

Night Trail

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	CARLOS BÁRBARA	A. C. S. Mamede	M35	100	1:30:23.464
2	DIOGO VIANA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	90	1:33:44.901
3	MICKAEL PIRES	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	80	1:36:19.767
4	TIAGO FERREIRA	GRF Benedita - Atletismo	SEN M	70	1:36:53.226
5	MANUEL FERNANDES	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M35	65	1:37:02.036
6	JOEL COUTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	60	1:38:07.472
7	FILIPE NOGUEIRA	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	55	1:38:57.914
8	LUÍS LISBOA	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	50	1:40:04.440
9	RODRIGO PIMENTA	Airlux-Nda	SEN M	45	1:41:06.584
10	HUGO DUARTE	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	40	1:41:12.874
11	GONÇALO LOPES	Individual	M40	35	1:41:45.804
12	ANDRÉ BENTO	G.R.CORREDOURA	SEN M	34	1:42:24.902
13	JOÃO TOMÁS	A. C. S. Mamede	SEN M	33	1:43:30.738
14	EMANUEL BATISTA	A. C. S. Mamede	M45	32	1:43:37.620
15	FERNANDO ROSA	Airlux-Nda	M35	31	1:43:46.586
16	PAULINO SOUSA	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	30	1:44:21.887
17	JOSÉ GONÇALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	29	1:44:31.603
18	JOEL FERREIRA	G.R.CORREDOURA	SEN M	28	1:44:39.473
19	ALEXANDRE SOUSA	CPR A-DO-BARBAS	M35	27	1:45:42.436
20	ANDRÉ FERNANDES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	26	1:45:58.956
21	BRUNO ANTUNES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	25	1:46:56.152
22	AMÍLCAR BRITO	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	24	1:47:54.387
23	RUI ISIDORO	A. R. Meirinhas	M45	23	1:48:18.581
24	LUÍS AVELAR	Crossmates	M45	22	1:48:36.731
25	VÍTOR GODINHO	Individual	M45	21	1:48:39.499
26	ANTÓNIO PEREIRA	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	20	1:50:08.551
27	DIOGO LISBOA	A. R. Meirinhas	SEN M	19	1:50:25.014
28	HORÁCIO GASPAR	G.A.Caranguejeira	M45	18	1:50:40.555
29	PAULO MENDES	A. R. Meirinhas	M40	17	1:50:53.660
30	RICARDO MARQUES	G.A.Caranguejeira	M35	16	1:51:38.174
31	DANIEL JAULINO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	15	1:52:10.572
32	FRANCISCO FERREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	14	1:52:25.758
33	BRUNO REIS	A. C. S. Mamede	M40	13	1:54:26.240
34	RAFAEL GASPAR	G.A.Caranguejeira	SEN M	12	1:55:29.593
35	NUNO NEVES	Lama Solta	SEN M	11	1:55:29.650
36	LEANDRO SANTOS	Individual	M40	10	1:55:52.012

37	HÉLDER COSTA	Porto de Mós a Correr	M50	9	1:56:43.910
38	RUI PEREIRA	CA BARREIRA	M60	8	1:57:15.852
39	HUGO BARQUEIRO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	7	1:58:12.322
40	NELSON NORTE	A. R. Meirinhas	M45	6	1:58:28.121
41	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	5	1:58:56.732
42	RUI GAMEIRO	A. R. Meirinhas	M45	4	2:00:25.763
43	FERNANDO DOMINGUES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	3	2:00:28.879
44	Ricardo Rebelo	Crossmates	SEN M	3	2:00:42.823
45	FÁBIO FERREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	1	2:00:58.135
46	NUNO FERREIRA	CPR A-DO-BARBAS	M45	1	2:01:28.768
47	GONÇALO FERREIRA	A. R. Meirinhas	M40	1	2:01:37.423
48	SÉRGIO CABECINHAS	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	1	2:02:00.108
49	SANDRA GONÇALVES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F45	100	2:02:26.723
50	DAVID SIMÕES	A. R. Meirinhas	M40	1	2:02:44.131
51	PEDRO RODRIGUES	CPR A-DO-BARBAS	M55	1	2:03:18.542
52	LUIS SILVA	Crossmates	M40	1	2:05:45.783
53	MÁRIO SALGADO	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M45	1	2:05:52.338
54	NELSON SOUSA	G.A.Caranguejeira	M45	1	2:05:55.793
55	NELSON JORGE	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	1	2:06:04.301
56	ANTÓNIO PEDROSA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SUB23 M	1	2:06:12.077
57	LUIS PEDROSA	A. R. Meirinhas	M45	1	2:06:26.176
58	DARIO OLIVEIRA	ACBATALHA	M40	1	2:07:33.793
59	JORGE AGOSTINHO	CA BARREIRA	M60	1	2:08:13.699
60	LUÍS ALBERTO VIEIRA	A. C. S. Mamede	M45	1	2:08:22.279
61	HUGO NEVES	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:08:43.608
62	HÉLDER ABREU	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	1	2:08:44.643
63	DÉLIO PASCOAL	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	1	2:08:55.104
64	CARLOS CONCEIÇÃO	CSCRFCHARNECA	M50	1	2:09:19.052
65	VIRGINIA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	F45	90	2:10:11.269
66	GONÇALO MOTA	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:10:32.288
67	CRISTIANO CASALINHO	CA BARREIRA	M40	1	2:11:11.315
68	MIGUEL PEREIRA	CA BARREIRA	M40	1	2:11:40.985
69	JOAQUIM SANTOS	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	1	2:12:11.506
70	ÉNIO	A. R. Meirinhas	M40	1	2:12:21.126
71	RODRIGO FETEIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	JUN M	1	2:12:24.207
72	JOEL BRANCO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M35	1	2:12:30.995
73	ÁLVARO LOPES	CSCRFCHARNECA	M45	1	2:13:16.823

74	HUGO FELICIANO	A. R. Meirinhas	M40	1	2:14:04.455
75	VÍTOR AREIA	A. R. Meirinhas	M50	1	2:17:41.553
76	SUSANA PEREIRA	CPR A-DO-BARBAS	F50	80	2:17:54.631
77	FILIFE FRADE	CPR A-DO-BARBAS	M45	1	2:17:54.815
78	RAUL Velez	G.A.Caranguejeira	M35	1	2:19:32.127
79	SANDRO REMIGIO	GDRC UNIDOS	SEN M	1	2:19:48.677
80	FRANCISCO GRÁCIO	GDRC UNIDOS	SEN M	1	2:25:54.493
81	ANTERO RODRIGUES	Individual	M50	1	2:27:36.203
82	PAULA RODRIGUES	Individual	F50	70	2:27:42.748
83	LÍLIA NEVES	CSCRFCHARNECA	F45	65	2:27:54.701
84	JOSÉ MARTINS	Clube veteranos do lis	M55	1	2:28:14.121
85	LUÍS NEVES	CSCRFCHARNECA	M60	1	2:28:15.872
86	JOÃO CARREIRA	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:28:33.691
87	JORGE GALHISPO	G.A.Caranguejeira	M50	1	2:29:08.942
88	MIGUEL MATIAS	CSCRFCHARNECA	M45	1	2:29:56.155
89	STEFANY OLIVEIRA	A. R. Meirinhas	SEN F	60	2:30:05.331
90	RODRIGO NOIVO	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:30:55.507
91	JORGE FIGUEIRAL	CSCRFCHARNECA	M55	1	2:31:07.544
92	RENATO SANTOS	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M40	1	2:33:01.769
93	RUI NETO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	1	2:34:40.087
94	RITA REIS	G.R.CORREDOURA	SEN F	55	2:38:30.562
95	PAULA GALITO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	50	2:39:57.896
96	ISABEL PEREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	45	2:46:16.381
97	ANABELA FERNANDES	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	40	2:46:18.507
98	CATARINA RODRIGUES	A. R. Meirinhas	SEN F	35	2:46:43.812
99	ARLINDO OLIVEIRA	CSCRFCHARNECA	M55	1	3:04:49.150

Night Trail

Coletiva Masculina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Lugar	T.Pontos	Class.
15	DIOGO VIANA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	2	25	1ª
	JOEL COUTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	6		
	JOSÉ GONÇALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	17		
13	CARLOS BÁRBARA	A. C. S. Mamede	M35	1	28	2ª
	JOÃO TOMÁS	A. C. S. Mamede	SEN M	13		
	EMANUEL BATISTA	A. C. S. Mamede	M45	14		
11	MICKAEL PIRES	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	3	29	3ª
	HUGO DUARTE	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	10		
	PAULINO SOUSA	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	16		
9	FILIPE NOGUEIRA	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	7	36	4ª
	LUÍS LISBOA	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	8		
	BRUNO ANTUNES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	21		
8	RUI ISIDORO	A. R. Meirinhas	M45	23	79	5ª
	DIOGO LISBOA	A. R. Meirinhas	SEN M	27		
	PAULO MENDES	A. R. Meirinhas	M40	29		
7	HORÁCIO GASPAR	G.A.Caranguejeira	M45	28	92	6ª
	RICARDO MARQUES	G.A.Caranguejeira	M35	30		
	RAFAEL GASPAR	G.A.Caranguejeira	SEN M	34		
6	ALEXANDRE SOUSA	CPR A-DO-BARBAS	M35	19	116	7ª
	NUNO FERREIRA	CPR A-DO-BARBAS	M40	46		
	PEDRO RODRIGUES	CPR A-DO-BARBAS	M55	51		
5	LUÍS AVELAR	Crossmates	M45	24	120	8ª
	Ricardo Rebelo	Crossmates	SEN M	44		
	LUIS SILVA	Crossmates	M40	52		
4	RUI PEREIRA	CA BARREIRA	M60	38	138	9ª
	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	41		
	JORGE AGOSTINHO	CA BARREIRA	M60	59		
3	MANUEL FERNANDES	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M35	5	150	10ª
	MÁRIO SALGADO	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M45	53		
	RENATO SANTOS	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M40	92		
2	ANTÓNIO PEREIRA	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	26	191	11ª
	JOEL BRANCO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M35	72		
	RUI NETO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	93		
1	CARLOS CONCEIÇÃO	CSCRFCHARNECA	M50	64	222	12ª
	ÁLVARO LOPES	CSCRFCHARNECA	M40	73		
	LUÍS NEVES	CSCRFCHARNECA	M60	85		

