	233	PAULO PÓVOA	AMIGOS VALE SILÊNCIO	1:49:31
6	251	BRUNO GRILO	NOSCORREMOS.COM	1:49:50
7	204	FERNANDO CORREIA	PENICHE TRIATLO	1:50:56
8	20	MILTON SILVA	INDIVIDUAL	1:51:03
9	78	JOEL PENA	INDIVIDUAL	1:52:20
10	225	ANTÓNIO MADEIRA	CLUBE DE PRAÇAS DA ARMADA	1:55:10
11	163	JOSÉ GEADA	OS ESTAROLAS	1:56:20
12	10	PAULO MIRANDA	TURRES TRAIL TEAM	1:57:10
13	22	JOSÉ VIEIRA	INDIVIDUAL	1:57:32
14	142	ARTUR OLIVEIRA	JOBINDE MONTES SALOIOS	1:58:00
15	93	JOSÉ VENÂNCIO	INDIVIDUAL	1:58:15
16	193	RICARDO DAMIÃO	EQUIPA REAL MAFRA	1:58:19
17	199	JOÃO PASTOR	PASTOR RACING	1:59:00
18	134	ANTÓNIO SANTOS	OS ESTAROLAS	2:00:05
19	41	PEDRO NOBRE	CLUBE EDP - LISBOA	2:00:20
20	209	JORGE CARVALHO	OFFTEL RUNNERS	2:00:46
21	62	ANTÓNIO VITORINO	PENICHE TRIATLO	2:01:50
22	167	ALMIRO FEIJÃO	OS TIRA TEIMAS DE QUELUZ	2:02:20
23	52	JAIME COSTA	JOBINDE MONTES SALOIOS	2:03:00
24	2	LUIS SILVA	JOBINDE MONTES SALOIOS	2:03:05
25	218	HÉLDER FERREIRA	AMIGOSDACORRIDA.COM	2:04:00
26	44	MIGUEL LOPES	OS TIRA TEIMAS DE QUELUZ	2:04:15
27	217	EMANUEL OLIVEIRA	CLUBE GBES	2:04:40
28	205	VEACESLAV IGNAT	INDIVIDUAL	2:05:00
29	164	LUIS ROUÇADO	JOBINDE MONTES SALOIOS	2:05:30
30	165	HENRIQUE JOANICO	JOBINDE MONTES SALOIOS	2:05:35
31	32	MANUEL RODRIGUES	CLUBE MILLENNIUM BCP	2:06:34
32	215	MARCELO SILVA	CARAPUS DE CORRIDA	2:06:43
33	159	JOSÉ SIMÕES	O MUNDO DA CORRIDA	2:06:44
34	15	JOÃO GONÇALVES	INDIVIDUAL	2:06:45
35	45	MÁRIO PIRES	INDIVIDUAL	2:07:05
36	63	PAULO RENATO SANTOS	PENICHE TRIATLO	2:07:08
37	46	SÍLVIO ROMÃO	INDIVIDUAL	2:07:20
38	243	MÁRIO SANTOS	INDIVIDUAL	2:07:45
39	158	MARTIN POOT	INDIVIDUAL	2:09:00
40	213	HÉLDER BAPTISTA	INDIVIDUAL	2:09:28
41	144	CARLOS ALEGRE	R.S.C. TOLEDO	2:09:57
42	222	BRUNO FRANCISCO	SISTERHOOD	2:10:15
43	133	JOAQUIM BELO	AMIGOS VALE SILÊNCIO	2:10:20
44	59	PAULO ALVES	FALCÕES SELVAGENS	2:10:25
45	179	ARLINDO DOMINGOS	INDIVIDUAL	2:10:30
46	53	RUI PAULO	INDIVIDUAL	2:10:35
47	139	MÁRCIO HORTA	EQUIPA DOS LENTOS	2:10:45
48	18	JOÃO BALSINHA	CLUBE BTT LISBOA	2:10:45
49	132	JORGE VIEIRA	TRI BV COLARES	2:11:30

50	162	JOÃO BRITO	INDIVIDUAL	2:11:52
51	161	JOSÉ PEREIRA	JAMP.EU	2:12:00
52	156	NUNO DUARTE	CORRER@CORRER	2:12:13
53	215	MARCELO SILVA	CARAPUS DE CORRIDA	2:12:50
54	100	OSVALDO RODRIGUES	AMIGOS VALE SILÊNCIO	2:13:00
55	19	RICARDO ARAÚJO	INDIVIDUAL	2:14:20
56	185	RÚBEN SOUSA	INDIVIDUAL	2:15:56
57	244	PAULO SANTOS	INDIVIDUAL	2:16:11
58	138	RODRIGO MARTINS	OS ESTAROLAS	2:17:00
59	140	MIGUEL COSTA	EQUIPA DOS LENTOS	2:17:40
60	221	JOÃO XAVIER	OS AMIGOS	2:17:43
61	153	HUGO SANTOS	INDIVIDUAL	2:20:32
62	170	PEDRO CABRAL	INDIVIDUAL	2:21:50
63	180	PEDRO PEREIRA	INDIVIDUAL	2:22:20
64	178	CARLOS FARIA	INDIVIDUAL	2:22:30
65	129	FRANCISCO DIAS	INDIVIDUAL	2:23:17
66	201	PAULO QUARESMA	MULTIFLOW	2:23:32
67	121	SANDRO FÍUZA	CORRER BAREFOOT	2:24:03
68	47	DIOGO RODRIGUES	INDIVIDUAL	2:25:07
69	141	RUI PIRES	EQUIPA DOS LENTOS	2:27:40
70	177	HÉLDER SÊCO	INDIVIDUAL	2:28:13
71	116	JOSÉ AFONSO	INDIVIDUAL	2:29:08
