

COMUNICADO Nº 20-08

08/07/18

ÍNDICE

- 1 - NATAÇÃO PURA
- 2 - PÓLO AQUÁTICO
- 3 - NOVA FILIAÇÃO
- 4 - FORMAÇÃO
- 5 - RECORDES HOMOLOGADOS
- 6 - DIVERSOS

1 - NATAÇÃO PURA

a) Estágio da Selecção Absoluta, 24 Julho a 04 de Agosto de 2008, Macau

A anteceder a participação nos Jogos Olímpicos Pequim 2008, terá lugar em Macau, de 25 de Julho a 04 de Agosto, um estágio de preparação directa à competição, aclimatização e adaptação ao fuso horário, no qual participarão os seguintes elementos:

Carlos Almeida	CNA	Diana Gomes	CNA
Diogo Carvalho	CGA	Fernando Costa	LSC
Pedro Oliveira	CNRM	Sara Oliveira	FCP
Simão Morgado	CNA	Tiago Venâncio	PDEM

Treinadores Convidados: Élio Terrível (CGA), Filipe Coelho (CNA), José Silva (FCP) e Vasco Sousa (LSC).

Treinador Nacional Absoluto: José Baltar Leite

Seleccionador Nacional: Rui Magalhães

Alojamento: Star World Hotel

Plano de Viagem:

24 de Julho - Partida do Porto às 09:30, Voo TP1957 (*aeroporto às 07:30*)
- Partida de Lisboa às 12:25, Voo LH 4531 (*aeroporto às 10:00*)

Plano de viagem para os treinadores, José Baltar Leite, José Silva e Vasco Sousa será:

24 de Julho - Partida do Porto às 11:55, Voo LH4551 (*aeroporto às 10:00*)
4 de Agosto- Chegada ao Porto às 23:20, Voo LH 4554

Lembramos que para a deslocação supra referida, é obrigatório Passaporte.

Por indicação expressa do Comité Olímpico de Portugal, o peso de bagagem autorizado nas deslocações acima mencionadas é de 20 Kg por pessoa (informação da Agência Cosmos, de acordo com regras das companhias aéreas e normas da IATA). Os excessos de bagagem nas viagens em epígrafe, nos casos não autorizados previamente, serão da responsabilidade dos próprios.

b) 35º Campeonatos da Europa de Juniores – Belgrado, Sérvia (30 de Jul a 3 de Ago 08)

A participação da Selecção Nacional de Juniores, será como segue:

Ana Mendes	SLB	50 e 100 B
André Silva	PDEM	100 e 200 B
Cláudia Monteiro	CFV	50 e 100 L
Elsa Dias	SCB	200 M
Joana Carvalho	FCP	50 e 100 B
Joana Santos	FOCA	400 L; 4x200 L
João Pedro	CNA	100 e 200 C
João Santiago	SFUAP	50 e 100 M
José Gonçalves	LSC	400 e 800 L; 4x200 L
Lara Pinheiro	SFUAP	800 e 1500 L; 4x200 L
Luis Vaz	GDNVNF	100 e 200 L; 4x200 L
Mara Silva	ASAL	200 C
Maria Veloso	CNAC	800 e 1500 L; 4x200 L
Mário Costa	GDNVNF	200 M
Marta Abreu	LDC	200 C; 200 E
Marta Saraiva	SFUAP	400 L; 4x200 L
Pedro Oliveira	CFB	200 L; 400 E; 4x200 L
Rui Costa	VSC	800 e 1500 L; 4x200 L
Sara Cruz	ASAL	50 e 100 M; 4x200 L

Acompanham ainda esta selecção os seguintes elementos:

Árbitra: Graça Fernandes (CAS)

Fisioterapeuta: Marta Gonçalves (GDNVNF)

Treinadores Convidados: Carlos Freitas (SFUAP), João Paulo Fróis (ASAL), José Manuel Borges (CNAC) e Pedro Faia (GDNVNF)

Coordenação Técnica FPN: Nuno Dias

Chefe da Comitativa: José Carlos Pires (ANDL)

Alojamento: Hotel Continental Belgrade

Plano de Viagem:

28 de Julho - Partida do Porto às 16:45, Voo LH 4553 (*aeroporto às 14:30*)

- Partida de Lisboa às 14:05, Voo LH 4541 (*aeroporto às 12:00*)

4 de Agosto - Chegada ao Porto às 23:20, Voo LH 4554

- Chegada a Lisboa às 21:45, Voo LH 4544

Lembramos que para a deslocação supra referida, é obrigatório Passaporte e autorização dos encarregados de educação para saída do País, para os menores de idade. No caso de pais separados, é necessário assinatura de ambos ou cópia autenticada da regulação do poder paternal.

São permitidas por pessoa 20 Kgs de bagagem. Qualquer excesso de peso que obrigue ao pagamento de taxas-extra, será da responsabilidade dos próprios.

c) Torneios de Fundo - Época 2007/2008

Em anexo, a classificação dos Torneios de Fundo.

d) 2nd FINA World Junior Swimming Championships, Monterrey (MEX), 08 a 13 de Jul 08 (50m)

Participaram 66 Países

08/07/08				
400 Livres	37(55)	Rui Costa	04:11,88	00:28,54-00:59,32-02:02,68
50 Bruços	16(38)	Joana Carvalho	00:33,27	
	16	Joana Carvalho	00:33,66	Semi-final
09/07/08				
200 Livres	27(68)	Pedro F. Oliveira	01:54,12	00:26,94-00:55,88
800 Livres	27(43)	Maria Veloso	09:14,89	01:05,46-02:13,72-04:32,26
10/07/08				
100 Bruços	21(37)	Joana Carvalho	01:13,84	00:35,01
800 Livres	25(46)	Pedro F. Oliveira	08:26,41	00:59,11-02:02,04-04:08,82
	28(46)	Rui Costa	08:30,22	01:00,16-02:04,05-04:13,51
12/07/08				
1500 Livres	17(26)	Maria Veloso	17:36,96	01:06,73-02:15,89-04:34,55-09:16,65
13/07/08				
200 Costas	31(45)	Pedro F. Oliveira	02:09,13	00:30,48-01:03,00
1500 Livres	20(40)	Rui Costa	16:12,19	01:01,32-02:06,15-04:16,39-08:38,89

2 - PÓLO AQUÁTICO

3º Campeonato Internacional de Pólo Aquático, Loulé 13 a 15 de Junho

Resultados

SEL. ALGARVE	05	x	POR	11
ISR	10	x	FIN	03
SUI	10	x	ISR	09
FIN	07	x	SEL. ALGARVE	10
SUI	11	x	FIN	03
POR	08	x	ISR	11
POR	09	x	SUI	09
SEL. ALGARVE	02	x	ISR	13

SUI	12	x	SEL. ALGARVE	05
POR	13	x	FIN	03

Classificação

1º	SUI
2º	ISR
3º	POR
4º	SEL. ALGARVE
5º	FIN

3 - NOVA FILIAÇÃO

Foi aprovada em 14/07/08, a filiação da Associação Desportiva da Vila Franca do Campo, através da ANARA.

4 - FORMAÇÃO

a) Curso de 2º Nível de Treinadores de Natação Pura – Porto 07/08

APTOS

Albano Firmino Magalhães Correia	Francisco Abel Ribeiro de A. Xavier
Ana Mafalda Rodrigues Oliveira	Luís Filipe da Silva Rato
Ana Sofia Lopes Moreira da Silva	Nuno Miguel Costa Carneiro
Andreia Filipa Amaro Parente	Rafael Cecílio Soares
Carlos Pedro Conde Pinto Silva	Samuel Jesse Seara Cinzas
Daniel Esteves Tavares	Sandra Fernanda Pereira Santa Bárbara
Eduardo Miguel Pinto Fernandes	Sérgio Filipe Pereira de Oliveira
Filipe José Boleixa Santos	Susana M. Gonçalves da Rocha

b) Curso Elementar Arbitragem Águas Abertas – ANMadeira – 7 a 9 de Junho de 2008

APTOS

Ana Isabel Afonso Figueira	Maria Ezequiel de Gouveia Dias Spinola
Andreia Sofia Mendes Câmara Abreu	Noémia de Freitas Antunes
Bruno Alexandre Andrade Pestana	Nuno Bento
Cátia Patricia da Silva Farinha	Pedro Miguel Bravo da Guia
Cláudia da Conceição Costa Correia	Roberto Carlos Freitas Ferreira
Gonçalo Nuno Jardim da Silva	Rosa Virgínia Fernandes Pestana Ornelas
Joana Carina Rodrigues Fernandes	Sara Andreia Santos Gonçalves
Lisandra Eleonora Fernandes Spinola	Tiago Manuel Dias do Souto
Margarida Maria Venâncio Mota	

c) Equivalências

- Ana Cristina da Costa de Sousa Martins – Treinadores de 2º Nível de Natação
- Ana Raquel Ferreira Lopes - Treinadores de 1º Nível de Natação Pura
- Cheila Denise Rudera Freire – Treinadores de 1º Nível de Natação Pura
- Flávia Antónia Spencer Cardoso - Treinadores de 1º Nível de Natação Pura
- Hugo Miguel Vidal Pedro Fernandes - Treinadores de 1º Nível de Natação Pura
- João Daniel Soares Pais – Treinadores de 1º Nível de Natação Pura
- Marta Raquel Bastos Baginha – Treinadores de 1º Nível de Natação Pura

5 - RECORDES HOMOLOGADOS

Piscina 50m

17/05/08	200 L JUV	Diana Rocha	02.09,97	EDV	Coimbra
17/05/08	4x50 E-C ABS		01.59,36	FCP	Coimbra
		Marta Marinho, Joana Carvalho, Sara Oliveira, Sara Loureiro			
18/05/08	4x50 L-C SEN/ABS		01.48,92	FCP	Coimbra
		Sara Oliveira, Marta Marinho, Alexandra Oliveira, Sara Loureiro			

6 - DIVERSOS

XII Mestrado Gestão do Desporto

A Faculdade de Motricidade Humana, leva a efeito a partir de 29 de Setembro, o Mestrado em assunto. Mais informações: Tel. 21 4149110/111, site www.fmh.utl.pt e ou e-mails rjordao@fmh.utl.pt, cláudia@fmh.utl.pt.