Trilhos da Mata

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	100	1:33:42.389
2	Carlos Fernandes	Crossmates	SEN M	90	1:34:55.403
3	Licínio Carreira	AC VERMOIL	M50	80	1:36:25.576
4	Manuel Fernandes	SCPOMBAL / TRAILTEAM	SEN M	70	1:37:08.032
5	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	65	1:37:44.262
6	João Alves	A. C. S. Mamede	SEN M	60	1:38:32.800
7	Luís Lisboa	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	55	1:40:14.589
8	Filipe Nogueira	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	50	1:41:26.536
9	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	45	1:43:36.471
10	Martinho Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	40	1:43:39.367
11	Diogo Lisboa	A. R. Meirinhas	SEN M	35	1:44:23.443
12	Nuno Neves	Lama Solta	SEN M	34	1:45:53.929
13	Luís Avelar	Crossmates	M45	33	1:46:27.743
14	Pedro Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	32	1:47:18.265
15	Luís Rodrigues	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M45	31	1:47:20.251
16	Ricardo Nunes	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	30	1:47:20.474
17	Rui Gaio	SCPOMBAL / TRAILTEAM	SEN M	29	1:48:06.627
18	João Santana	ADRMata	M35	28	1:48:20.755
19	Luís Sequeira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M50	27	1:48:55.279
20	Antonio Silvino	AC VERMOIL	M60	26	1:48:56.547
21	Bruno Antunes	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	25	1:49:28.324
22	Ricardo	G.A.Caranguejeira	SEN M	24	1:49:37.709
23	Joaquim Duarte	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M40	23	1:51:25.524
24	Horácio Gaspar	G.A.Caranguejeira	M50	22	1:51:33.756
25	Francisco Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	21	1:51:43.794
28	Rafael Gaspar	G.A.Caranguejeira	SEN M	20	1:52:14.508
29	Paulo Mendes	A. R. Meirinhas	M40	19	1:52:58.129
31	Paulo Vieira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	18	1:54:43.298
32	Fábio Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	17	1:55:01.815
33	António Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	SUB23 M	16	1:56:22.357
34	Rui Gameiro	A. R. Meirinhas	M45	15	1:56:28.440
35	Helder Marco	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M45	14	1:56:49.587
36	Mário Gonçalves Salgado	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M50	13	1:57:03.961
37	Manuel Ferreira	ADRMata	M60	12	1:57:10.724
38	André Crespo	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	11	1:57:34.887
39	Bruno Silva	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	10	1:58:53.112

40	Nuno Ferreira	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M50	9	1:59:24.385
41	Rui Pereira	CA Barreira	M60	8	1:59:24.836
42	Nelson Jorge	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	7	1:59:33.928
43	João Fernandes	SCPOMBAL / TRAILTEAM	SEN M	6	1:59:37.945
44	Paulo Monteiro	CPR A-do-Barbas	M55	5	2:00:12.500
45	Fernando Domingues	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	4	2:00:20.099
46	Luis Silva	Crossmates	M40	3	2:00:28.245
48	Luís Januário	Crossmates	SEN M	2	2:02:15.294
49	Pedro Fetal	A. C. S. Mamede	SEN M	1	2:02:44.570
50	David Simões	A. R. Meirinhas	M40	1	2:02:44.622
51	Nelson	G.A.Caranguejeira	M45	1	2:04:14.838
52	Délio Pascoal	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	1	2:04:28.080
53	Jorge Agostinho	CA Barreira	M60	1	2:04:38.922
54	Virginia Simões	Notícias de Colmeias Atletismo	F45	100	2:04:41.456
55	Germano Capela	CA Barreira	M55	1	2:05:14.397
56	Sérgio Cabecinhas	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	1	2:05:36.971
57	Marcio Cruz	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	1	2:05:37.672
58	Gonçalo Mota	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:05:50.189
60	Vítor Areia	A. R. Meirinhas	M50	1	2:06:42.879
61	Sandra Gonçalves	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	90	2:06:49.014
62	Hugo Feliciano	A. R. Meirinhas	M40	1	2:07:51.736
63	Hélder Abreu	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	1	2:09:30.509
64	Rodrigo Noivo	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:09:43.129
65	Tiago	A. R. Meirinhas	M40	1	2:10:14.434
66	Carlos Gaspar	NEXEBRA TRAIL TEAM	M55	1	2:11:49.316
67	Carlos Conceição	CSCRFCHARNECA	M50	1	2:12:40.808
68	Joao Gaspar	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	1	2:15:33.271
69	Luís Serra	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	SEN M	1	2:15:33.504
71	Benilde Santos	MDR Runners	F50	80	2:16:33.525
72	Álvaro Lopes	CSCRFCHARNECA	M45	1	2:17:41.909
73	Hélder Gonçalves	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M45	1	2:18:27.898
75	Ruben Santos	Trilho do Castelejo	SEN M	1	2:21:42.654
76	Lília Neves	CSCRFCHARNECA	F45	70	2:21:57.079
77	Rodrigo Feteira	Grupo Alegre Unido Bajouca	SUB23 M	1	2:23:30.628
78	Catarina Rodrigues	A. C. S. Mamede	SEN F	65	2:24:04.066
79	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	60	2:24:10.598
80	Luís Neves	CSCRFCHARNECA	M60	1	2:24:10.697

81	Carolina Simões	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN F	55	2:24:14.359
83	Stefany Naiara Silva Oliveira	A. R. Meirinhas	SEN F	50	2:28:18.155
84	Francisco Manuel Pereira Da Silva	MDR Runners	M55	1	2:28:23.320
87	Inês Tomás	SCPOMBAL / TRAILTEAM	SEN F	45	2:32:46.481
88	Renato Santos	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M40	1	2:32:46.596
90	Rui Neto	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	1	2:34:23.620
91	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	40	2:36:48.462
92	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	35	2:40:21.765
93	Éric Salvado	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M50	1	2:41:26.563
94	Jorge Galhispo	G.A.Caranguejeira	M50	1	2:47:45.356
95	Isabel Pereira	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	34	2:47:56.501
96	Ana Malhão Henriques	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	33	2:48:19.166
99	Paula Galito	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	32	2:54:36.121

Trilhos da Mata

Coletiva Feminina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Lugar	T.Pontos	Class.
15	Sandra Gonçalves	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	61	256	1ª
	Ana Malhão Henriques	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	96		
	Paula Galito	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	99		
13	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	79	262	2ª
	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	91		
	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	92		

Trilhos da Mata

Coletiva Masculina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	1	15	1ª
	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	5		
	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	9		
13	Manuel Fernandes	SCPOMBAL / TRAILTEAM	SEN M	4	36	2ª
	Luis Rodrigues	SCPOMBAL / TRAILTEAM	M45	15		
	Rui Gaio	SCPOMBAL / TRAILTEAM	SEN M	17		
11	Luís Lisboa	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	7	36	3ª
	Filipe Nogueira	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	8		
	Bruno Antunes	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	21		
9	Carlos Fernandes	Crossmates	SEN M	2	61	4ª
	Luís Avelar	Crossmates	M45	13		
	Luis Silva	Crossmates	M40	46		
8	Ricardo	G.A.Caranguejeira	SEN M	22	74	5ª
	Horácio Gaspar	G.A.Caranguejeira	M50	24		
	Rafael Gaspar	G.A.Caranguejeira	SEN M	28		
7	Diogo Lisboa	A. R. Meirinhas	SEN M	11	74	6ª
	Paulo Mendes	A. R. Meirinhas	M40	29		
	Rui Gameiro	A. R. Meirinhas	M45	34		
6	Luís Sequeira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M50	19	118	7ª
	Paulo Vieira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	31		
	Joao Gaspar	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	68		
5	Rui Pereira	CA Barreira	M60	41	149	8ª
	Jorge Agostinho	CA Barreira	M60	53		
	Germano Capela	CA Barreira	M55	55		
4	Carlos Conceição	CSCRFCHARNECA	M50	67	219	9ª
	Álvaro Lopes	CSCRFCHARNECA	M45	72		
	Luís Neves	CSCRFCHARNECA	M60	80		

