



Pos	Dorsal	Nome	Apelido	Categoria	Equipa	Tempo
MSub23						
1	746	João	Janeiro	MSub23	SicóTrilhos	03:03:46
2	757	Nuno	Janeiro	MSub23	SicóTrilhos	03:45:35
3	797	Gonçalo	Simões Rodrigues	MSub23	Adões Trail	03:57:15
4	697	Mário	Bandeira	MSub23	Tainadas Run Team	05:43:02
MSenior						
1	608	Helder	Lopes	MSenior	DCI/Trilhos Luso Trilhos Luso Bussaco	02:31:00
2	763	Daniel	Santos	MSenior	NS Trail Team	02:34:47
3	818	Ricardo	Carreira	MSenior	OCS- ARRÁBIDA TRAIL TEAM	02:34:51
4	764	Fábio	Barbosa	MSenior	NS Trail Team	02:41:54
5	612	Fernando	Lemos	MSenior	GAIA TRAIL	02:41:59
6	817	Pedro	Rafael Tavares Garrido	MSenior	OPraticante.pt	02:43:42
7	836	Manuel	Silva	MSenior	DCI/Trilhos Luso Bussaco	02:48:24
8	699	Filipe	Guerra	MSenior	Boavista Trail	02:49:06
9	708	Alcides	José Da Silva Barbosa	MSenior	S C Espinho / Antônio Leitão	02:53:46
10	803	Eduardo	Ferreira	MSenior	AIRLUX / NDA	02:54:42
11	751	Filipe	Rodrigues	MSenior	SicóTrilhos	02:56:53
12	752	Gonçalo	Cruz	MSenior	Zona Alta Trail	02:57:36
13	776	Ricardo	Ferreira	MSenior	Caracol trail team	03:03:20
14	730	Alexis	Martins	MSenior	Juveforce Run Team	03:03:32
15	733	João	Cabral	MSenior	Dão Nelas Runners	03:04:04
16	613	Diogo	Pimenta	MSenior	DCI / Trilhos Luso Bussaco	03:08:14
17	783	Armando	Ivo Pereira	MSenior	GAIA TRAIL	03:09:03
18	738	Alexandre	Jerke	MSenior	--	03:20:28
19	768	William	Caetano	MSenior	SOSENSE TRAIL TEAM/BRAGA&FERNANDES	03:22:03
20	802	André		MSenior	Adões Trail	03:26:38
21	824	Nuno	Lemos Da Silva Ferreira	MSenior	--	03:27:21
22	678	Carlos	Leitão	MSenior	CAMR	03:27:46
23	712	João	Azeiteiro	MSenior	Farmácia Luciano e Matos	03:38:11
24	703	Vitor	Rodrigues	MSenior	Clube OGMA	03:38:32
25	727	Bruno	Curto	MSenior	Juveforce Run Team	03:42:41
26	741	Pedro	Marrazes	MSenior	--	03:43:26
27	762	Paulino	Oliveira	MSenior	Ansibikers	03:47:03
28	732	Simões	Alexandre	MSenior	JuveForce Run Team	03:47:16
29	808	Vitor	Ribeiro	MSenior	R&W - Alter Runners Associação	03:49:47
30	728	Edgar	Dinis	MSenior	Juveforce Run Team	03:50:28
31	682	Bruno	Videira	MSenior	Miro Trail	03:53:39
32	731	Rafael	Moreira	MSenior	Juveforce Run Team	03:59:20
33	774	Claudio	Vinhas	MSenior	--	04:01:08
34	660	Pedro	Dias	MSenior	Clac - Entroncamento	04:20:32
35	801	Tiago	Bernardes	MSenior	Adoes Trail	04:43:18
FSenior						
1	620	Inês	João	FSenior	Saca Trilhos Anadia	03:04:42
2	615	Beatriz	Alves	FSenior	DCI/Trilhos Luso Bussaco	03:10:42
3	842	Raquel	Correia	FSenior	PCRunners	03:34:36
4	698	Lidia	Tirnovschi	FSenior	--	03:37:27
5	770	Ana	Luísa De Oliveira Melo	FSenior	Saca Trilhos Anadia	03:38:14