Pela FPN



Paulo Frischknecht
Presidente



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	800 L	400 E	PONTOS
1 Ana Sofia Costa	ANDL	95	CNAL	10:03.82	5:22.77	1150
2 Tatiana Filipa Santos	ANC	95	GCF	10:03.73	5:26.11	1132
3 Ana Goncalves Neto	ANNP	95	FCP	9:56.63	5:31.51	1124
4 Catia Raquel Martinheira	ANALG	95	LDC	10:01.22	5:36.95	1085
5 Claudia Ferreira Guerreiro	ANL	95	EMDS	10:15.86	5:37.03	1046
6 Joana Isabel Miranda	ANNP	95	VSC	10:03.46	5:44.89	1044
7 Patricia Alexandra Martins	ANL	95	SCP	10:23.79	5:40.49	1010
8 Marta Sofia Cunha	ANL	95	SCP	10:24.19	5:40.84	1008
9 Maria Francisca Fernandes	ANNP	95	VSC	10:21.21	5:43.37	1004
10 Catarina Lopes Reis	ANNP	95	CFP	10:21.41	5:45.43	995
11 Silvia Ariana Soares	ANNP	95	FCP	10:21.70	5:46.12	991
12 Laura Oliveira Ferreira	ANL	95	CNA	10:19.62	5:48.78	985
13 Marta Filipa Vinagre	ANDS	95	CLAC	10:16.60	5:51.42	982
14 Catarina Tiago Nunes	ANL	95	ANSE	10:35.65	5:43.48	970
15 Ines Filipa Borges	ANDL	95	CNAL	10:46.26	5:40.67	958
16 Victoriya Kaminskaya	ANDL	95	CNPE	10:41.66	5:43.55	956
17 Joana Margarida Guimaraes	ANDL	95	PIMP	10:22.76	5:54.38	956
18 Adriana Correia Lopes	ANC	95	CDL	10:41.32	5:44.86	951
19 Beatriz Magalhaes Sampaio	ANNP	95	ADF	10:34.05	5:50.15	945
20 Ana Joaquina Goncalves	ANMIN	95	SCB	10:37.20	5:48.42	945
21 Ana Catarina Costa	ANA	95	AEJ	10:43.13	5:45.94	943
22 Ana Cristina Brito	ANMIN	95	SCB	10:44.54	5:46.80	936
23 Ana Filipa Teixeira	ANMIN	95	EDV	10:42.46	5:48.12	936
24 Maria Goncalves Maciel	ANMIN	95	EDV	10:44.81	5:49.29	925
25 Ines Duarte Martins	ANL	95	SFUAP	10:36.73	5:54.07	924
26 Ines Jesus Ribeiro	ANMIN	95	SCB	10:31.76	5:58.06	920
27 Maria Rodrigues Fernandes	ANMAD	95	CNF	10:38.94	6:01.89	891
28 Rita Amado Laezza	ANC	95	AAC	10:45.05	5:58.00	891
29 Patricia Alexandra Jeronimo	ANL	95	GESL	10:51.50	5:55.37	888
30 Carolina Costa Silva	ANMIN	95	SCB	10:43.86	6:00.62	885
31 Leonor Mourinho Neves	ANL	95	SCP	10:43.67	6:00.50	885
32 Joana Filipa Rosas	ANNP	95	FCP	10:46.38	5:59.09	884
33 Carolina Francisco Gomes	ANDL	95	CNNZ	11:00.04	5:54.86	873
34 Joana Reis Dias	ANL	95	CNA	10:47.14	6:02.60	871
35 Petra Carolina Silva	ANMAD	95	CDN	10:54.11	5:59.30	868
36 Patricia Santos Dinis	ANDL	95	AHBVCR	10:54.33	6:00.75	863
37 Carolina Cunha Martins	ANC	95	CNAC	10:53.17	6:01.49	862
38 Ana Catarina Cavaco	ANALG	95	CNOL	11:07.15	5:54.90	859
39 Paula Cristina Yang	ANL	95	GESL	10:46.24	6:07.75	855
40 Patricia Narciso Fidalgo	ANDS	95	AVQA	10:41.17	6:12.05	852
41 Mariana Costa Sebastiao	ANC	95	GCF	10:48.42	6:07.40	852
42 Tatiana Almeida Fernandes	ANALG	95	LDC	11:06.91	5:57.86	849
43 Mariana Rego Santos	ANNP	95	LSC	10:57.63	6:03.87	845
44 Madalena Delerue Frischknecht	ANL	95	SAD	11:04.49	6:01.74	839
45 Susana Colaco Silva	ANL	95	SAD	10:59.59	6:05.55	835
46 Catarina Pinheiro Pereira	ANMIN	95	CE2000	11:00.60	6:07.79	827
47 Ana Raquel Albuquerque	ANA	95	SCBM	11:04.81	6:05.67	826
48 Filipa Mota Fernandes	ANMIN	95	VNC	10:44.60	6:18.54	825
49 Ana Claudia Cordeiro	ANC	95	AAC	11:10.55	6:02.58	825
50 Melanie Bronze Santos	ANDL	95	CNAL	11:11.28	6:03.18	822
51 Silvia Coelho Martins	ANALG	95	LDC	11:07.84	6:06.80	816
52 Ariana Alves Nunes	ANALG	95	PORTIN	11:06.90	6:08.63	812
53 Catarina Alexandra Ferreira	ANC	95	CDL	11:04.28	6:12.84	803
54 Sara Isabel Tenrinho	ANL	95	CFB	11:07.72	6:11.80	800
55 Raquel Maurile Taveira	ANL	95	SAD	11:15.41	6:07.29	800
56 Mariana Rocha Valente	ANC	95	AAC	11:06.68	6:13.51	796
57 Sofia Ramalho Coelho	ANDL	95	CNAL	11:08.11	6:13.12	795
58 Mariana Sousa Dias	ANMAD	95	CNF	10:57.90	6:19.89	794
59 Mariana Costa Cabral	ANL	95	ABVE	11:08.11	6:13.55	793
60 Ines Perestrello Lemos	ANMIN	95	SCB	11:02.48	6:17.84	791