TRAIL OFF-ROAD 15K

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	JOEL COUTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	100	1:18:41.707
2	MANUEL FERNANDES	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	M35	90	1:18:55.735
3	ANDRÉ BENTO	G.R.CORREDOURA	SEN M	80	1:20:30.937
4	LICÍNIO CARREIRA	AC VERMOIL	M50	70	1:23:02.267
5	LUÍS LISBOA	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	65	1:24:06.093
6	BRUNO ANTUNES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	60	1:24:12.762
7	DÉLIO PASCOAL	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	55	1:24:15.478
8	DIOGO LISBOA	A. R. Meirinhas	SEN M	50	1:27:02.053
9	PEDRO FERREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	45	1:29:44.287
10	JOSÉ AGOSTINHO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M65	40	1:38:42.520
11	RICARDO CARREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	35	1:41:01.225
12	NELSON JORGE	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	34	1:43:57.567
13	SANDRA GONÇALVES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	100	1:47:25.419
14	VIRGINIA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	F45	90	1:49:40.192
15	DAVID SIMÕES	A. R. Meirinhas	M35	33	1:50:46.152
16	HELDER ABREU	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	32	1:51:20.040
17	BÁRBARA FERNANDES	Porto de Mós a Correr	F40	80	1:51:35.369
18	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	31	1:53:34.017
19	JOAO GASPAR	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	30	1:54:00.699
20	HUGO NEVES	A. R. Meirinhas	SEN M	29	1:57:02.421
21	RAUL Velez	G.A.Caranguejeira	M35	28	1:58:38.055
22	JOSÉ MARTINS	Clube veteranos do lis	M55	27	1:59:07.093
23	MIGUEL PEREIRA	CA BARREIRA	M40	26	1:59:13.899
24	SUSANA PEREIRA	CPR A-do-Barbas	F50	70	1:59:44.111
25	SARA ALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	65	2:01:43.674
26	RUI NETO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	25	2:02:01.391
27	CAROLINA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN F	60	2:03:57.705
28	MÓNICA JORDÃO	ACRM Silveirinha Grande Claras	F40	55	2:05:34.288
29	JOÃO SINTRA	ACRM Silveirinha Grande Claras	M65	24	2:07:00.515
30	LÍLIA NEVES	CSCRFCHARNECA	F45	50	2:07:48.388
31	SÍLVIA FRANCO	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	45	2:08:08.500
32	STEFANY NAIARA SILVA OLIVEIRA	A. R. Meirinhas	SEN F	40	2:08:36.706
33	SÉRGIO FERNANDES	Lama Solta	M45	23	2:08:38.639
34	RITA REIS	G.R.CORREDOURA	SEN F	35	2:08:40.514
35	LINO CARRACO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M55	22	2:09:09.479
36	ÁLVARO JOSÉ VIEIRA LOPES	CSCRFCHARNECA	M45	21	2:10:13.032

37	JORGE FIGUEIRAL	CSCRFCHARNECA	M55	20	2:11:49.572
38	ISABEL PEREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	34	2:12:10.774
39	ANABELA	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	33	2:12:26.566
40	PAULA GALITO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	32	2:19:45.136
41	ÉRIC NABAES SALVADO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M50	19	2:19:45.243
42	MARIA INÊS OLIVEIRA	Lama Solta	SEN F	31	2:21:15.323
43	ANA MALHÃO HENRIQUES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	30	2:26:06.676
44	REGINA FERREIRA	CPR A-do-Barbas	F55	29	2:32:19.404
45	RUI GASPAR	CA BARREIRA	M50	18	2:42:06.806

TRAIL OFF-ROAD

Coletiva Feminina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Lugar	T.Pontos	Class.
15	SARA ALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	25	94	1ª
	SÍLVIA FRANCO	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	31		
	ISABEL PEREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	38		
13	SANDRA GONÇALVES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	13	96	2ª
	PAULA GALITO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	40		
	ANA MALHÃO HENRIQUES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	43		

TRAIL OFF-ROAD

Coletiva Masculina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	LUÍS LISBOA	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	5	18	1ª
	BRUNO ANTUNES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	6		
	DÉLIO PASCOAL	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	7		
13	JOEL COUTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	1	21	2ª
	PEDRO FERREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	9		
	RICARDO CARREIRA	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	11		
11	DIOGO LISBOA	A. R. Meirinhas	SEN M	8	43	3ª
	DAVID SIMÕES	A. R. Meirinhas	M35	15		
	HUGO NEVES	A. R. Meirinhas	SEN M	20		
9	JOSÉ AGOSTINHO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M65	10	55	4ª
	JOAO GASPAR	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	19		
	RUI NETO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	26		
8	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	18	86	5ª
	MIGUEL PEREIRA	CA BARREIRA	M40	23		
	RUI GASPAR	CA BARREIRA	M50	45		

Trail dos Moinhos da Bajouca 2023

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	DIOGO VIANA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	100	1:29:32.998
2	CARLOS FERNANDES	Crossmates	M35	90	1:31:49.079
3	JOEL COUTO	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M40	80	1:33:01.814
4	LICÍNIO CARREIRA	AC VERMOIL	M50	70	1:34:46.594
5	LICÍNIO SILVA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	65	1:35:48.688
7	LUÍS LISBOA	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	60	1:37:07.227
8	LUÍS AVELAR	Crossmates	M45	55	1:37:30.984
9	FILIPE NOGUEIRA	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	50	1:37:36.425
10	ANDRÉ BENTO	G.R.Corredoura	SEN M	45	1:37:53.671
11	PAULINO SOUSA	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	40	1:38:14.625
12	VITAL SOUSA	CCRD Arrimal/morcegos	SEN M	35	1:40:53.980
13	NUNO NEVES	Lama Solta	SEN M	34	1:40:58.904
14	MARTINHO PEDROSA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M55	33	1:41:28.952
15	JOSÉ GONÇALVES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M55	32	1:41:35.873
16	JOÃO SANTANA	ADRMata	M35	31	1:41:54.164
18	ANTONIO SILVINO	AC VERMOIL	M60	30	1:42:41.384
19	DANIEL JAULINO	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M55	29	1:42:53.023
20	JOAQUIM DUARTE	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M40	28	1:43:18.365
21	TIAGO FERREIRA	GRF Benedita - Atletismo	SEN M	27	1:44:10.769
22	VÍTOR GODINHO	Individual	M45	26	1:44:49.569
23	FRANCISCO FERREIRA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M55	25	1:46:12.768
24	JORDAN SILVA	LIZ RUNNERS	SEN M	24	1:47:22.353
25	HÉLDER COSTA	Porto de Mós a Correr	M50	23	1:49:41.371
26	ALEXANDRE SOUSA	CPR A-do-Barbas	M35	22	1:50:05.677
27	ANTÓNIO PEDROSA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	Sub 23	21	1:50:23.344
28	RICARDO NUNES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	20	1:50:33.444
29	ANTÓNIO PEREIRA	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	19	1:50:40.364
30	DIOGO LISBOA	A. R. Meirinhas	SEN M	18	1:50:49.239
31	FÁBIO FERREIRA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	17	1:51:02.097
32	PEDRO RODRIGUES	CPR A-do-Barbas	M55	16	1:51:41.161
33	FÁBIO DANIEL RIBEIRO COSTa	Grupo Desportivo Concha Azul	M35	15	1:53:07.828
34	RICARDO	G.A.Caranguejeira	M35	14	1:53:09.694
35	PEDRO ANTUNES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	13	1:54:37.168
36	RÚBEN FILIPE DIAS VIEIRA	CSCRFCHARNECA	Sub 23	12	1:55:45.083
37	LUÍS SILVA	Grupo Desportivo Concha Azul	M50	11	1:56:20.357
38	PAULO MONTEIRO	CPR A-do-Barbas	M55	10	1:56:26.389

39	GONÇALO LOPES	Individual	M40	9	1:57:14.328
40	SÉRGIO CABECINHAS	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M40	8	1:57:22.285
41	MANUEL FERREIRA	ADRMata	M60	7	1:58:31.523
42	LUIS SILVA	Crossmates	M40	6	1:58:40.938
43	NELSON JORGE	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	5	1:59:09.245
44	LUÍS MARQUES	Lama Solta	M35	4	1:59:12.546
45	FILIPE FRADE	CPR A-do-Barbas	M45	3	1:59:20.988
46	FERNANDO DOMINGUES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M40	2	1:59:34.420
47	MÁRIO GONÇALVES SALGADO	SCPOMBAL/TRAILTEAM	M45	1	2:00:18.540
48	SANDRA GONÇALVES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	100	2:00:34.275
49	GONÇALO MOTA	A. R. Meirinhas	SEN M	1	2:00:50.272
50	RUI PEREIRA	CA BARREIRA	M65	1	2:00:50.698
51	NUNO FERREIRA	CPR A-do-Barbas	M45	1	2:00:59.605
52	DAVID SIMÕES	A. R. Meirinhas	M35	1	2:01:18.056
53	BRUNO COSTA	Grupo Desportivo Concha Azul	SEN M	1	2:01:30.775
54	JOSÉ AGOSTINHO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M65	1	2:01:44.067
55	LUÍS JANUÁRIO	Crossmates	M35	1	2:02:09.551
56	JOEL SANTOS	ACRM Silveirinha Grande Claras	M35	1	2:03:00.066
57	LEANDRO SANTOS	Individual	M40	1	2:03:05.699
58	ROGÉRIO DUARTE	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	1	2:03:35.151
59	GONÇALO FERREIRA	A. R. Meirinhas	M40	1	2:04:19.142
60	VIRGINIA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	F45	90	2:04:46.113
61	HELDER ABREU	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	1	2:04:58.134
62	VITOR MOTA	SCPOMBAL/TRAILTEAM	M45	1	2:05:32.814
63	JOAO GASPAS	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	1	2:05:35.803
64	JOÃO REIS	GDRC Unidos	SEN M	1	2:05:44.477
65	LUÍS SERRA	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M35	1	2:05:44.862
66	CARVALHEIRO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	1	2:06:30.225
67	ANA FILIPA	A. C. S. Mamede	SEN F	80	2:06:30.577
68	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	1	2:07:39.765
69	RÚBEN LOPES	Crossmates	SEN M	1	2:07:54.496
70	RENATO SANTOS	SCPOMBAL/TRAILTEAM	M40	1	2:08:05.747
71	DÉLIO PASCOAL	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	1	2:08:15.656
72	JOANA GR�CIO	CPR A-do-Barbas	F35	70	2:10:26.072
73	SARA ALVES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN F	65	2:10:48.774
74	GUSTAVO OLIVEIRA	Individual	M45	1	2:11:27.750
75	VÍTOR AREIA	A. R. Meirinhas	M50	1	2:11:32.240
76	CAROLINA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN F	60	2:13:06.368