72	21	DÉCIO HENRIQUES	FRANCO TEAM	2:29:12
73	72	VITOR SILVA	A.A. LEBRES DO SADO	2:29:40
74	110	DOUGLAS FRY	CLUBE DESPORTIVO DE MAFRA	2:29:45
75	119	JOSÉ MARTINS	OS ESTAROLAS	2:30:10
76	28	MÁRIO SILVA	TAU RUNNERS	2:30:36
77	31	TIAGO HELENO	INDIVIDUAL	2:30:36
78	108	ANTÓNIO LUIS	JOBRINDE MONTES SALOIOS	2:30:45
79	99	VÍTOR PINTO	XUXUS	2:32:20
80	151	JOÃO POLHO	INDIVIDUAL	2:33:06
81	13	PEDRO ROMANO	INDIVIDUAL	2:33:46
82	97	JOÃO AMADOR	RUN FOR IT	2:33:55
83	29	RUI MORAIS	INDIVIDUAL	2:35:05
84	49	JOÃO VEIGAS	INDIVIDUAL	2:35:11
85	64	JOÃO DUARTE	INDIVIDUAL	2:35:18
86	36	CARLOS MARQUES	TRILHOS E CORRIDAS DE TERCENA	2:35:26
87	175	CARLOS SOUSA	OS PERIGOSOS	2:35:35
88	176	JOSÉ PEREIRA	OS PERIGOSOS	2:35:47
89	74	PAULO SANTOS	A.A. LEBRES DO SADO	2:35:55
90	66	CARLOS COSTA	INDIVIDUAL	2:37:00
91	71	JOSÉ ALVES	INDIVIDUAL	2:37:00
92	124	HENRIQUE ADREGA	AMIGOS DA CORRIDA	2:37:45
93	194	LUIS DAMIÃO	EQUIPA REAL MAFRA	2:37:46
94	85	JOSÉ MAGRO	NOVOS TRILHOS	2:37:58
95	9	VÍTOR DUARTE	SPEM	2:38:11
96	125	ANTÓNIO BELO	AMIGOS DA CORRIDA	2:38:20
97	200	JOÃO SANTOS	MULTIFLOW	2:39:00
98	224	JOSÉ MATOS	CLUBE DE PRAÇAS DA ARMADA	2:39:05
99	86	RUI ALVES	INDIVIDUAL	2:39:07
100	123	BRUNO MARQUES	ELÉTRICO FUTEBOL CLUBE	2:39:13
101	6	LUÍS COSTA	INDIVIDUAL	2:39:20
102	8	ARTUR CARVALHO	INDIVIDUAL	2:39:30
103	216	VITOR SANTOS	CARAPUS DE CORRIDA	2:40:24
104	246	FLÁVIO SILVA	INDIVIDUAL	2:40:30
105	183	JOÃO FERNANDES	INDIVIDUAL	2:41:12
106	169	ALEXANDRE NUNES	INDIVIDUAL	2:41:13
107	214	CLÁUDIO RODRIGUES	CARAPUS DE CORRIDA	2:41:33
108	77	JOSÉ ROBALO	INDIVIDUAL	2:41:41
109	67	PEDRO MONTEIRO	INDIVIDUAL	2:41:44
110	202	MANUEL AZEVEDO	MULTIFLOW	2:42:00
111	152	GONÇALO ROSADO	CORRER LISBOA	2:42:23
112	155	JOSÉ CALDEIRINHA	CORRER LISBOA	2:43:20
113	23	HENRIQUE MATEUS	INDIVIDUAL	2:43:21
114	127	SANDRO NUNES	CORRER LISBOA	2:43:40
115	96	PEDRO SERRA	CORRER LISBOA	2:44:05
116	242	JOSE BLETAN	INDIVIDUAL	2:44:08
117	157	MARCO SOUZA	INDIVIDUAL	2:44:10
118	235	FILIPE GARRANAS	FALCÕES SELVAGENS	2:46:12
119	33	JOSÉ BORDALO	O MUNDO DA CORRIDA	2:49:54
120	87	DOMINIQUE DIRICQ	C.A.D.W.	2:50:46
121	239	DÁRIO PRATES	INDIVIDUAL	2:51:32
122	245	ISIDORO SILVA	INDIVIDUAL	2:54:31
123	149	AUGUSTO FERNANDES	10 P'RAS 11	2:57:02
124	189	AUGUSTO PIRES	INDIVIDUAL	2:58:21
125	173	LUÍS BOLETO	MONSANTO RUNNING TEAM	2:58:56
126	147	AMÉRICO AMARO	10 P'RAS 11	3:00:20
127	83	CARLOS COELHO	FALCÕES SELVAGENS	3:04:50

128	69	ACÁCIO REBELO	CAJU	3:06:56
129	236	JOAQUIM MARQUES	INDIVIDUAL	3:06:56
130	4	PAULO DUARTE	GDCT UNICRE	3:07:38
131	5	NUNO DUARTE	GDCT UNICRE	3:07:38
132	115	MÁRIO SANTOS	TEJO	3:08:26
133	91	CARLOS EVANGELISTA	AQUILLES BROTHERS	3:12:16
134	130	CARLOS IGLÉSIAS	TRI BV COLARES	3:14:50
135	90	BRUNO MAÇORANO	AQUILLES BROTHERS	3:16:06
136	24	JOÃO MONTEIRO	RUNBOOK.COM	3:17:02
137	25	NUNO ROSA	RUNBOOK.COM	3:17:02
138	237	MIGUEL BERNARDINO	FALCÕES SELVAGENS	3:19:00
139	88	JOSÉ CARVALHO	INDIVIDUAL	3:30:45