61 Ines Joao Costa	ANMIN	95	SCB	11:22.84	6:06.29	791
62 Margarida Dutra Sousa	ANL	95	CNCVG	11:28.11	6:04.06	790
63 Mariana Sousa Martins	ANA	95	CDF	11:08.53	6:14.60	790
64 Ana Sofia Alves	ANNP	95	VSC	11:19.92	6:08.30	789
65 Joana Silva Freire	ANL	95	SAD	11:14.91	6:12.81	784
66 Mafalda Sofia Mendes	ANNP	95	CNMAIA	11:19.59	6:10.43	783
67 Mariana Pedroso Carvalho	ANC	95	CNAC	11:19.32	6:11.73	779
68 Maria Leonor Ramos	ANMAD	95	CNF	11:08.83	6:18.22	778
69 Iris Catarina Amaral	ANC	95	CNAC	11:32.00	6:06.89	774
70 Barbara Goncalves Faria	ANMAD	95	CNF	11:24.38	6:12.40	769
71 Patricia Alexandra Moreira	ANA	95	AEJ	11:34.88	6:07.55	767
72 Joana Filipa Rodrigues	ANL	95	GESL	11:09.51	6:22.18	766
73 Ana Carolina Mateus	ANL	95	ABVE	11:28.03	6:13.08	761
74 Beatriz Nunes Faria	ANL	95	CNS	11:24.81	6:18.09	751
75 Marta Serrado Redondo	ANDS	95	CNLA	11:14.28	6:24.88	749
76 Maria Claudia Ferreira	ANNP	95	LSC	11:26.41	6:21.95	737
77 Sofia Verissimo Pedrosa	ANC	95	JFP	11:59.98	6:07.25	731
78 Claudia Almeida Costa	ANS	95	AMINAT	11:32.04	6:21.87	728
79 Mariana Fernandes Antunes	ANDS	95	AVQA	11:29.29	6:25.20	724
80 Mariana Pedras Justo	ANDL	95	BSCN	11:36.74	6:25.19	712
81 Helena Paula Carvalho	ANL	95	EMDS	11:14.93	6:40.59	709
82 Ana Luisa Ramos	ANA	95	CAPGE	11:49.60	6:22.16	701
83 Carine Lederer	ANL	95	ABVE	11:33.14	6:34.24	694
84 Patricia Silva Marques	ANA	95	CDF	11:53.56	6:24.45	689
85 Ana Marta Farias	ANC	95	GCF	11:44.98	6:29.39	687
86 Mariana Dias Caixeiro	ANMIN	95	VNC	11:49.70	6:27.56	685
87 Joana Ines Oliveira	ANC	95	AAC	11:45.11	6:31.64	682
88 Ines Raquel Estevao	ANL	95	GESL	12:05.31	6:24.69	672
89 Claudia Miguel Pando	ANMIN	95	SCB	11:36.43	6:41.69	670
90 Maria Joao Oliveira	ANA	95	SCE	11:57.63	6:30.94	665
91 Ana Rita Ribau	ANA	95	CAPGE	11:43.61	6:40.11	663
92 Rita Sofia Ferreira	ANMIN	95	SCB	11:59.13	6:34.32	655
93 Maria Joao Malheiro	ANMIN	95	EDV	11:45.99	6:42.76	654
94 Claudia Filipa Silva	ANC	95	CNMC	12:02.56	6:32.61	654
95 Mariana Pitta Gouveia	ANMAD	95	CNF	11:59.75	6:39.12	642
96 Roberta Irene Sousa	ANMIN	95	CE2000	12:04.26	6:37.51	640
97 Carolina Dias Caixeiro	ANMIN	95	VNC	12:08.64	6:41.28	625
98 Raquel Raimundo Ferreira	ANC	95	CDL	11:46.49	6:55.69	625
99 Patricia Grosso Pinto	ANALG	95	PORTIN	12:07.46	6:43.02	623
100 Catia Andreia Clara	ANDL	95	DNMG	12:14.86	6:40.26	620
101 Maria Sofia Santos	ANDS	95	GDBE	12:27.75	6:34.20	619
102 Ines Belo Marques	ANDL	95	CNAL	12:28.74	6:33.81	619
103 Eliana Sofia Nunes	ANNP	95	GESP	12:19.56	6:39.75	616
104 Raquel Lagoa Costa	ANARA	95	CNPD	12:12.50	6:43.32	616
105 Ines Ricardo Amaral	ANDL	95	CNNZ	12:23.91	6:39.07	611
106 Joana Xavier Santos	ANA	95	CDF	12:21.12	6:43.29	606
107 Maria Leandra Camilo	ANDL	95	CNBO	12:19.54	6:44.40	605
108 Ines Figueiredo Almeida	ANALG	95	CNFA	12:28.64	6:39.67	605
109 Joana Carolina Alves	ANC	95	GCF	12:24.78	6:43.52	600
110 Ariana Barros Amorim	ANMIN	95	EDL	12:00.46	7:06.66	584
111 Ana Alexandra Pereira	ANMIN	95	SCB	12:20.23	6:56.86	578
112 Barbara Silva Goncalves	ANMIN	95	EDV	12:36.78	6:49.63	573
113 Milene Marques Fonseca	ANDS	95	AVQA	12:31.22	6:52.88	573
114 Ana Francisca Silva	ANA	95	AVFC	12:31.24	6:52.56	573
115 Beatriz Calvete Pedrosa	ANC	95	JFP	12:39.35	6:52.13	565
116 Joana Rodrigues Abreu	ANMAD	95	CNF	12:34.75	6:55.26	564
117 Catarina Isabel Silva	ANDS	95	SCALAB	12:49.94	6:47.19	564
118 Diana Marisa Cantador	ANDS	95	CCDSM	12:29.80	7:02.20	555
119 Maria Carolina Rufino	ANDS	95	CLAC	12:48.16	6:56.33	547
120 Raquel Filipa Nunes	ANC	95	JFP	12:49.95	6:56.39	545
121 Daniela Alexandra Rebelo	ANDL	95	PIMP	12:49.10	7:04.61	530
122 Beatriz Ferreira Bispo	ANDL	95	PIMP	12:59.86	6:59.10	529
123 Maria Francisca Sale	ANMIN	95	VNC	13:01.62	6:59.46	527

124	Claudia Castro Almeida	ANMAD	95	CSM	12:52.76	7:05.80	524
125	Guadalupe Ribeiro Pinheiro	ANNP	95	GESP	*	5:37.13	521
126	Rita Castro Freitas	ANNP	95	ADF	10:18.88	*	516
127	Joana Fazendeiro Matos	ANNP	95	FCP	*	5:41.94	500
128	Mariana Lopes Policarpo	ANDL	95	BSCN	12:44.43	7:27.49	497
129	Ana Margarida Costa	ANNP	95	LSC	*	5:45.86	483
130	Carolina Maria Santos	ANDS	95	CLAC	14:01.51	7:02.06	471
131	Mariana Davide Alves	ANC	95	JFP	13:38.18	7:17.78	461
132	Andreia Sofia Torres	ANNP	95	GESP	10:45.48	*	455
133	Maria Beatriz Ferreira	ANNP	95	CNMAIA	*	5:54.57	448
134	Ana Oliveira Cunha	ANNP	95	GDNVNF	*	5:55.78	444
135	Tania Marcos Cabaco	ANDS	95	CNTN	10:52.38	*	441
136	Ana Francisca Pereira	ANNP	95	GDNVNF	*	5:57.97	436
137	Irina Filipa Lousa	ANNP	95	FCP	11:02.59	*	421
138	Beatriz Marques Lopes	ANA	95	AVFC	11:04.77	*	417
139	Nicky Salgado	ANALG	95	LDC	11:08.98	*	409
140	Ana Beatriz Azevedo	ANL	95	CIMM	11:12.56	*	402
141	Ana Filipa Costa	ANL	95	SLB	*	6:09.86	395
142	Joana Filipa Marques	ANARA	95	CAFBDP	11:17.67	*	393
143	Ana Mafalda Oliveira	ANL	95	SCP	*	6:11.32	390
144	Ana Magalhaes Raposo	ANALG	95	CPL	11:21.42	*	387
145	Nance Antunes Vinagre	ANL	95	ABVE	*	6:13.34	384
146	Ines Sofia Ferreira	ANNP	95	GESP	*	6:15.23	378
147	Ana Filipa Morgado	ARNN	95	CNIN	14:07.42	8:05.42	376
148	Raquel Rodrigues Mendes	ANL	95	CNA	11:29.14	*	374
149	Ines Sofia Simao	ANL	95	ABVE	*	6:19.03	367
150	Beatriz Alves Silva	ANALG	95	PORTIN	11:36.48	*	362
151	Rita Maria Lopes	ANL	95	ANSE	11:40.76	*	356
152	Juliana Medeiros Almeida	ANARA	95	CAFBDP	11:41.44	*	355
153	Helena Diniz Casimiro	ANALG	95	PORTIN	11:40.92	*	355
154	Sara Margarida Bento	ANDS	95	AVQA	11:45.76	*	348
155	Margarida Mourato Vidinha	ANL	95	ABVE	11:51.13	*	340
156	Ana Carolina TimTim	ANL	95	SAD	*	6:28.60	340
157	Maria Carmo Miranda	ANNP	95	CFP	*	6:30.20	336
158	Catia Coucelo Ferreira	ANL	95	SLB	*	6:33.22	329
159	Catarina Azeda Verissimo	ANALG	95	CPL	11:58.92	*	329
160	Sofia Isabel Teixeira	ANS	95	CNBE	*	6:33.82	327
161	Debora Jesus Freitas	ANMAD	95	CSM	15:38.89	8:03.13	325
162	Raquel Jesus, PAIS	ANA	95	CDF	12:01.87	*	325
163	Vania Calico Alegre	ANALG	95	LDC	12:03.31	*	323
164	Diana Gabriel Luciano	ANDL	95	CNAL	12:05.43	*	321
165	Carolina Santos Machado	ANA	95	CAPGE	12:05.45	*	321
166	Ana Catarina Pereira	ANL	95	ANSE	12:09.91	*	315
167	Catarina Henderson Alves	ANALG	95	LDC	12:09.65	*	315
168	Alice Quintas Pinheiro	ARNN	95	CNALI	15:17.02	8:25.63	314
169	Mariana Soraia Amandio	ANA	95	CAPGE	12:26.24	*	295
170	Ana Sofia Barbosa	ANNP	95	LSC	*	6:52.21	285
171	Madalena Vieira Fonseca	ANL	95	AEFDTV	12:45.59	*	273
172	Ines Guedes Correia	ANNP	95	LSC	*	7:00.20	269
173	Catarina Santos Pires	ANDL	95	CNPE	13:00.13	*	258
174	Mariana Coutinho Souto	ANC	95	AAC	13:04.44	*	254
175	Ana Rita Soares	ANA	95	CAPGE	13:17.99	*	241
176	Catarina Alexandra Dias	ANARA	95	CNPD	13:23.75	*	236
177	Joana Ramos Guincho	ANARA	95	NSIT	14:06.31	*	202
178	Mariana Raquel Colaco	ANC	95	CDL	14:15.66	*	195
179	Maria Ines Parreira	ANDS	95	BUZIOS	14:36.51	*	182
180	Beatriz Quintas Pinheiro	ARNN	95	CNALI	14:59.29	*	168
181	Ana Rita Cabral	ANC	95	CNAC	*	*	0