77	RAUL Velez	G.A.Caranguejeira	M35	1	2:13:40.142
78	JOÃO SINTRA	ACRM Silveirinha Grande Claras	M65	1	2:13:44.137
79	STEFANY OLIVEIRA	A. R. Meirinhas	SEN F	55	2:14:32.669
80	MARCO RIBEIRO	Crossmates	M40	1	2:15:57.083
81	CARLOS CONCEIÇÃO	CSCRFCHARNECA	M50	1	2:17:02.053
82	LINO CARRACO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M55	1	2:19:36.988
83	ÁLVARO LOPES	CSCRFCHARNECA	M45	1	2:21:11.932
84	LÍLIA NEVES	CSCRFCHARNECA	F45	50	2:21:34.424
85	JORDÃO	ACRM Silveirinha Grande Claras	F40	45	2:22:11.278
86	MARCO REIS	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	1	2:23:35.151
87	HUGO MARQUES	G.R.Corredoura	SEN M	1	2:26:09.299
88	SÍLVIA FRANCO	Grupo Alegre e Unido Bajouca	F50	40	2:26:23.576
89	MIGUEL MATIAS	CSCRFCHARNECA	M45	1	2:26:36.788
90	GILBERTO SANTOS	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M50	1	2:27:00.293
91	JORGE AGOSTINHO	CA BARREIRA	M60	1	2:29:27.306
92	JOAQUIM SANTOS	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	1	2:31:14.132
93	RITA REIS	G.R.Corredoura	SEN F	35	2:31:41.820
94	ÉRIC SALVADO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M50	1	2:33:40.300
95	RUI NETO	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	1	2:34:11.786
96	JOSÉ MARTINS	Clube veteranos do lis	M55	1	2:35:33.629
97	SÓNIA PEREIRA	Notícias de Colmeias Atletismo	F50	34	2:37:17.990
98	ANABELA FERNANDES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	F50	33	2:41:19.086
99	ÂNGELA ABREU	Grupo Desportivo Concha Azul	SEN F	32	2:43:30.394
100	MARIA DO ROSÁRIO	Clube veteranos do lis	F50	31	2:46:24.497
101	ANA MALHÃO HENRIQUES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	30	2:53:21.982
102	ARLINDO DE JESUS OLIVEIRA	CSCRFCHARNECA	M55	1	3:28:47.848
103	DANY GRILO	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M35	1	3:36:07.785

Trail dos Moinhos da Bajouca 2023

Coletiva Feminina						
Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	VIRGINIA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	F45	59	240	1ª
	CAROLINA SIMÕES	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN F	77		
	SÓNIA PEREIRA	Notícias de Colmeias Atletismo	F50	104		
13	SARA ALVES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN F	73	272	2ª
	SÍLVIA FRANCO	Grupo Alegre e Unido Bajouca	F50	94		
	ANABELA FERNANDES	Grupo Alegre e Unido Bajouca	F50	105		

Trail dos Moinhos da Bajouca 2023

Coletiva Masculina						
Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	DIOGO VIANA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	1	9	1ª
	JOEL COUTO	Grupo Alegre e Unido Bajouca	M40	3		
	LICÍNIO SILVA	Grupo Alegre e Unido Bajouca	SEN M	5		
13	CARLOS FERNANDES	Crossmates	M35	2	52	2ª
	LUÍS AVELAR	Crossmates	M45	8		
	LUIS SILVA	Crossmates	M40	42		
11	LUÍS LISBOA	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	7	59	3ª
	FILIPE NOGUEIRA	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	9		
	NELSON JORGE	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	43		
9	ALEXANDRE SOUSA	CPR A-do-Barbas	M35	26	96	4ª
	PEDRO RODRIGUES	CPR A-do-Barbas	M55	32		
	PAULO MONTEIRO	CPR A-do-Barbas	M55	38		
8	ANTÓNIO PEREIRA	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	29	112	5ª
	PEDRO ANTUNES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M35	35		
	LUÍS SERRA	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M35	48		
7	FÁBIO COSTA	Grupo Desportivo Concha Azul	M35	33	123	6ª
	LUÍS SILVA	Grupo Desportivo Concha Azul	M50	37		
	BRUNO COSTA	Grupo Desportivo Concha Azul	SEN M	53		
6	DIOGO LISBOA	A. R. Meirinhas	SEN M	30	131	7ª
	GONÇALO MOTA	A. R. Meirinhas	SEN M	49		
	DAVID SIMÕES	A. R. Meirinhas	M35	52		
5	MÁRIO SALGADO	SCPOMBAL/TRAILTEAM	M45	47	179	8ª
	RENATO SANTOS	SCPOMBAL/TRAILTEAM	M40	62		
	VITOR MOTA	SCPOMBAL/TRAILTEAM	M45	70		
4	JOEL SANTOS	ACRM Silveirinha Grande Claras	M35	56	200	9ª
	CARVALHEIRO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M45	66		
	LINO CARRACO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	78		
3	RÚBEN FILIPE VIEIRA	CSCRFCHARNECA	Sub 23	36	200	10ª
	ÁLVARO LOPES	CSCRFCHARNECA	M45	81		
	MIGUEL MATIAS	CSCRFCHARNECA	M45	83		
2	RUI PEREIRA	CA BARREIRA	M65	50	209	11ª
	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	68		
	JORGE AGOSTINHO	CA BARREIRA	M60	91		

18K TNT 2023

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	Tiago Ferreira	Grf Benedita - Atletismo	Sen M	100	01:33:03.79
2	Licínio Carreira	Ac Vermoil	M50	90	01:37:54.79
3	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	80	01:38:46.62
4	Fernando Rosa	Airlux - Nda	M35	70	01:39:22.59
5	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	65	01:40:02.94
6	Filipe Nogueira	Notícias De Colmeias Atletismo	M50	60	01:41:48.24
7	Bruno Antunes	Notícias De Colmeias Atletismo	Sen M	55	01:43:14.63
8	Luís Lisboa	Notícias De Colmeias Atletismo	M40	50	01:45:27.01
9	Vítor Godinho	Individual	M45	45	01:46:22.20
10	João Costa	Airlux - Nda	Sen M	40	01:47:24.77
11	Antonio Silvino	Ac Vermoil	M55	35	01:48:58.66
12	Leandro Santos	Individual	M40	34	01:55:23.19
14	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	33	01:55:27.44
15	Nuno Coelho	Airlux - Nda	M40	32	01:55:33.24
37	Ana Bonifácio	Cpr A-Do-Barbas	Sen F	100	01:55:43.08
16	Otelo Pereira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	31	01:55:53.30
17	Fábio Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	30	01:55:59.75
18	Helder Marco	Scp Pombal / Trail Team	M45	29	01:56:08.83
19	Rui Pereira	Ca Barreira	M65	28	01:59:29.42
20	Francisco Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	27	01:59:34.58
21	Nuno Ferreira	Cpr A-Do-Barbas	M45	26	01:59:35.87
22	António Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	25	02:00:18.35
23	Pedro Antunes	Bairro Dos Anjos - Amigos Da Corrida	M40	24	02:01:15.96
24	Pedro Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	23	02:02:20.79
25	Nelson Jorge	Notícias De Colmeias Atletismo	M50	22	02:02:42.01
26	Délio Pascoal	Notícias De Colmeias Atletismo	M40	21	02:03:04.72
27	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	20	02:03:43.32
28	Filipe Frade	Cpr A-Do-Barbas	M45	19	02:05:53.94
29	Germano Capela	Ca Barreira	M55	18	02:07:40.89
30	Gustavo Oliveira	Individual	M45	17	02:07:49.11
34	Joao Gaspar	Bairro Dos Anjos - Amigos Da Corrida	M45	16	02:08:13.03
35	Nuno Neves	Lama Solta	Sen M	15	02:09:14.11
33	Sandra Gonçalves	Bairro Dos Anjos - Amigos Da Corrida	F50	90	02:09:29.13
57	Virgínia Simões	Notícias De Colmeias Atletismo	F45	80	02:09:30.12
54	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen F	70	02:14:23.65
38	Luís Carvalheiro	Acrm Silveirinha Grande E Claras	M50	14	02:14:24.08