Pos	Dorsal	Nome	Apelido	Categoria	Equipa	Tempo
6	668	Marisa	Bregjeiro	FSenior	SicóTrilhos	03:58:23
7	674	Smónica	Fernandes	FSenior	ESADOF	04:02:49
8	711	Cláudia	Carrilho	FSenior	Boavista Trail	04:06:30

M40

1	791	Nelson	Costa	M40	AR Casaense / Escola de Atletismo de Coimbra / Intermarché Condeixa	02:40:36
2	773	Sérgio	Correia	M40	Caracol trail team	02:45:06
3	765	Ricardo	Almeida	M40	NS Trail Team	02:47:54
4	760	João	Fernandes	M40	Zona Alta Trail	02:48:37
5	778	Helder	Pereira	M40	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	02:48:58
6	745	Miguel	Ribeiro	M40	Zona Alta Trail	02:49:53
7	717	Marco	Figueira	M40	Viseu Running Team	02:49:57
8	792	Eduardo	Silva Moreira	M40	AR Casaense / Escola de Atletismo de Coimbra / Intermarché Condeixa	02:52:21
9	821	Nuno	Nuno Gonçalo	M40	Grf-Benedita-atletismo	02:54:01
10	841	Sergio	Vieira	M40	fatima trail team	02:57:04
11	790	Miguel	Pires	M40	Associação Recreativa Casaense - Escola Atletismo Coimbra - Intermarché Condeixa	02:59:23
12	724	Márcio	Freitas	M40	Dão nelas runners	02:59:46
13	806	Miguel	Coelho	M40	AIRLUX / NDA	03:00:58
14	705	Nelson	Felix	M40	Sharish GIN /GD Piranhas do Alqueva	03:08:00
15	709	Nelson	Louro	M40	Sharish Gin / GD Piranhas do Alqueva	03:12:36
16	607	André	Pereira	M40	Trilhos dos Templários/Xporfit	03:13:47
17	688	Nuno	Faria	M40	CIDEP Fornos Lusavouga	03:16:46
18	780	Paulo	Madeira	M40	GAIA TRAIL	03:16:48
19	645	Artur	Gil	M40	Pes de Chumbo Runners	03:21:01
20	766	João	Galo	M40	--	03:22:28
21	796	Rui	Figueiredo	M40	DCI/TRILHOS LUSO BUSSACO	03:28:04
22	734	João	Pedro Soares Batista	M40	SicóTrilhos	03:29:41
23	844	Luis	Ferraz	M40	PCRunners	03:34:37
24	740	Marcio	Madeira	M40	Liz Runners	03:34:52
25	767	Joao	Coelho	M40	Pcrunners	03:35:49
26	723	Mauro	Rocha	M40	Clube OGMA	03:35:50
27	670	Nuno	Jaime	M40	Matosinhos Futsal Clube	03:35:52
28	704	Mário	Caridade	M40	C. D. "OS ÁGUIAS" DE ALPIARÇA	03:36:49
29	827	Rodolfo	Silva	M40	Sapatilhas & Petiscos	03:41:13
30	750	Pedro	Silva	M40	SicóTrilhos	03:42:20
31	653	Nuno	Duarte	M40	NUTRIFY	03:44:33
32	793	Gomes		M40	--	03:46:46
33	663	Sergio	Fernandes	M40	Gang MêPrimo	03:56:04
34	798	António	Serrão	M40	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	04:03:21
35	657	Pedro	Nobre	M40	Tãlentos Team	04:05:49
36	640	Paulo	Oliveira	M40	Pés De Chumbo Runners	04:06:27
37	769	Nuno	Salvador	M40	Dão Nelas Runners	04:08:43
38	603	Rafael	Martins	M40	--	04:21:11
39	716	Manuel	João Espada Real	M40	COAAL	04:24:06
40	809	Paulo	Ferreira	M40	A dama e o vagabundo	04:42:30
41	799	Rui	Ferreira	M40	Adões Trail	04:43:12
42	839	João	Paveia	M40	--	04:44:28
43	848	Paulo	Oliveira	M40	--	04:51:20