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	1500 L	400 E	PONTOS
1 Antonio Luis Quintino	ANL	94	SCP	17:49.85	5:08.88	1040
2 Pedro Afonso Gaspar	ANL	94	ASC	17:49.50	5:13.25	1020
3 Luis Pedro Ribeiro	ANMIN	94	EDV	18:24.04	5:10.94	981
4 Francisco Miguel Costa	ANNP	94	GDNVNF	18:26.93	5:13.96	964
5 Ruben Filipe Nunes	ANNP	94	GESP	18:34.75	5:14.55	950
6 Paulo Bruno Janeiro	ANDS	94	CNLA	18:33.25	5:19.09	932
7 Hugo Miguel Silva	ANMIN	94	SCB	19:05.51	5:10.99	930
8 Diogo Cunha Girao	ANC	94	ASSSCC	18:12.38	5:34.28	902
9 Renato Mendes Pinheiro	ANMIN	94	EDV	18:42.32	5:27.12	889
10 Alcides Costa Sousa	ANA	94	CDF	19:11.36	5:22.87	871
11 Pedro Miguel Silva	ANL	94	CIMM	18:46.88	5:32.13	864
12 Joao Manuel Borges	ANC	94	GCF	18:37.80	5:35.36	864
13 Antonio Jorge Rocha	ANNP	94	ADP	19:06.20	5:26.29	863
14 Edgar Miguel Lopes	ANALG	94	LDC	19:10.68	5:25.22	862
15 Renato Filipe Nascimento	ANALG	94	LDC	19:36.58	5:19.78	857
16 Bernardo Machado Costa	ANNP	94	CFP	18:31.15	5:42.37	850
17 Joao Carlos Paula	ANA	94	CGA	18:52.70	5:35.92	844
18 Claudio Miguel Marques	ANMIN	94	VNC	18:54.08	5:36.71	839
19 Tiago Barros Ferreira	ANL	94	SAD	19:21.07	5:28.20	839
20 Jose Alberto Martins	ANNP	94	VSC	19:26.04	5:27.04	838
21 Antero Simao Martins	ANDL	94	DNMG	18:59.50	5:35.94	836
22 Diogo Manuel Rodrigues	ANNP	94	VSC	19:35.26	5:26.94	829
23 Andre Eduardo Infante	ANL	94	ESJB	19:07.74	5:35.12	829
24 Joao Pedro Veiga	ANC	94	CNAC	19:28.02	5:30.07	825
25 Pedro Gomes Antunes	ANMIN	94	SCB	19:12.51	5:35.99	821
26 Pedro Diogo Taveira	ANA	94	CGA	19:06.42	5:38.07	821
27 Jose Manuel Dias	ANL	94	SFUAP	19:48.28	5:26.05	819
28 Joao Manuel Leandro	ANL	94	SCP	19:20.20	5:34.82	816
29 Joao Miguel Galvao	ANL	94	SFUAP	19:17.38	5:35.71	816
30 Joao Tiago Neves	ANL	94	CNA	19:21.76	5:34.68	814
31 Miguel Antonio Silva	ANMIN	94	SCB	19:35.24	5:31.53	812
32 Miguel Angelo Pinto	ANL	94	CNCVG	20:06.28	5:24.33	808
33 Diogo Jose Santos	ANC	94	CNMC	19:31.50	5:33.70	808
34 Jorge Miguel Roque	ANL	94	SCP	19:24.28	5:36.52	806
35 Micael Valverde Teixeira	ANDL	94	CNNZ	19:27.15	5:37.18	801
36 Joao Pedro Vieira	ANMAD	94	CNF	19:05.95	5:44.83	799
37 Rui Pedro Horta	ANL	94	CL	19:51.09	5:31.84	794
38 Miguel Alexandre Mira	ANL	94	ABVE	19:51.13	5:34.57	785
39 Diogo Filipe Catelas	ANA	94	AEJ	20:05.54	5:33.85	773
40 Ricardo Jorge Rodrigues	ANMIN	94	SCB	18:58.31	5:57.22	772
41 Andre Filipe Monteiro	ANA	94	CGA	19:20.47	5:50.13	767
42 Bernardo Joao Patricio	ANL	94	SCP	20:07.92	5:37.52	758
43 Diogo Manuel Domingues	ANDL	94	ASAL	20:08.39	5:38.88	753
44 Carlos Manuel Cabral	ANNP	94	CFV	20:09.97	5:41.74	743
45 Fabio Alexandre Freitas	ANL	94	SFUAP	20:01.64	5:44.06	743
46 Joao Nuno Machado	ANL	94	ESJB	20:07.72	5:43.53	739
47 David Jose Fonseca	ANC	94	ASSSCC	19:32.30	5:56.82	735
48 Goncalo Teixeira Santos	ANL	94	ABVE	20:29.51	5:39.35	732
49 Joao Luis Silva	ANL	94	GESL	20:06.47	5:47.66	727
50 Joao Miguel Sousa	ANMIN	94	SCB	20:19.92	5:44.89	724
51 Miguel Maldonado Freitas	ANDL	94	PIMP	20:14.29	5:47.20	721
52 Joao Goncalo Coelho	ANA	94	SCA	20:17.46	5:46.23	721
53 Carlos Lopes Pedrosa	ANARA	94	CNPD	20:12.62	5:48.17	720
54 Ricardo Miguel Antunes	ANL	94	GESL	20:08.41	5:49.66	719
55 Andre Filipe Braga	ANL	94	ABVE	20:24.32	5:46.19	716
56 Ricardo Magina Lima	ANMIN	94	EDL	20:24.11	5:46.27	715
57 Manuel Silva Barros	ANMIN	94	SCB	19:36.97	6:02.76	714
58 Bruno Pinto Drumond	ANMAD	94	CNF	20:29.74	5:47.89	705
59 Ruben Jose Marques	ANMAD	94	CSM	20:58.25	5:41.15	702