40	David Simões	A. R. Meirinhas	M40	13	02:16:21.00
32	Maria Lopes	Airlux - Nda	F45	65	02:19:14.19
58	Carolina Simões	Notícias De Colmeias Atletismo	Sen F	60	02:19:17.26
41	Gonçalo Mota	A. R. Meirinhas	Sen M	12	02:20:52.16
39	Susana Pereira	Cpr A-Do-Barbas	F50	55	02:21:05.63
43	Hugo Neves	A. R. Meirinhas	Sen M	11	02:22:19.42
44	José Martins	Clube Veteranos Do Lis	M55	10	02:23:51.38
13	Stefany Oliveira	A. R. Meirinhas	Sen F	50	02:25:49.49
45	Helder Abreu	Notícias De Colmeias Atletismo	M45	9	02:26:21.67
46	João Sintra	Acrm Silveirinha Grande E Claras	M65	8	02:27:03.10
47	Paula Rodrigues	Individual	F50	45	02:29:21.41
48	Virgílio Alberto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	7	02:29:30.44
49	Luís Neves	Cscrfcharneca	M60	6	02:31:50.38
51	Joaquim Santos	Notícias De Colmeias Atletismo	M50	5	02:35:39.68
52	Luís Quinta-Nova	Ginásio Clube De Alcobaça	M55	4	02:36:39.94
53	Bruno Lima	Cscrfcharneca	M35	3	02:37:57.65
60	Antero Rodrigues	Individual	M50	2	02:38:32.79
55	Silvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	40	02:40:20.93
61	Joel Simões	Individual	Sen M	1	02:40:37.62
62	Nuno Santos	Cscrfcharneca	M45	1	02:41:56.69
63	Miguel Matias	Cscrfcharneca	M45	1	02:44:30.28
31	Mónica Jordão	Acrm Silveirinha Grande E Claras	F40	35	02:45:15.48
42	Lília Silva	Cscrfcharneca	F45	34	02:45:50.88
59	Sónia Pereira	Notícias De Colmeias Atletismo	F50	33	02:45:51.23
50	Rita Reis	G.R.Corredoura	Sen F	32	02:50:09.90
56	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	31	02:53:48.13
36	Ana Martins	Clube Veteranos Do Lis	F50	30	03:08:49.09
64	Arlindo Oliveira	Cscrfcharneca	M55	1	03:38:18.08

18K TNT 2023

Coletiva Feminina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Virgínia Simões	Notícias De Colmeias Atletismo	F45	32	125	1ª
	Carolina Simões	Notícias De Colmeias Atletismo	Sen F	37		
	Sónia Pereira	Notícias De Colmeias Atletismo	F50	56		
13	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen F	33	141	2ª
	Silvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	50		
	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	58		

18K TNT 2023

Coletiva Masculina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	3	19	1ª
	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M35	5		
	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	11		
13	Filipe Nogueira	Notícias De Colmeias Atletismo	M35	6	21	2ª
	Bruno Antunes	Notícias De Colmeias Atletismo	Sen M	7		
	Luís Lisboa	Notícias De Colmeias Atletismo	M40	8		
11	Fernando Rosa	Airlux - Nda	M35	4	25	3ª
	João Costa	Airlux - Nda	Sen M	9		
	Nuno Coelho	Airlux - Nda	M40	12		
9	David Simões	A. R. Meirinhas	M40	35	113	4ª
	Gonçalo Mota	A. R. Meirinhas	Sen M	38		
	Hugo Neves	A. R. Meirinhas	Sen M	40		
8	Luís Neves	Cscrfcharneca	M60	46	147	5ª
	Bruno Lima	Cscrfcharneca	M35	49		
	Nuno Santos	Cscrfcharneca	M45	52		

VI TRAIL DO PINHEIRO MANSO

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	Carlos Fernandes	Crossmates	M35	100	1:52:07.404
2	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	90	2:02:13.010
3	Filipe Nogueira	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	80	2:03:37.586
4	Licínio Carreira	AC VERMOIL	M50	70	2:05:19.048
5	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	65	2:05:52.060
6	Luís Lisboa	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	60	2:07:01.262
7	André Bento	G.R. Corredoura	SEN M	55	2:08:36.755
8	Bruno Antunes	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	50	2:09:56.152
9	Manuel Fernandes	SCPOMBAL/TRAIL TEAM	M35	45	2:12:08.801
10	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	40	2:13:45.792
11	Daniel Jaulino	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	35	2:13:57.913
12	Otelo Pereira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	34	2:18:41.690
13	Nelson Jorge	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	33	2:20:39.664
14	Francisco Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	32	2:20:54.223
15	Luís De Sousa	G.R. Corredoura	M45	31	2:21:47.869
16	António Pereira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	30	2:24:17.031
17	Emanuel Batista	A. C. S. Mamede	M50	29	2:24:43.148
18	Fábio Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	28	2:24:54.813
19	António Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	SUB 23	27	2:25:09.287
20	Sérgio Cabecinhas	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	26	2:27:24.843
21	Antonio Silvino	AC VERMOIL	M60	25	2:29:41.450
22	Germano Capela	C A Barreira	M55	24	2:30:41.002
23	Paulo Mendes	A. R. Meirinhas	M40	23	2:31:04.256
24	Carlos Cunha	A. C. S. Mamede	M45	22	2:31:32.426
25	Pedro Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	21	2:31:52.665
26	Joao Gaspar	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	20	2:32:43.295
27	José Agostinho	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M60	19	2:32:44.618
28	Rui Gameiro	A. R. Meirinhas	M45	18	2:32:58.603
29	Sandra Gonçalves	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	100	2:33:13.388
30	Fernando Domingues	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	17	2:35:26.045
31	Délio Pascoal	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	16	2:36:34.910
32	Luis Silva	Crossmates	M40	15	2:36:45.787
33	Virginia Simões	Notícias de Colmeias Atletismo	F45	90	2:36:47.107
34	Nuno Neves	Lama Solta	SEN M	14	2:37:56.518
35	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	80	2:39:07.023
36	Andreia Pereira	G.R. Corredoura	SEN F	70	2:39:20.113

37	David Simões	A. R. Meirinhas	M40	13	2:40:39.818
38	Luis Pedrosa	A. R. Meirinhas	M45	12	2:41:04.429
39	Filipe Frade	CPR A-DO-BARBAS	M45	11	2:43:38.560
40	Luís Serra	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M35	10	2:44:14.339
41	Helder Abreu	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	9	2:45:23.576
42	Joaquim Santos	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	8	2:46:22.216
43	Carolina Simões	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN F	65	2:47:54.497
44	Luís Filipe Carvalheiro	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	7	2:50:47.680
45	Carlos Conceição	CSCRFCHARNECA	M50	6	2:52:13.914
46	Rogério Duarte	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	5	2:54:20.483
47	Vítor Areia	A. R. Meirinhas	M50	4	2:55:08.438
48	Luís Neves	CSCRFCHARNECA	M60	3	2:56:58.496
49	Hugo Marques	G.R. Corredoura	SEN M	2	3:03:39.529
50	Jorge Agostinho	C A Barreira	M60	1	3:04:58.161
51	Cristina	Individual	F45	60	3:05:01.455
52	Miguel Matias	CSCRFCHARNECA	M45	1	3:12:19.078
53	Mónica Jordão	ACRM Silveirinha Grande Claras	F40	55	3:13:00.807
54	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	50	3:14:37.707
55	Marco Ribeiro	Crossmates	M40	1	3:19:45.603
56	Tiago Ribeiro	Crossmates	M40	1	3:33:22.713
57	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	45	3:35:17.625
58	Rita Reis	G.R. Corredoura	SEN F	40	3:37:28.835
59	Ana Malhão Henriques	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F40	35	3:41:03.527
60	Arlindo De Jesus	CSCRFCHARNECA	M55	1	4:23:56.659

VI TRAIL DO PINHEIRO MANSO

Coletiva Feminina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	55	253	1ª
	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	96		
	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	102		

VI TRAIL DO PINHEIRO MANSO

Coletiva Masculina						
Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Filipe Nogueira	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	5	27	1ª
	Luís Lisboa	Notícias de Colmeias Atletismo	M40	10		
	Bruno Antunes	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN M	12		
13	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	3	27	2ª
	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	8		
	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	16		
11	António Pereira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M40	26	111	1ª
	Joao Gaspar	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	42		
	José Agostinho	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M60	43		
9	André Bento	G.R. Corredoura	SEN M	11	119	4ª
	Luís De Sousa	G.R. Corredoura	M45	23		
	Hugo Marques	G.R. Corredoura	SEN M	85		
8	Rui Gameiro	A. R. Meirinhas	M45	38	141	5ª
	David Simões	A. R. Meirinhas	M40	44		
	Luis Pedrosa	A. R. Meirinhas	M45	59		
7	Carlos Fernandes	Crossmates	M35	1	151	6ª
	Luis Silva	Crossmates	M40	51		
	Marco Ribeiro	Crossmates	M40	99		
5	Carlos Conceição	CSCRFCHARNECA	M50	75	248	8ª
	Luís Neves	CSCRFCHARNECA	M60	80		
	Miguel Matias	CSCRFCHARNECA	M45	93		