Pos	Dorsal	Nome	Apelido	Categoria	Equipa	Tempo
F40						
1	749	Mélanie	Duarte	F40	Farmácia Luciano e Matos	04:12:30
2	823	Cláudia	Simão	F40	pace.makers running club	04:13:02
3	807	Ana	Marques	F40	A dama e o vagabundo	04:42:30
4	652	Clara	Santos	F40	Individual	04:43:49
5	838	Carla	Jesus	F40	--	04:44:29
6	747	Neusa	Loural	F40	Liz Runners	05:02:12
7	669	Sónia	Pereira	F40	--	05:02:37
M45						
1	775	Pereira		M45	Caracol trail team	02:45:58
2	686	David	Coutinho	M45	Jobra - Associação Jovens da Branca	03:01:21
3	813	Rui	Fresco	M45	Fatima Trail Team	03:04:24
4	840	Carlos	Alberto Silva	M45	100 GÁS TRAIL TEAM	03:12:55
5	687	João	Tavares	M45	CIDEP Fornos Lusavouga	03:17:20
6	646	Claudio	Marques	M45	Individual	03:17:27
7	785	Diogo	João	M45	GAIA TRAIL	03:20:00
8	636	Arsénio	Batata	M45	Pés de Chumbo Runners	03:21:59
9	713	Henrique	Manuel Dinis Fernandes	M45	Dão Nelas Runners	03:25:45
10	847	Paulo	Ramires	M45	SosenseTrailTeam-Braga&Fernandes	03:26:24
11	602	Nuno	Coelho Silva	M45	Sport Comércio Salgueiros	03:27:42
12	601	Nuno	Pereira	M45	Clube OGMA	03:29:08
13	815	João	Ventura	M45	Palmela Trail Team	03:29:50
14	795	Elísio	Gonçalves	M45	Atletismo Clube da Tocha	03:30:04
15	695	Gonçalo	Rijo	M45	Rijo Team	03:31:35
16	675	Rui	Martins	M45	ESADOF	03:32:47
17	619	João	Farinhas	M45	Tálenos Team	03:37:59
18	755	Paulo	Gaião	M45	Zona Alta Trail	03:52:04
19	830	Rui	Pedro Alves Marçal	M45	Individual	03:56:35
20	810	Michel	Gomes	M45	Individual	04:03:28
21	758	José	Alberto Ribeiro	M45	PCRunners	04:07:23
22	788	Rui	Oliveira	M45	GAIA TRAIL	04:22:24
23	696	Luís	Miguel Mendes Rasteiro	M45	Tálenos Team	04:41:49
24	618	Pedro	Rasteiro	M45	Tálenos Team 924456351	04:44:29
25	621	Tó-zé	Pereira	M45	Tálenos Team	05:22:20
F45						
1	754	Lina	Marques	F45	Zona Alta Trail	03:20:37
2	805	Zenaide	Alves	F45	A. R. S. M. Associação recreativa de S. Miguel	03:39:11
3	735	Carla	Galante Ferreira Santos	F45	Saca Trilhos Anadia	03:48:46
4	826	Margarida	Vieira	F45	Cuma perna às costas	04:07:49
5	829	Sónia	Maria Alves Ladeira Marçal	F45	Individual	04:14:51
6	718	Emília	Da Conceição Prova Silveira	F45	Saca Trilhos Anadia	04:23:58
7	677	Neuza	Costa	F45	CAMR	04:26:32
8	694	Rita	Rijo	F45	Rijo Team	04:29:58
9	736	Ana	Maria Gomes	F45	LIZ RUNNERS	04:42:12
10	661	Cláudia	Hortênsio	F45	Gang MêPrimo	06:05:28