60	Andre Ferreira Relvas	ANL	94	GESL	20:26.96	5:51.41	697
61	Pedro Filipe Ribeiro	ANS	94	CNBE	20:36.41	5:49.72	694
62	Tomas Delerue Frischknecht	ANL	94	SAD	20:49.06	5:46.50	694
63	Antonio Luis Garcia	ANL	94	SAD	20:54.73	5:45.12	693
64	Mario Rui Cruz	ANL	94	CNA	20:29.78	5:53.12	690
65	Bernardo Jose Coelho	ANL	94	CNA	20:39.57	5:51.08	688
66	Miguel Polidoro Alexandre	ANDL	94	ASAL	20:06.43	6:01.65	688
67	Diogo Miguel Mendes	ANL	94	ANSE	20:38.26	5:53.08	683
68	Andre Alexandre Vicente	ANDL	94	CNNZ	19:59.56	6:06.93	682
69	Tiago Andre Silva	ANC	94	ASSSCC	20:03.09	6:06.72	678
70	David Alexandre Pereira	ANC	94	GCF	20:22.12	6:03.35	670
71	Joao Filipe Lucas	ANC	94	AAC	20:57.35	5:55.44	661
72	Guilherme Filipe Carapeto	ANS	94	CDAV	21:09.30	5:52.69	659
73	Joao Pedro Braga	ANARA	94	CNPD	20:58.70	5:55.73	659
74	Tiago Filipe Silva	ANL	94	CNS	21:17.24	5:52.10	655
75	Andre Marques Silva	ANA	94	SCBM	21:02.45	5:57.73	650
76	Andre Ribeiro de Sousa	ANDL	94	ASAL	20:57.63	5:59.69	649
77	Joao Ricardo Santos	ANL	94	ESJB	20:29.48	6:09.76	647
78	Joao Nuno Conde	ANC	94	CNAC	20:48.51	6:06.58	639
79	Marcelo David Torres	ANMIN	94	CE2000	21:56.98	5:49.59	634
80	Joao Petinga de Almeida	ANDL	94	CNNZ	20:51.49	6:07.77	634
81	Ricardo Daniel Lucas	ANDS	94	AVQA	21:37.76	5:54.64	633
82	Diogo Orlando Rodrigues	ANNP	94	VSC	20:47.80	6:12.09	627
83	Joao Eurico Costa	ANNP	94	LSC	20:51.08	6:13.09	621
84	Pedro Daniel Pinto	ANC	94	CNMC	20:59.00	6:11.07	620
85	Goncalo Miguel Laureano	ANDS	94	SFUS	20:45.61	6:17.41	617
86	Pedro Daniel Brito	ANS	94	CNBE	21:25.45	6:04.68	615
87	Alexandre Baptista Camacho	ANMAD	94	CSM	20:55.86	6:14.82	614
88	Mario Pinto Amorim	ANDS	94	BUZIOS	21:23.48	6:12.20	598
89	Filipe Rainho Balseiro	ANA	94	CGA	21:48.37	6:05.24	597
90	Telmo Goncalves Barbosa	ANA	94	CDF	21:23.42	6:12.66	597
91	Joao Paulo Vale	ANDL	94	ASAL	21:33.70	6:10.58	595
92	Nuno Filipe Magalhaes	ANNP	94	FCP	21:23.83	6:18.42	585
93	Joao Filipe Pinto	ANNP	94	GESP	21:58.06	6:09.88	580
94	Goncalo Alexandre Fonseca	ANALG	94	PORTIN	21:29.88	6:19.69	577
95	Jorge Abreu Pereira	ANMAD	94	GDE	22:02.90	6:12.51	571
96	Miguel Angelo Baltazar	ANC	94	CNMC	22:08.88	6:11.99	568
97	Alexandre Rafael Almeida	ANA	94	AVFC	21:37.31	6:22.96	565
98	Joao Ricardo Pinto	ANMIN	94	EDL	21:28.11	6:27.21	564
99	Francisco Xavier Castro	ANMIN	94	EDL	21:27.60	6:31.37	556
100	Gino dos Santos Caetano	ANA	94	SCBM	21:02.09	6:43.41	553
101	Eduardo Terekhin Baptista	ANDS	94	GDBE	22:15.54	6:19.30	548
102	Edgar Neves Tomas	ANDL	94	PIMP	23:10.36	6:23.69	507
103	Pedro Antonio Crespo	ANDL	94	ASAL	22:41.33	6:32.64	505
104	Roberto Oliveira Felisberto	ANDS	94	CCDSM	23:34.96	6:20.54	500
105	Carlos Alberto Salgado	ARNN	94	NCC	23:56.98	6:22.03	487
106	Diogo Miguel Alexandre	ANALG	94	CNFA	23:41.42	6:41.80	457
107	Vasco Vargas Andrade	ANARA	94	CNH	23:43.78	6:46.12	449
108	Marcelo Santos Saldanha	ANDL	94	AHBVCR	19:08.15	*	439
109	Fernando Santos Moreira	ANNP	94	CFP	19:12.71	*	434
110	Pedro Andre Santos	ANL	94	SAD	19:17.46	*	428
111	Ivo Andre Lopes	ANDS	94	AVQA	19:17.41	*	428
112	Guilherme Marques Teixeira	ANA	94	SCBM	24:26.49	6:49.24	425
113	Francisco Miguel Cruz	ANL	94	SFUAP	*	5:28.88	412
114	Joao Pedro Gordinho	ANALG	94	CNFA	24:12.24	7:02.22	412
115	Ricardo Alexandre Teodosio	ANDL	94	CNAL	19:36.09	*	408
116	Luis Miguel Fonseca	ANNP	94	FCP	19:37.02	*	407
117	Andre Nunes Prudente	ANMAD	94	CNF	19:39.54	*	405
118	Antonio Rafael Bessa	ANNP	94	GESP	*	5:31.60	402
119	Rui Pedro Cunha	ANA	94	CAPGE	24:19.81	7:12.10	395
120	Nuno Costa Caires	ANMAD	94	CNF	19:50.57	*	393
121	Carlos Miguel Araujo	ANNP	94	GDNVNF	19:52.12	*	392
122	Joaquim Boschini Belo	ANMAD	94	CSM	24:38.75	7:11.64	387

123	Vasco Vinhas Rocha	ANL	94	CFB	*	5:36.20	386
124	Nicolas Vareta Wosatka	ANL	94	CNS	20:06.06	*	378
125	Tiago Ramos Gomes	ANARA	94	CAFBPD	20:11.85	*	373
126	Flavio Jesus Pacheco	ANNP	94	GESP	*	5:40.79	371
127	Andre Manuel Garcia	ANNP	94	CFV	*	5:41.03	370
128	Joao Manuel Santos	ANA	94	CDCA	20:16.70	*	369
129	Luis Franca Bazenga	ANMAD	94	CDN	24:25.07	7:35.71	366
130	Pedro Manuel Bastos	ANMIN	94	SCB	25:33.08	7:17.59	359
131	Fabio Filipe Lopes	ANC	94	CDL	20:30.80	*	356
132	Pedro Barros Mendes	ANC	94	AAC	20:35.50	*	352
133	Tiago Jose Rola	ANNP	94	FCP	*	5:46.89	351
134	Joao Luis Porto	ANMIN	94	VNC	20:38.25	*	350
135	Diogo Miguel Louro	ANL	94	EMDS	20:45.76	*	343
136	Joao Barbosa Moreira	ANC	94	CNAC	20:56.93	6:02.11*	334
137	Joao Pedro Sabino	ANS	94	AMINAT	*	5:53.71	331
138	Marcelo Borralho Silveira	ANARA	94	CNH	26:14.86	7:32.04	329
139	Ruben Paiva Carvalho	ANC	94	AAC	21:08.63	*	325
140	David Jose Carrageta	ANS	94	AMINAT	21:12.80	*	322
141	Carlos Miguel Loureiro	ANS	94	AMINAT	21:21.99	*	315
142	Mario Andre Cerqueira	ANNP	94	CFP	*	6:00.01	314
143	Diogo Miguel Fortunato	ANS	94	AMINAT	*	6:02.82	307
144	Luis Filipe Faustino	ARNN	94	NCC	27:38.54	7:32.48	304
145	Joao Manuel Costa	ANARA	94	CAFBPD	21:45.10	*	299
146	Joao Carlos Rodrigues	ANA	94	CDE	28:14.17	7:36.71	291
147	Andre Filipe Pereira	ANNP	94	CNMAIA	*	6:10.80	288
148	David Sousa Gomes	ANALG	94	PORTIN	*	6:11.17	287
149	Nuno Ricardo Nogueira	ANDS	94	CNTEJO	22:14.33	*	279
150	Antonio Pina Boto	ANALG	94	CPL	22:14.80	*	279
151	Joao Miguel Martins	ANL	94	SAD	*	6:19.56	268
152	Julio Joao Silva	ANARA	94	CAFBPD	22:33.68	*	268
153	Rodrigo Garcia Magueijo	ANA	94	AVFC	22:36.86	*	266
154	Andre Filipe Faria	ANALG	94	CPL	22:46.74	*	260
155	Dmitri Tverdhebov	ANALG	94	CPL	22:55.92	*	255
156	Ruben Miguel Leao	ANS	94	AMINAT	*	6:28.28	251
157	Tiago Antonio Santos	ANARA	94	CAFBPD	23:10.74	*	247
158	Mario Vasconcelos	ANALG	94	CPL	*	6:30.23	247
159	Ricardo Jorge Pombeiro	ANARA	94	CAFBPD	23:30.62	*	237
160	Joao Henrique Neves	ANDL	94	PIMP	24:33.94	*	207
161	Rafael Arrojado Ferreira	ANA	94	CDE	25:13.38	*	192