17K Avelar Sunset Trail 2023

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	100	01:22:39.45
2	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	90	01:26:32.67
3	Fernando Rosa	Airlux - Nda	M35	80	01:27:11.27
4	Licínio Carreira	Ac Vermoil	M50	70	01:27:13.97
5	Luís Lisboa	Noticias De Colmeias Atletismo	M40	65	01:31:17.65
6	João Costa	Airlux - Nda	Sen M	60	01:32:06.03
7	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	55	01:33:50.60
8	António Silvino	Ac Vermoil	M55	50	01:38:23.32
9	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	45	01:40:10.77
39	Filipe Nogueira	Noticias De Colmeias Atletismo	M50	40	01:42:28.79
10	Nelson Jorge	Noticias De Colmeias Atletismo	M50	35	01:43:47.44
11	Rui Pereira	Ca Barreira	M65	34	01:49:14.76
12	Germano Capela	Ca Barreira	M55	33	01:49:19.98
13	Virgínia Simões	Noticias De Colmeias Atletismo	F45	100	01:50:19.45
14	Fernando Domingues	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	32	01:50:38.39
15	Gustavo Oliveira	Individual	M45	31	01:52:11.72
16	Gonçalo Mota	A. R. Meirinhas	Sen M	30	01:54:24.78
17	Sandra Gonçalves	Bairro Dos Anjos - Amigos Da Corrida	F55	90	01:54:27.45
18	Joao Gaspar	Bairro Dos Anjos - Amigos Da Corrida	M45	29	01:55:04.45
19	Carolina Simões	Noticias De Colmeias Atletismo	Sen F	80	01:56:07.96
20	Joaquim Santos	Noticias De Colmeias Atletismo	M50	28	01:57:05.26
21	Pedro Antunes	Bairro Dos Anjos - Amigos Da Corrida	M40	27	02:00:28.53
22	Virgilio Alberto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	26	02:02:29.33
23	Susana Pereira	Cpr A-Do-Barbas	F45	70	02:03:21.35
24	Délio Pascoal	Noticias De Colmeias Atletismo	M40	25	02:03:59.97
25	Helder Abreu	Noticias De Colmeias Atletismo	M45	24	02:04:33.55
26	Stefany Oliveira	A. R. Meirinhas	Sen F	65	02:04:41.60
27	José Martins	Clube Veteranos Do Lis	M55	23	02:06:23.02
28	Carlos Conceição	Cscrfcharneca	M50	22	02:06:52.90
29	Luís Neves	Cscrfcharneca	M60	21	02:10:06.32
30	António Ferreira	Cpr A-Do-Barbas	M65	20	02:12:26.64
31	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F55	60	02:15:22.48
32	Lília Silva	Cscrfcharneca	F45	55	02:18:31.24
33	Álvaro Lopes	Cscrfcharneca	M45	19	02:18:41.50
34	Miguel Matias	Cscrfcharneca	M45	18	02:27:02.52
35	Sónia Pereira	Nca	F55	50	02:36:22.54

36	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F55	45	02:36:26.92
37	Regina Ferreira	Cpr A-Do-Barbas	F55	40	02:58:38.73
38	Arlindo Oliveira	Cscrfcharneca	M55	17	03:00:24.13

17K Avelar Sunset Trail 2023

Coletiva Masculina						
Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	Sen M	100	245	1ª
	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	90		
	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	55		
13	Luís Lisboa	Noticias De Colmeias Atletismo	M40	65	140	2ª
	Filipe Nogueira	Noticias De Colmeias Atletismo	M50	40		
	Nelson Jorge	Noticias De Colmeias Atletismo	M50	35		
11	Carlos Conceição	Cscrfcharneca	M55	23	65	3ª
	Luís Neves	Cscrfcharneca	M60	22		
	Álvaro Lopes	Cscrfcharneca	M45	20		

Trail da Lama Solta

Pos	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	tempo
1	Francisco Reis	A. C. S. Mamede	SEN M	100	01:37:17
2	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	90	01:45:36
3	Licínio Carreira	AC VERMOIL	M50	80	01:47:55
4	João Gonçalves	AC VERMOIL	SEN M	70	01:48:56
5	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	65	01:50:42
6	Joaquim Quitério	AC VERMOIL	M45	60	01:53:06
7	Martinho Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	55	01:54:25
8	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	50	01:56:04
9	Antonio Silvino	AC VERMOIL	M60	45	01:56:24
10	Jordan Silva	Liz runners	SEN M	40	01:59:22
11	António Pereira	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M40	35	02:00:45
12	Daniel Jaulino	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	34	02:01:14
13	Aquilino Ferreira	AC VERMOIL	M60	33	02:02:38
14	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	32	02:03:12
15	Francisco Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	31	02:03:35
16	Ana Bonifácio	CPR A-do-Barbas	SEN F	100	02:04:50
17	Hélder Marco	SCPOMBAL / TRAIL Team	M45	30	02:05:12
18	Nelson Jorge	Notícias de colmeias atletismo	M50	29	02:05:14
19	Dany Alexandre Ramos Grilo	Grupo Alegre Unido Bajouca	M35	28	02:05:48
20	Pedro Antunes	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M40	27	02:06:53
21	Rui Pereira	CA Barreira	M60	26	02:07:05
22	Fernando Domingues	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	25	02:07:47
23	Pedro Rodrigues	CPR A-do-Barbas	M55	24	02:09:05
24	Paulo Monteiro	CPR A-do-Barbas	M55	23	02:09:56
25	Ricardo Carreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	22	02:10:16
26	Nuno Ferreira	CPR A-do-Barbas	M45	21	02:13:36
27	Sérgio Cabecinhas	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	20	02:13:53
28	Margarida Barreto	A. C. S. Mamede	SEN F	90	02:14:11
29	Sandra Gonçalves	Bairro dos Anjos - Amigos da C	F50	80	02:14:42
30	Joaquim Santos	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	19	02:14:43
31	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	70	02:16:06
32	Virgínia Simões	Notícias de colmeias atletismo	F45	65	02:18:06
33	Germano Capela	CA Barreira	M55	18	02:21:41
34	Tomé Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	17	02:25:13
35	Virgílio Alberto	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	16	02:25:14
36	Carolina Simões	Notícias de Colmeias Atletismo	SEN F	60	02:25:36

37	Helder Abreu	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	15	02:25:37
38	Stefany Naiara Silva Oliveira	A. R. Meirinhas	SEN F	55	02:26:41
39	João Sintra	ACRM Silveirinha Grande e Clar	M60	14	02:28:53
40	Álvaro José Vieira Lopes	CSCRFCHARNECA	M45	13	02:29:42
41	Rogério Duarte	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M45	12	02:34:24
42	Joana Guiomar	A. C. S. Mamede	F40	50	02:37:44
43	Joao Gaspar	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M45	11	02:38:40
44	Lília Maria Neves Da Silva	CSCRFCHARNECA	F45	45	02:38:45
45	Luís Fernando Rocha Das Neves	CSCRFCHARNECA	M60	10	02:40:21
46	Lino Carraco	ACRM Silveirinha Grande e Clar	M55	9	02:40:43
47	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	40	02:42:56
48	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	35	02:58:50
49	Bruno Miguel Ferreira Simões	CSCRFCHARNECA	M35	8	03:08:16
50	Alfredo Santos	AC VERMOIL	M60	7	03:27:01
51	Arlindo De Jesus Oliveira	CSCRFCHARNECA	M55	6	03:35:45

Trail da Lama Solta

Coletiva Feminina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	70	145	1ª
	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	40		
	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	35		

Trail da Lama Solta

Coletiva Masculina						
Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	Licínio Carreira	AC VERMOIL	M50	3	13	1ª
	João Gonçalves	AC VERMOIL	SEN M	4		
	Joaquim Quitério	AC VERMOIL	M45	6		
13	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	2	14	2ª
	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	5		
	Martinho Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	7		
11	António Pereira	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M40	11	72	3ª
	Pedro Antunes	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M40	20		
	Rogério Duarte	Bairro dos Anjos - Amigos da C	M45	41		
9	Pedro Rodrigues	CPR A-do-Barbas	M55	23	73	4ª
	Paulo Monteiro	CPR A-do-Barbas	M55	24		
	Nuno Ferreira	CPR A-do-Barbas	M45	26		
8	Nelson Jorge	Notícias de colmeias atletismo	M50	18	85	5ª
	Joaquim Santos	Notícias de Colmeias Atletismo	M50	30		
	Helder Abreu	Notícias de Colmeias Atletismo	M45	37		
7	Álvaro Lopes	CSCRFCHARNECA	M45	40	134	6ª
	Luís Neves	CSCRFCHARNECA	M60	45		
	Bruno Simões	CSCRFCHARNECA	M35	49		

JOEL COUTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	100	1:35:46.170
ANDRÉ FILIPE	CPR A-do-Barbas	M35	90	1:36:03.772
PAULINO SOUSA	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	80	1:36:16.469
DIOGO VIANA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	70	1:37:08.312
GONÇALO LOPES	Individual	M40	65	1:37:09.312
LICÍNIO CARREIRA	AC VERMOIL	M50	60	1:37:52.672
FILIPE NOGUEIRA	Noticias de Colmeias Atletismo	M50	55	1:38:24.665
ANTONIO SILVINO	AC VERMOIL	M55	50	1:40:29.180
JOSÉ GONÇALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	45	1:41:07.777
JOAQUIM QUITÉRIO	AC VERMOIL	M45	40	1:42:28.481
VÍTOR GODINHO	Individual	M45	35	1:42:34.085
BRUNO ANTUNES	Noticias de Colmeias Atletismo	SEN M	34	1:43:23.086
AMÍLCAR BRITO	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	33	1:44:08.655
JOÃO SANTANA	ADRM	M35	32	1:44:09.784
JORGE MARCELINO	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	31	1:45:48.434
LUÍS LISBOA	Noticias de Colmeias Atletismo	M40	30	1:46:02.559
ANDRÉ FERNANDES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M45	29	1:46:41.550
ANTÓNIO POEIRAS	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M60	28	1:47:05.351
ANTÓNIO PEDROSA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	27	1:47:35.436
DANY GRILO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M35	26	1:52:17.659
RUI PEREIRA	CA BARREIRA	M65	25	1:53:56.590
VITOR LOPES	AC VERMOIL	M55	24	1:54:22.063
SÉRGIO CABECINHAS	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	23	1:55:20.658
GUSTAVO OLIVEIRA	Individual	M45	22	1:55:31.645
LUÍS FILIPE CARVALHEIRO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	21	1:56:59.666
DÉLIO PASCOAL	Noticias de Colmeias Atletismo	M40	20	1:57:07.787
SANDRA GONÇALVES	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	F50	100	1:57:08.670
FERNANDO DOMINGUES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	19	1:57:11.953
NELSON JORGE	Noticias de Colmeias Atletismo	M50	18	1:57:47.677
JOÃO REIS	GDRC UNIDOS	SEN M	17	1:58:04.076
SARA ALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	90	1:58:10.118
JOAQUIM SANTOS	Noticias de Colmeias Atletismo	M50	16	1:58:30.065
GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	15	2:00:39.225
HELDER ABREU	Noticias de Colmeias Atletismo	M55	14	2:02:40.070
VIRGINIA SIMÕES	Noticias de Colmeias Atletismo	F45	80	2:03:01.245
VIRGILIO ALBERTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M50	13	2:05:01.072
CRISTIANO CASALINHO	CA BARREIRA	M40	12	2:05:29.578