Pos	Dorsal	Nome	Apelido	Categoria	Equipa	Tempo
M50						
1	710	Joselito	Pereira	M50	Vilaventura trail	03:23:53
2	759	Paulo	Amaro	M50	PelaEstradaFora	03:28:41
3	756	Jose	Figueira José Figueira	M50	Veteranos do Liz	03:33:24
4	787	Joaquim	Pereira	M50	Gaia Trail	03:37:41
5	782	Manuel	Brandão	M50	GAIA TRAIL	03:44:15
6	609	Paulo	Braga	M50	Arribas	03:44:51
7	794	Jorge	Mamede Abrantes	M50	--	03:52:36
8	623	Helder	Constantino	M50	Tálenos Team	03:58:11
9	828	Daniel	Ferreira	M50	--	04:07:49
10	845	Carlos	Cordeiro	M50	CAMR	04:12:03
11	843	Cesario	Rocha	M50	Ladecasa	04:34:28
12	816	Paulo	Manuel Santos Ferreira Silva Silva	M50	pace.makers	04:36:04
13	820	José	Miguel De Pinho Coelho	M50	Pupilos do Zê tó	04:51:17
14	605	Francisco	Amaro	M50	MTBA	05:12:11
F50						
1	743	Anabela	Remédios	F50	Zona Alta Trail	03:56:05
2	831	Helena	Silva	F50	individual	04:13:02
3	832	Karina	Moura	F50	Individual	04:15:53
4	822	Anabela	Vale Dos Santos	F50	--	04:19:11
5	625	Silvina	Gameiro	F50	Gameiros	04:32:42
6	725	Talia	Martins	F50	Ovos Duros	04:35:38
7	715	Gi	Ribeiro	F50	Santana F C-Trail Team	05:50:32
M55						
1	719	Vasco	Morais Pinheiro De Sousa	M55	Sporting Clube Povoense - Caracóis de corrida.	03:15:51
2	627	Tony	Graça	M55	DCI/Trilhos Luso Bussaco	03:22:59
3	739	Luís	Soares	M55	Clube OGMA	03:35:04
4	702	Carlos	Mesquita	M55	ALGARUNNERS	03:39:24
5	825	Francisco	Ferreira	M55	Os Tolinhos	03:43:27
6	814	Vitor	Reis	M55	Ama(dores) Trail Team/ACRU	03:50:14
7	781	José	Morais	M55	GAIA TRAIL	03:54:01
8	819	Vitor	Manuel Coelho De Almeida	M55	--	04:06:28
9	616	Paulo	Ferreira	M55	Tálenos Team	04:19:01
10	651	Eduardo	Martins	M55	Temíveis d"Atalaia 3.0	04:19:40
11	626	Vitor	Gameiro	M55	Gameiros	04:55:51
12	748	Antonio	Folgado	M55	Liz Runners	05:02:12
F55						
1	744	São	Castanheira	F55	Zona Alta Trail	03:38:40
2	617	Maria	Isabel Rodrigues	F55	Tálenos Team	05:15:44
M60						
1	610	Jose	Martins	M60	DCI/Trilhos Luso Bussaco	03:03:28
2	812	Agostinho	Costa	M60	NAC TRAIL	03:21:43
3	721	Eduardo	Meireles	M60	Saca Trilhos Anadia	03:32:42
4	800	Fernando	Vicente	M60	individual	04:21:10
5	714	Carlos	Marques	M60	Tálenos Team	04:30:42



Pos	Dorsal	Nome	Apelido	Categoria	Equipa	Tempo
6	683	Manuel	Julio	M60	CLAC Entroncamento	04:31:04