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	800 L	400 E	PONTOS
1 Isabel Pinto Abreu	ANL	96	CFB	10:03.06	5:53.36	1011
2 Ana Catarina Sousa	ANNP	96	VSC	10:53.57	6:00.57	864
3 Ines Alexandra Paiva	ANL	96	SAD	10:46.92	6:09.70	847
4 Sara Cristiana Valente	ANDL	96	CNAL	11:09.28	5:59.28	839
5 Ana Marta Miranda	ANL	96	SFUAP	11:08.73	5:59.90	838
6 Flavia Daniela Goncalves	ANMIN	96	EDV	11:01.77	6:05.48	831
7 Catarina Vilhena Gregorio	ANDS	96	CLAC	11:01.18	6:09.07	820
8 Joana Varandas Borges	ARNN	96	CNIN	11:09.16	6:15.17	786
9 Beatriz Casimiro Valente	ANNP	96	CFP	11:43.35	6:00.13	780
10 Maria Julia Cunha	ANMIN	96	SCB	11:25.06	6:10.83	773
11 Bruna Leal Dantas	ANL	96	SCP	11:14.04	6:21.74	759
12 Ana Catarina Remelgado	ANNP	96	LSC	11:32.90	6:13.47	752
13 Sara Filipa Andrade	ANL	96	ASC	11:18.91	6:21.42	751
14 Sara Alexandra Albuquerque	ANL	96	CNS	11:32.96	6:15.55	745
15 Joana Milhazes Pinto	ANMIN	96	SCB	11:18.24	6:24.62	743
16 Marcia Filipa Carvalho	ANDS	96	CLAC	11:06.65	6:32.75	743
17 Ana Isabel Neves	ANDL	96	PIMP	11:17.74	6:25.22	742
18 Ines Ribeiro Sequeira	ANMIN	96	EDV	11:22.05	6:24.90	736
19 Ana Margarida Rodrigues	ANA	96	CGA	11:36.20	6:17.42	735
20 Catarina Dias Coutinho	ANL	96	SCP	11:54.50	6:09.95	731
21 Maria Joao Santos	ANMIN	96	EDV	11:36.59	6:18.76	730
22 Carolina Costa Martins	ANL	96	SCP	11:45.84	6:15.99	724
23 Beatriz Magalhaes Novais	ARNN	96	CNIN	11:35.48	6:27.98	706
24 Rafaela Marques Bodiao	ANALG	96	CNOL	11:44.07	6:23.91	704
25 Alexandra Vilas Fabiao	ANMIN	96	SCB	11:38.30	6:27.40	703
26 Mafalda Goncalves Hormigo	ANL	96	SFUAP	11:48.62	6:23.00	700
27 Daniela Valente Ferreira	ANA	96	AEJ	12:02.04	6:16.11	700
28 Joana Dias Santos	ANL	96	SFUAP	11:44.83	6:25.54	699
29 Patricia Monteiro Negrao	ANDL	96	AHBVCR	11:38.79	6:29.88	696
30 Ana Carolina Tirulli	ANL	96	SCP	11:56.88	6:21.87	691
31 Debora Filipa Duque	ANDL	96	PIMP	11:51.67	6:25.78	688
32 Ana Luisa Carvalho	ANC	96	CDL	11:32.16	6:38.56	685
33 Catia Susana Silva	ANS	96	AMINAT	12:06.28	6:20.97	680
34 Ana Catarina Pinto	ANL	96	CNS	12:04.76	6:25.40	670
35 Maria Joao Paixao	ANC	96	GCF	12:02.39	6:26.83	670
36 Mariana Jesus Costa	ANDL	96	CNAL	12:09.76	6:24.59	666
37 Ana Catarina Azevedo	ANNP	96	GDNVNF	11:55.59	6:35.80	656
38 Maria Joao Amaral	ANMIN	96	VNC	12:14.79	6:30.08	645
39 Rita Pinto Monteiro	ANMIN	96	EDV	11:54.38	6:41.28	645
40 Ana Carolina Leal	ANC	96	CNAC	12:03.25	6:35.87	645
41 Maria Beatriz Freitas	ANMAD	96	CDN	11:35.80	6:55.65	641
42 Carolina Saraiva Pires	ANL	96	CL	12:10.49	6:38.92	629
43 Ana Margarida Lourenco	ANDL	96	BSCN	13:03.66	6:17.68	625
44 Teresa Manuela Aires	ANA	96	SCE	12:21.49	6:35.25	624
45 Carlota Moura Carvalhos	ANC	96	CNAC	12:20.09	6:36.56	622
46 Andreia Margarida Araujo	ANMIN	96	VNC	12:14.31	6:41.81	617
47 Ana Filipa Brito	ANL	96	CIMM	12:08.33	6:53.19	600
48 Ana Luisa Costa	ANC	96	CNAC	12:23.51	6:45.05	599
49 Tatiana Lima Silva	ANDS	96	CNTEJO	12:15.51	6:52.19	593
50 Ariana Rocha Barbosa	ANMIN	96	VNC	12:20.54	6:49.73	591
51 Elisa Morgado Pedras	ANDL	96	BSCN	12:34.49	6:43.21	590
52 Catarina Silva Miranda	ANNP	96	VSC	12:15.35	6:54.66	588
53 Susana Patricia Rosa	ANDS	96	CLAC	12:27.97	6:47.36	588
54 Carolina Rodrigues Bartolomeu	ANA	96	SCA	12:05.61	7:00.94	588
55 Filipa Barosa Pedroso	ANDL	96	DNMG	12:25.32	6:52.28	581
56 Ana Beatriz Rodrigues	ANL	96	CNCVG	12:22.43	6:54.16	580
57 Rita Sequeira Raposeiro	ANL	96	SFUAP	12:40.20	6:45.41	579
58 Melissa Fonseca Vieira	ANDL	96	AHBVCR	12:59.13	6:36.86	579
59 Isabel Reis Silva	ANARA	96	NSIT	12:19.33	6:58.96	575
60 Renata Sofia Lucas	ANL	96	CNS	12:23.82	6:56.11	574

61 Vera Patricia Fernandes	ANMIN	96	SCB	12:30.00	6:53.62	572
62 Maria Ines Almeida	ANC	96	CNAC	13:02.70	6:40.44	566
63 Ana Sofia Sousa	ANNP	96	GESP	12:22.52	7:02.73	563
64 Filipa Costa Gaspar	ANC	96	JFP	12:44.08	6:51.74	560
65 Bruna Filipa Gomes	ANMIN	96	SCB	12:43.12	6:53.99	557
66 Ana Catarina Travessa	ANDS	96	CCDSM	12:42.84	6:54.51	557
67 Diana Jose Carreira	ANDL	96	CNAL	13:05.44	6:43.42	557
68 Claudia Cristina Leao	ANNP	96	GESP	13:04.94	6:44.90	554
69 Carla Sofia Cruz	ANA	96	SCE	12:56.12	6:49.76	552
70 Filipa Paulo Lindo	ANDL	96	BSCN	12:30.01	7:05.43	549
71 Joana Faim Almeida	ANC	96	GCF	12:43.37	6:58.47	548
72 Beatriz Pereira Ornelas	ANMAD	96	CSM	13:04.14	6:48.73	547
73 Maria Eduarda Vidigueira	ANDS	96	SCALAB	12:53.81	6:55.20	543
74 Jessica Andreia Carvalho	ANDL	96	ASAL	13:10.49	6:47.89	542
75 Carlota Pereira Carlos	ANA	96	SCA	12:45.61	7:00.65	541
76 Ana Carolina Carvalheira	ANC	96	CNAC	13:25.24	6:43.34	538
77 Ana Pinto Alves	ANC	96	ASSSCC	12:51.57	7:01.01	534
78 Florbela Cavaco Machado	ANC	96	ASSSCC	12:38.37	7:09.54	533
79 Jennifer Martins Dias	ANDL	96	AHBVCR	13:01.69	6:56.67	532
80 Ines Moreira Coelho	ANMIN	96	SCB	12:49.25	7:08.06	524
81 Jessica Sofia Lopes	ANDS	96	CNTEJO	12:46.85	7:11.13	520
82 Ana Rita Lourenco	ANMIN	96	EDV	13:08.14	7:08.80	503
83 Rosa Maria, OLIVEIRA	ANA	96	CDE	13:11.98	7:07.12	502
84 Sofia Caramelo Folgado	ANC	96	CNAC	13:06.37	7:14.12	496
85 Cristiana Isabel Mina	ANMIN	96	EDV	12:57.06	7:21.44	493
86 Patricia Sousa Paulo	ANDL	96	BSCN	13:14.24	7:17.24	483
87 Catarina Jesus Vala	ANDL	96	CNPE	13:27.31	7:13.13	479
88 Maria Ines Carreira	ANC	96	CNAC	13:19.62	7:20.31	473
89 Raquel Monteiro Negrão	ANDL	96	AHBVCR	13:46.73	7:07.69	472
90 Mariana Alexandra Teofilo	ANMIN	96	SCB	13:11.13	7:26.83	471
91 Isabel Marques Carvao	ANARA	96	CNH	13:19.17	7:25.37	466
92 Marina Pereira Almeida	ANA	96	AVFC	13:37.92	7:19.42	459
93 Maria Carolina Silva	ANMIN	96	SCB	13:45.88	7:16.38	457
94 Leonor Almeida Esteves	ANA	96	AVFC	13:43.29	7:18.22	456
95 Bruna Daniela Rolo	ANMIN	96	CE2000	13:36.58	7:29.79	445
96 Jessica Santos Baptista	ANA	96	AVFC	13:33.79	7:33.27	442
97 Daniela Silva Salgueiro	ANMIN	96	CE2000	13:47.33	7:37.35	425
98 Maria Anastacio Luis	ANDL	96	BSCN	13:49.64	7:59.81	395
99 Ana Isabel Cunha	ANNP	96	FOCA	*	6:10.41	393
100 Flavia Sofia Lima	ANMIN	96	EDV	11:22.07	*	386
101 Patricia Miguel Mendes	ANL	96	ANSE	11:38.07	*	360
102 Patricia Raquel Domingues	ANDL	96	ASAL	14:47.43	7:58.58	357
103 Claudia Susana Teixeira	ANNP	96	GESP	*	6:23.51	354
104 Ines Brito Pereira	ANL	96	SCP	11:46.55	*	347
105 Ines Maria Pintao	ANNP	96	FCP	11:49.84	*	342
106 Patricia Silva Ramos	ANL	96	SCP	*	6:29.26	339
107 Renata Castro Gonçalves	ANA	96	SCA	11:52.62	*	338
108 Luisa Oliveira Amorim	ANL	96	EMDS	11:53.73	*	337
109 Beatriz Camilo Arsenio	ANALG	96	PORTIN	11:55.03	*	335
110 Ana Catarina Silva	ANNP	96	FCP	*	6:32.21	331
111 Paula Alexandra Oliveira	ANNP	96	FCP	*	6:32.34	331
112 Ana Isabel Fernandes	ANNP	96	GDNVNF	12:00.61	*	327
113 Joana Gomes Timoteo	ANL	96	AEFDTV	12:04.63	*	322
114 Ana Cristina Neves	ANNP	96	FCP	12:07.85	*	317
115 Maria Amelia Gaspar	ANC	96	CNAC	12:10.39	*	314
116 Isa Morais Penas	ANDL	96	BSCN	*	6:39.83	313
117 Edna Beatriz Santos	ANDL	96	DNMG	12:15.03	*	308
118 Catarina Silva Alves	ANNP	96	LSC	*	6:42.05	307
119 Sara Pinto Rodrigues	ANNP	96	FCP	12:17.62	*	305
120 Ana Rita Artur	ANC	96	AAC	*	6:43.18	305
121 Monica Filipa Ribeiro	ANMIN	96	VNC	12:28.82	*	291
122 Ana Catarina Paulino	ANALG	96	LDC	12:30.98	*	289
123 Maria Beatriz Rascao	ANC	96	CNAC	12:35.56	7:06.25*	284