JORGE AGOSTINHO	CA BARREIRA	M60	11	2:05:31.311
PEDRO ROCHA	Clube atletismo da Nazaré	SEN M	10	2:05:34.085
JOAO GASPAS	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	M45	9	2:06:55.626
SUSANA PEREIRA	CPR A-do-Barbas	F50	70	2:09:13.219
CAROLINA SIMÕES	Noticias de Colmeias Atletismo	SEN F	65	2:09:56.884
ANTÓNIO FERREIRA	CPR A-do-Barbas	M65	8	2:10:00.357
STEFANY OLIVEIRA	A.R.Meirinhas	SEN F	60	2:11:46.528
MÓNICA JORDÃO	ACRM Silveirinha Grande Claras	F40	55	2:11:50.189
NELSON FERREIRA	AC VERMOIL	M40	7	2:12:53.315
CARLOS CONCEIÇÃO	CSCRFCHARNECA	M50	6	2:14:14.554
PAULA RODRIGUES	Individual	F50	50	2:15:57.311
LUÍS NEVES	CSCRFCHARNECA	M60	5	2:17:29.591
SÍLVIA FRANCO	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	45	2:18:19.198
MIGUEL MATIAS	CSCRFCHARNECA	M45	4	2:25:24.738
NEUSA LOURAL	Liz Runners	F45	40	2:27:55.988
BRUNO LIMA	CSCRFCHARNECA	M35	3	2:30:58.110
LINO CARRACO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M55	2	2:31:06.726
ANABELA FERNANDES	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	35	2:37:22.410
ANTERO RODRIGUES	Individual	M50	1	2:45:34.517
JOÃO GRAÇA	ACRM Silveirinha Grande Claras	M65	1	2:58:09.978
ANTÓNIO FOLGADO	Liz Runners	M55	1	3:01:00.732
REGINA FERREIRA	CPR A-do-Barbas	F55	34	3:01:01.354
ARLINDO DE JESUS OLIVEIRA	CSCRFCHARNECA	M55	1	3:13:57.747
RUI ROBERTO	RRBR	M50	1	3:14:00.182

1º CÔDEAS TRAIL

Coletiva Feminina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	SARA ALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN F	90	170	1ª
	SÍLVIA FRANCO	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	45		
	ANABELA FERNANDES	Grupo Alegre Unido Bajouca	F50	35		

1º CÔDEAS TRAIL

Coletiva Masculina

Pont	Nome	Equipa	Escalão	Pontos	T.Pontos	Class.
15	JOEL COUTO	Grupo Alegre Unido Bajouca	M40	100	215	1ª
	DIOGO VIANA	Grupo Alegre Unido Bajouca	SEN M	70		
	JOSÉ GONÇALVES	Grupo Alegre Unido Bajouca	M55	45		
13	LICÍNIO CARREIRA	AC VERMOIL	M50	60	150	2ª
	ANTONIO SILVINO	AC VERMOIL	M55	50		
	JOAQUIM QUITÉRIO	AC VERMOIL	M45	40		
11	PAULINO SOUSA	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M55	80	144	3ª
	AMÍLCAR BRITO	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M35	33		
	JORGE MARCELINO	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	M50	31		
9	FILIFE NOGUEIRA	Noticias de Colmeias Atletismo	M50	55	119	4ª
	BRUNO ANTUNES	Noticias de Colmeias Atletismo	SEN M	34		
	LUÍS LISBOA	Noticias de Colmeias Atletismo	M40	30		
8	RUI PEREIRA	CA BARREIRA	M65	25	52	5ª
	GERMANO CAPELA	CA BARREIRA	M55	15		
	CRISTIANO CASALINHO	CA BARREIRA	M40	12		
7	LUÍS FILIFE CARVALHEIRO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M50	21	24	6ª
	LINO CARRACO	ACRM Silveirinha Grande Claras	M55	2		
	JOÃO GRAÇA	ACRM Silveirinha Grande Claras	M65	1		
6	CARLOS CONCEIÇÃO	CSCRFCHARNECA	M50	6	15	6ª
	LUÍS NEVES	CSCRFCHARNECA	M60	5		
	MIGUEL MATIAS	CSCRFCHARNECA	M45	4		

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

Clas.	Atletas	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
Geral Feminina														
1	Sandra Gonçalves	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	100	90	100	100	90	100	90	80	100		850	9
2	Virginia Simões	Notícias de Colmeias Atletismo	90	100	90	90	80	90	100	65	80		785	9
3	Carolina Simões	Notícias de Colmeias Atletismo		55	60	60	60	65	80	60	65		505	8
4	Sara Alves	Grupo Alegre Unido Bajouca		60	65	65	70	80		70	90		500	7
5	Stefany Oliveira	A. R. Meirinhas	60	50	40	55	50		65	55	60		435	8
6	Lília Neves	CSCRFCHARNECA	65	70	50	50	34		55	45			369	7
7	Sílvia Franco	Grupo Alegre Unido Bajouca		40	45	40	40	50	60	40	45		360	8
8	Susana Pereira	CPR A-DO-BARBAS	80		70		55		70		70		345	5
9	Anabela Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	40	35	33	33	31	45	45	35	35		332	9
10	Mónica Jordão	ACRM Silveirinha Grande Claras			55	45	35	55			55		245	5
11	Ana Bonifácio	Cpr A-Do-Barbas					100			100			200	2
12	Rita Reis	G.R.CORREDOURA	55		35	35	32	40					197	5
13	Paula Rodrigues	Individual	70				45				50		165	3
14	Maria Lopes	Airlux - Nda					65			90			155	2
15	Ana Henriques	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida		33	30	30		35					128	4
16	Sónia Perereira	Notícias de Colmeias Atletismo				34	33		50				117	3
17	Paula Galito	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	50	32	32								114	3
18	Isabel Pereira	Grupo Alegre Unido Bajouca	45	34	34								113	3
19	Regina Ferreira	CPR A-do-Barbas			29				40		34		103	3
20	Catarina Rodrigues	A. R. Meirinhas	35	65									100	2
21	Ana Filipa	A. C. S. Mamede				80							80	1
22	Bárbara Fernades	Porto de Mós a Correr			80								80	1
23	Benilde Santos	MDR Runners		80									80	1
24	Andreia Pereira	G.R. Corredoura						70					70	1
25	Joana Grácio	CPR A-do-Barbas				70							70	1
26	Cristina	Individual						60					60	1
27	Joana Guiomar	A. C. S. Mamede								50			50	1
28	Inês Tomás	SCPOMBAL / TRAILTEAM		45									45	1
29	Neusa Loural	Liz Runners									40		40	1
30	Ângela Abreu	Grupo Desportivo Concha Azul				32							32	1
31	Maria do Rosário	Clube veteranos do lis				31							31	1

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

Clas.	Atletas 	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
Geral Masculino														
1	Diogo Viana	Grupo Alegre Unido Bajouca	90	100		100	80	90	100	90	70		720	8
2	Joel Couto	Grupo Alegre Unido Bajouca	60	65	100	80	65		90	50	100		610	8
3	Licínio Carreira	AC VERMOIL		80	70	70		70	70	80	60		500	7
4	Luís Lisboa	Notícias de Colmeias Atletismo	50	55	65	60	50	60	65		30		435	8
5	Filipe Nogueira	Notícias de Colmeias Atletismo	55	50		50	60	80	40		55		390	7
6	José Gonçalves	Grupo Alegre Unido Bajouca	29	45		32	20	65	55	65	45		356	8
7	Carlos Fernandes	Crossmates		90		90		100					280	3
8	Manuel Fernandes	SCPOMBAL /TRAIL TEAM	65	70	90			45					270	4
9	Antonio Silvino	AC VERMOIL		26		30	35	25	50	45	50		261	7
10	Bruno Antunes	Notícias de Colmeias Atletismo	25	25	60		55	50			34		249	6
11	André Bento	G.R.CORREDOURA	34		80	45		55					214	4
12	André Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca	26				33	40	45	32	29		205	6
13	Tiago Ferreira	GRF Benedita - Atletismo	70			27	100						197	3
14	Nelson Jorge	Notícias de Colmeias Atletismo	1	7	34	5	22	33	35	29	18		184	9
15	Fernando Rosa	Airlux-Nda	31				70		80				181	3
16	Licínio Silva	Grupo Alegre Unido Bajouca				65	90						155	2
17	Francisco Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	14	21		25	27	32		31			150	6
18	Paulino Sousa	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	30			40					80		150	3
19	Rui Pereira	CA BARREIRA	8	8	18	1	28		34	26	25		148	8
20	Germano Capela	CA BARREIRA	5	1	31	1	18	24	33	18	15		146	9
21	Délio Pascoal	Notícias de Colmeias Atletismo	1	1	55	1	21	16	25		20		140	8
22	Martinho Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca		40		33				55			128	3
23	Vítor Godinho	Individual	21			26	45				35		127	4
24	Pedro Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca		32	45		23	21					121	4
25	António Pedrosa	Grupo Alegre Unido Bajouca	1	16		21	25	27			27		117	6
26	Joao Gaspar	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida		1	30	1	16	20	29	11	9		117	8
27	Daniel Jaulino	Grupo Alegre Unido Bajouca	15			29		35		34			113	4
28	Luís Avelar	Crossmates	22	33		55							110	3
29	Gonçalo Lopes	Individual	35			9					65		109	3