124	Mara Brasil Godinho	ANARA	96	TAC	15:33.37	8:54.45	282
125	Rita Isabel Silva	ANARA	96	CNH	15:56.88	8:41.00	281
126	Filipa Rafaela Salgado	ANNP	96	VSC	*	6:54.97	280
127	Leonor Serafina Rodrigues	ANMIN	96	SCB	12:42.98	*	276
128	Beatriz Martins Tinoco	ANC	96	GCF	12:44.53	*	274
129	Laura Martins Carlos	ANA	96	SCA	12:53.90	*	264
130	Bruna Micaela Gouveia	ANL	96	ANSE	12:57.12		261
131	Bebiana Catarina Pinto	ANNP	96	FCP	*	7:05.59	259
132	Ines Marques Alexandre	ANALG	96	PORTIN	13:01.78	*	256
133	Carolina Salvadinha Cristo	ANS	96	CDAV	13:05.83	*	252
134	Naomi Esparteiro Lima	ANALG	96	PORTIN	13:13.20	*	245
135	Mariana Sa Cardante	ANMIN	96	CE2000	13:16.09	*	243
136	Ana Cristina Dias	ANMIN	96	SCB	13:21.51	*	238
137	Ana Raquel Mateus	ANS	96	AMINAT	13:23.62	*	236
138	Francisca Vaz Ramos	ANALG	96	CNFA	13:23.99	*	235
139	Ana Belmia Berenguer	ANMIN	96	SCB	13:26.59	*	233
140	Andreia Marina Pedrosa	ANC	96	JFP	13:30.89	*	230
141	Ines Branco Serra	ANALG	96	CNOL	13:44.29	*	219
142	Andreia Filipa Nora	ANNP	96	LSC	*	7:32.29	216
143	Joana de Andrade Costa	ANC	96	AAC	*	7:39.12	206
144	Ana Monica Eloi	ANDL	96	DNMG	14:03.33	*	204
145	Ana Felix Oliveira	ANALG	96	PORTIN	14:28.26	*	187
146	Carolina Inocencio Rodrigues	ANALG	96	CNFA	14:37.35	*	181
147	Telma Aureliano Castro	ANALG	96	CNFA	15:02.23	*	167
148	Ines Alexandra Simoes	ANARA	96	NSIT	15:33.92	*	150
149	Iara Madruga Rodrigues	ANARA	96	CNH	*	9:12.51	118
150	Beatriz Pereira Vale	ANARA	96	CNH	17:49.41	*	100



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	1500 L	400 E	PONTOS
1 Afonso Lopes dos Santos	ANDL	95	AHBVCR	19:52.19	5:25.14	819
2 Nuno Miguel Feliciano	ANDL	95	CNAL	19:27.04	5:31.93	819
3 Manuel Henrique Alves	ANMIN	95	EDV	19:35.70	5:39.98	782
4 Diogo Goncalves Teixeira	ANL	95	CFB	20:12.11	5:40.16	746
5 Andre Augusto Santos	ANL	95	CFB	20:01.48	5:43.47	745
6 Diogo Antonio Lopes	ANDS	95	SCALAB	20:04.82	5:43.43	742
7 Joao Manuel Serralheiro	ANDL	95	BSCN	19:52.59	5:47.88	739
8 Miguel Bras Sergio	ANL	95	ABVE	20:17.06	5:41.44	737
9 Joao Pedro Monteiro	ANMAD	95	CDN	20:08.81	5:45.52	732
10 Tiago Ferreira Azevedo	ANL	95	ANSE	20:19.18	5:46.39	719
11 Joao Filipe Duarte	ANDS	95	AVQA	19:50.06	6:01.57	704
12 Joao Pedro Neto	ANL	95	CNS	20:40.13	5:46.35	701
13 Rui Jorge Dias	ANC	95	CNMC	20:12.46	5:56.34	697
14 Miguel Duarte Nascimento	ANALG	95	PORTIN	20:47.03	5:49.69	685
15 Andre Filipe Teodoro	ANL	95	CNS	20:37.45	5:58.57	668
16 Goncalo Alexandre Rato	ANL	95	ASC	20:59.84	5:52.38	667
17 Luis Gabriel Santos	ANC	95	GCF	20:36.89	6:00.96	663
18 Miguel Gomes Pereira	ANL	95	CNS	21:11.81	5:50.96	662
19 Sebastiao Jose Reis	ANNP	95	LSC	20:28.97	6:07.07	655
20 Pedro Afonso Centeno	ANL	95	CNCVG	21:31.13	5:49.45	652
21 Daniel Ribeiro Sousa	ANDL	95	DNMG	21:03.07	5:58.60	648
22 Afonso Mateus Ribeiro	ANL	95	CFB	20:58.84	6:01.82	643
23 Miguel Angelo Figueira	ANC	95	ASSSCC	20:54.71	6:06.08	635
24 Filipe Maria Ferreira	ANALG	95	LDC	21:02.09	6:04.21	634
25 Rafael Ferreira Martins	ANDL	95	DNMG	21:02.19	6:04.45	633
26 Luis Alberto Nogueira	ANNP	95	GESP	20:56.73	6:08.12	629
27 Diogo Miguel Silva	ANL	95	SFUAP	21:21.38	6:01.34	627
28 David Rodrigues Luis	ANL	95	CNCVG	21:17.96	6:03.19	624
29 Rui Oliveira Cardoso	ANA	95	SCE	21:32.95	6:00.08	621
30 Joao Pedro Santos	ANA	95	CDE	21:15.90	6:07.34	616
31 Joao Ferreira Pardal	ANDS	95	SCALAB	21:50.67	5:57.87	615
32 Guilherme Fagundes Santos	ANALG	95	LDC	21:00.29	6:15.01	610
33 Lourenco Silva Damas	ANL	95	GESL	21:54.82	6:01.78	602
34 Tadeu Amora Ferreira	ANMIN	95	EDV	21:39.29	6:06.35	601
35 Rafael Santos Saldanha	ANDL	95	AHBVCR	21:47.76	6:04.16	601
36 Joao Nuno Abreu	ANNP	95	VSC	21:10.57	6:16.95	598
37 Joao Andre Neves	ANC	95	AAC	21:42.52	6:13.95	581
38 Guilherme Pedro Coelho	ANC	95	CNAC	21:28.88	6:18.11	581
39 Duarte Nuno Vieira	ANMAD	95	CDN	21:04.07	6:31.06	574
40 Francisco Robalo Quintas	ANL	95	CFB	21:59.23	6:11.86	574
41 Joao Luis Tomas	ANMIN	95	CE2000	21:38.44	6:20.91	568
42 Mohammad Shams Azad	ANARA	95	CNPD	21:34.90	6:23.48	566
43 Diogo Ferreira Neto	ANDL	95	ADBA	22:24.63	6:14.64	552
44 Marcelo Oliveira Cardoso	ANA	95	SCA	22:02.25	6:22.59	549
45 Joao Bernardo Saragoca	ANDS	95	AVQA	21:37.32	6:33.94	544
46 Artur Manuel Ferreira	ANNP	95	FCP	21:51.02	6:30.09	542
47 Lucian Cristian Lipciuc	ANMIN	95	SCB	22:18.13	6:23.08	538
48 Frederico Antunes Silva	ANL	95	ANSE	22:28.08	6:21.98	534
49 Joao Miguel teixeira	ANA	95	AVFC	22:35.54	6:22.00	530
50 Francisco Gouveia Pinto	ANDL	95	PIMP	23:12.49	6:16.95	520
51 Claudio Miguel Gomes	ANA	95	CAPGE	22:54.16	6:27.63	508
52 Wilson Pedro Medalho	ANDL	95	CNAL	22:54.61	6:33.01	498
53 Andre Goncalo Gomes	ANMAD	95	CDN	23:12.48	6:28.81	496
54 Rafael Joao Correia	ANC	95	CDL	23:02.40	6:32.79	493
55 Pedro Goncalves Pilar	ANMIN	95	CE2000	22:37.94	6:42.86	489
56 Fabio Marques Ferreira	ANC	95	JFP	22:22.89	6:49.75	487
57 Pedro Alexandre Bento	ANL	95	SAD	23:19.54	6:31.58	486
58 Daniel Mata Carvalho	ANDL	95	AHBVCR	22:14.79	6:54.55	485
59 Joao Luis Marques	ANMAD	95	CSM	24:07.89	6:33.51	460