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

Clas.	Atletas	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
30	Nuno Neves	Lama Solta	11	34		34	15	14					108	5
31	Hélder Abreu	Notícias de Colmeias Atletismo	1	1	32	1	9	9	24	15	14		106	9
32	Diogo Lisboa	A. R. Meirinhas	19	35	50								104	3
33	António Pereira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	20			18		30		35			103	4
34	Fernando Domingues	Grupo Alegre Unido Bajouca	3	4		2		17	32	25	19		102	7
35	Carlos Bárbara	A. C. S. Mamede	100	1									101	2
36	Francisco Reis	A. C. S. Mamede								100			100	1
37	João Costa	Airlux - Nda					40		60				100	2
38	Joaquim Quitério	AC VERMOIL								60	40		100	2
39	Fábio Ferreira	Grupo Alegre Unido Bajouca	1	17		17	30	28					93	5
40	João Santana	ADRMata		28		31					32		91	3
41	Pedro Antunes	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida				13	24		27	27			91	4
42	André Filipe	CPR A-do-Barbas									90		90	1
43	Mickael Pires	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	80										80	1
44	Sérgio Cabecinhas	Grupo Alegre Unido Bajouca	1	1		8		26		20	23		79	6
45	Joaquim Santos	Notícias de Colmeias Atletismo	1			1	5	8	28	19	16		78	7
46	Helder Marco	SCPOMBAL / TRAILTEAM		14			29			30			73	3
47	Gustavo Oliveira	Individual				1	17		31		22		71	4
48	João Gonçalves	AC VERMOIL								70			70	1
49	Otelo Pereira	Grupo Alegre Unido Bajouca					31	34					65	2
50	Jordan Silva	LIZ RUNNERS				24				40			64	2
51	David Simões	A. R. Meirinhas	1	1	33	1	13	13					62	6
52	José Martins	Clube veteranos do lis	1		27	1	10		23				62	5
53	Virgílio Alberto	Grupo Alegre Unido Bajouca					7		26	16	13		62	4
54	Emanuel Batista	A. C. S. Mamede	32					29					61	2
55	João Alves	A. C. S. Mamede		60									60	1
56	José Agostinho	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida			40			19					59	2
57	Paulo Mendes	A. R. Meirinhas	17	19				23					59	3
58	Nuno Ferreira	CPR A-DO-BARBAS	1	9		1	26			21			58	5
59	Amílcar Brito	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	24								33		57	2

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

Clas.	Atletas 	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
60	Ricardo Carreira	Grupo Alegre Unido Bajouca			35					22			57	2
61	Álvaro Lopes	CSCRFCHARNECA	1	1	21	1			19	13			56	6
62	Dany Grilo	Grupo Alegre Unido Bajouca				1				28	26		55	3
63	Ricardo Marques	G.A.Caranguejeira	16	24		14							54	3
64	Joaquim Duarte	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE		23		28							51	2
65	Ricardo Nunes	Grupo Alegre Unido Bajouca		30		20							50	2
66	Alexandre Sousa	CPR A-DO-BARBAS	27			22							49	2
67	João Sintra	ACRM Silveirinha Grande Claras			24	1	8			14			47	4
68	Luís Neves	CSCRFCHARNECA	1	1			6	3	21	10	5		47	7
69	Gonçalo Mota	A. R. Meirinhas	1	1		1	12		30				45	5
70	Leandro Santos	Individual	10			1	34						45	3
71	Rodrigo Pimenta	Airlux-Nda	45										45	1
72	Luis Carvalho	ACRM Silveirinha Grande Claras				1	14	7			21		43	4
73	Hugo Neves	A. R. Meirinhas	1		29		11						41	3
74	Pedro Rodrigues	CPR A-DO-BARBAS	1			16				24			41	3
75	Horácio Gaspar	G.A.Caranguejeira	18	22									40	2
76	Hugo Duarte	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE	40										40	1
77	Paulo Monteiro	CPR A-do-Barbas		5		10				23			38	3
78	Rui Gameiro	A. R. Meirinhas	4	15				18					37	3
79	Carlos Conceição	CSCRFCHARNECA	1			1		6	22		6		36	5
80	Vital Sousa	CCRD Arrimal/morcegos				35							35	1
81	Filipe Frade	CPR A-DO-BARBAS	1			3	19	11					34	4
82	Lino Carraco	ACRM Silveirinha Grande Claras			22	1				9	2		34	4
83	Aquilino Ferreira	AC VERMOIL								33			33	1
84	João Tomás	A. C. S. Mamede	33										33	1
85	Hélder Costa	Porto de Mós a Correr	9			23							32	2
86	Nuno Coelho	Airlux - Nda					32						32	1
87	Rafael Gaspar	G.A.Caranguejeira	12	20									32	2
88	Jorge Marcelino	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE									31		31	1
89	Luís De Sousa	G.R. Corredoura						31					31	1

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

Clas.	Atletas 	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
90	Luis Rodrigues	SCPOMBAL / TRAILTEAM		31									31	1
91	Raul Velez	G.A.Caranguejeira	1		28	1							30	3
92	Rui Gaio	SCPOMBAL / TRAILTEAM		29									29	1
93	António Ferreira	Cpr A-Do-Barbas							20		8		28	2
94	António Poeiras	INDUSTRIAL DESPORTIVO VIEIRENSE									28		28	1
95	Arlindo Oliveira	CSCRFCHARNECA	1			1	1	1	17	6	1		28	7
96	Joel Ferreira	G.R.CORREDOURA	28										28	1
97	Rui Neto	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	1	1	25	1							28	4
98	Luís Sequeira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida		27									27	1
99	Miguel Pereira	CA BARREIRA	1		26								27	2
100	Miguel Matias	CSCRFCHARNECA	1			1	1	1	18		4		26	6
101	Luis Silva	Crossmates	1	3		6		15					25	4
102	Vitor Lopes	AC VERMOIL									24		24	1
103	Rui Isidoro	A. R. Meirinhas	23										23	1
104	Sérgio Fernandes	Lama Solta			23								23	1
105	Carlos Cunha	A. C. S. Mamede						22					22	1
106	Éric Salvado	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida		1	19	1							21	3
107	Jorge Figueiral	CSCRFCHARNECA	1		20								21	2
108	Manuel Ferreira	ADRMata		12		7							19	2
109	João Reis	GDRC Unidos				1					17		18	2
110	Paulo Vieira	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida		18									18	1
111	Rogério Duarte	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida				1		5		12			18	3
112	Tomé Fernandes	Grupo Alegre Unido Bajouca								17			17	1
113	Fábio Ribeiro	Grupo Desportivo Concha Azul				15							15	1
114	Jorge Agostinho	CA BARREIRA	1	1		1		1			11		15	5
115	Mário Salgado	SCPOMBAL / TRAIL TEAM	1	13		1							15	3
116	Bruno Lima	Cscrfcharneca					3			8	3		14	3
117	Bruno Reis	A. C. S. Mamede	13										13	1
118	Cristiano Casalinho	CA BARREIRA	1								12		13	2
119	Luis Pedrosa	A. R. Meirinhas	1					12					13	2

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

Clas.	Atletas 	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
150	Énio	A. R. Meirinhas	1										1	1
151	Francisco Grácio	GDRC UNIDOS	1										1	1
152	Francisco Silva	MDR Runners		1									1	1
153	Gilberto Santos	Grupo Alegre e Unido Bajouca				1							1	1
154	Hélder Gonçalves	SCPOMBAL / TRAILTEAM		1									1	1
155	João Carreira	A. R. Meirinhas	1										1	1
156	João Graça	ACRM Silveirinha Grande Claras									1		1	1
157	Joel Branco	Bairro dos Anjos - Amigos da Corrida	1										1	1
158	Joel Santos	ACRM Silveirinha Grande Claras				1							1	1
159	Joel Simões	Individual					1						1	1
160	Luís Alberto Vieira	A. C. S. Mamede	1										1	1
161	Marcio Cruz	Grupo Alegre Unido Bajouca		1									1	1
162	Marco Reis	Grupo Alegre e Unido Bajouca				1							1	1
163	Nuno Santos	Cscrffcharneca					1						1	1
164	Pedro Fetal	A. C. S. Mamede		1									1	1
165	Ruben Lopes	Crossmates				1							1	1
166	Rui Roberto	Individual									1		1	1
167	Sandro Remigio	GDRC UNIDOS	1										1	1
168	Tiago	A. R. Meirinhas		1									1	1
169	Tiago Ribeiro	Crossmates						1					1	1
170	Vitor Mota	SCPOMBAL/TRAILTEAM				1							1	1

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT														
Clas.	Atletas 	Clube	Night Trail	Trilhos da Mata	Off-Road da Barreira	Bajouca	Trilhos da Nexebra	Trail Pinheiro Manso	Avelar Sunset Trail	Trail da Lama Solta	1º CÔDEA S TRAIL	Trail A-do-Barbas	Total	Nº Provas
32	Luís Alberto Vieira	ACSM	33										33	1
33	Gustavo Oliveira	Individual				40	55		90		70			

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]

Circuito de Trail Curto ADAL – DAMISTORE.PT

[illegible]