60	Joao Andre Mendes	ANDL	95	ASAL	23:30.62	6:47.78	453
61	Diogo Miguel Balsa	ANDS	95	BUZIOS	23:39.67	6:50.43	444
62	Ricardo Filipe Ferreira	ANDL	95	PIMP	24:04.96	6:45.07	441
63	Joao Silvestre Fernandes	ANNP	95	VSC	23:38.38	6:55.73	437
64	Nuno Tiago Fernandes	ANMAD	95	GDE	23:52.66	6:54.51	432
65	Miguel Filipe Gomes	ANDL	95	ASAL	24:14.64	6:54.37	422
66	Cesar Augusto Barros	ANMIN	95	VIANA	24:19.62	6:55.60	418
67	Tomas Lopes Almeida	ANA	95	CDCA	25:02.45	6:44.31	418
68	Francisco Pais Baptista	ANC	95	CNAC	24:21.94	6:58.08	414
69	Marcos Morais Luis	ANMIN	95	VIANA	24:47.15	6:50.92	413
70	Dinis Ferreira Jorge	ANDL	95	BSCN	24:22.86	7:00.93	409
71	Joao Paulo Duro	ANNP	95	CFP	19:38.71	*	405
72	Bernardo Manuel Valente	ANNP	95	CFP	19:44.15	*	400
73	Joao Vicente Alexandre	ANDL	95	CNPE	25:10.36	6:55.48	398
74	Luis Manuel Fernandes	ANNP	95	GDNVNF	*	5:34.72	391
75	Jose Diogo Anastacio	ANARA	95	NSIT	25:41.22	6:52.48	390
76	Gil Vilela Correia	ANL	95	SCP	19:58.12	*	386
77	Luis Miguel Soares	ANA	95	SCE	24:41.65	7:14.24	383
78	Ricardo Fontao Afonso	ANMIN	95	ADCJC	24:49.08	7:15.79	378
79	Jose Miguel Figueira	ANC	95	ASSSCC	24:53.97	7:17.84	374
80	Joao Carlos Costa	ANL	95	SCP	20:13.46	*	372
81	Diogo Andre Jorge	ANC	95	CNAC	26:22.19	6:57.31	370
82	Gabriel Torres Pereira	ANMIN	95	CE2000	26:43.58	7:01.92	356
83	Luis Pedro Ferreira	ANL	95	ASC	20:39.67	*	349
84	Joao Duarte Santos	ANALG	95	CNOL	20:40.82	*	348
85	David Jose Santos	ANA	95	AVFC	25:51.13	7:22.44	347
86	Francisco Brito Silva	ANMIN	95	SCB	25:35.20	7:29.67	345
87	Daniel Costa Vieira	ANNP	95	FCP	20:48.58	*	341
88	Pedro Miguel Ribeiro	ANC	95	ABPG	20:53.59	*	337
89	Joao Nuno Pedro	ANL	95	SCP	*	5:52.05	336
90	Diogo Sequeira Aparicio	ANNP	95	FCP	20:56.22	*	335
91	Hugo Rafael Moreira	ANMAD	95	CDN	28:00.44	7:06.75	329
92	Igor Leonardo Goncalves	ANMAD	95	CSM	26:38.25	7:44.61	309
93	Miguel Maria Rosado	ANS	95	AMINAT	*	6:03.04	307
94	Paulo Andre Silva	ANNP	95	CNMAIA	*	6:03.37	306
95	Manuel Luis Sousa	ANC	95	CNAC	27:02.44	7:40.31	305
96	Joao Miguel Santos	ANMAD	95	CSM	27:26.59	7:35.40	304
97	Fabio Andre Rua	ARNN	95	CNIN	26:52.21	7:52.17	297
98	Pedro Maria Bessa	ANNP	95	FCP	*	6:07.41	296
99	Miguel Sajara Madeira	ANL	95	ABVE	21:52.50	*	294
100	Joao Fernando Morais	ANMIN	95	SCB	21:55.54	*	292
101	Goncalo Ferreira Coroado	ANC	95	AAC	21:58.03	*	290
102	Mauro Filipe Viegas	ANALG	95	CNOL	22:00.94	*	288
103	Nuno Goncalo Ferreira	ANA	95	CGA	22:03.90	*	286
104	Bruno Miguel Silva	ANNP	95	CFP	*	6:12.63	283
105	Pedro Alexandre Santiago	ANL	95	SFUAP	*	6:13.90	281
106	Andre Machado Vale	ANMIN	95	VIANA	22:15.11	*	279
107	Gustavo Lopes Ribeiro	ANC	95	AAC	22:16.96	*	278
108	Duarte Soromenho Daniel	ANL	95	SAD	22:19.08	*	277
109	Tiago Miguel Alves	ANC	95	ASSSCC	22:23.22	*	274
110	Hugo Filipe Cunha	ANARA	95	CNPD	27:45.37	8:05.97	272
111	Miguel Rego Borges	ANARA	95	CAFBDP	22:27.25	*	272
112	Renato Pinto Vasconcelos	ANNP	95	FCP	*	6:22.05	263
113	Miguel Pereira Silva	ANMIN	95	CE2000	29:23.08	7:49.41	263
114	Jose Antonio Forte	ANC	95	AAC	22:42.94	*	262
115	Rodrigo Lourenco Ferreira	ANL	95	CNCVG	*	6:25.22	257
116	Micael Postico Araujo	ANMIN	95	ADCJC	22:57.43	*	254
117	Joao Antonio Oliveira	ANDS	95	CNTN	23:01.11	*	252
118	Joao Marcelo Gomes	ANNP	95	FCP	*	6:28.33	250
119	Alexandre Paiva Machado	ANNP	95	GDNVNF	*	6:31.91	244
120	Henrique Ferreira Coroado	ANC	95	AAC	23:16.86	*	244
121	Andre Fialho Marques	ANDL	95	BSCN	23:24.85	*	239
122	Diogo Jose Nunes	ANMIN	95	EDV	23:30.88	*	236

123	Jorge Miguel Telo	ANDS	95	CNLA	*	6:36.02	236
124	Tiago Santos Figueira	ANDL	95	ADBA	23:33.57	*	235
125	Francisco Pereira Godinho	ANS	95	AMINAT	23:42.08	*	231
126	Vasco Godinho Carvalho	ANL	95	SAD	23:43.10	*	230
127	Joao Pedro Pereira	ANARA	95	CNH	29:38.52	*	228
128	Jorge Miguel Neves	ANNP	95	LSC	*	6:41.01	227
129	Bernardo Tiago Abreu	ANC	95	AAC	23:51.12	*	227
130	Miguel Ferraz Alves	ANMIN	95	EDV	23:52.20	*	226
131	Nuno Miguel Bruno	ANDS	95	CNTN	24:16.99	*	215
132	Diogo Sousa Almeida	ANS	95	AMINAT	24:28.19	*	210
133	Antonio Cunha Monteiro	ANALG	95	PORTIN	*	6:56.62	203
134	Andre Carvalho Abreu	ANS	95	AMINAT	26:47.62	*	160
135	Diogo Manuel Fernandes	ANMIN	95	SCB	29:30.32	*	120
136	Jose Pedro Baptista	ANARA	95	CNPD	29:42.46	*	117



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	800 L	400 E	PONTOS
1 Diana Ramos Rocha	ANMIN	94	EDV	9:26.38	5:14.68	1315
2 Patricia Garcia Marinho	ANL	94	SCP	9:28.59	5:13.96	1312
3 Susana Correia Oliveira	ANL	94	CFB	9:45.33	5:24.36	1195
4 Ana Catarina Lima	ANL	94	CL	9:45.49	5:27.16	1181
5 Ines Martins Silva	ANA	94	AEJ	9:51.51	5:24.75	1174
6 Ana Pinho Rodrigues	ANA	94	AEJ	9:58.99	5:23.03	1162
7 Andre Angelica Maria	ANNP	94	LSC	9:51.54	5:28.55	1154
8 Raquel Paulo Ranito	ANL	94	SLB	10:03.53	5:23.17	1149
9 Alice Cativo Correia	ANA	94	AEJ	9:47.46	5:32.24	1149
10 Marisa Alexandra Lage	ANMIN	94	VIANA	10:02.51	5:26.15	1136
11 Carolina Simoes Batel	ANA	94	CGA	9:59.04	5:28.80	1131
12 Filipa Vilas Tiago	ANL	94	SCP	10:03.73	5:26.51	1130
13 Daniela Cristina Ribeiro	ANNP	94	GDNVNF	10:07.87	5:25.43	1125
14 Eduarda Malheiro Neves	ANMIN	94	SCB	10:06.95	5:29.83	1104
15 Patricia Nogueira Silva	ANMIN	94	SCB	9:56.86	5:37.29	1097
16 Tania Gregorio Marques	ANNP	94	FCP	10:07.27	5:35.10	1077
17 Luisa Pinto Abreu	ANL	94	CFB	10:16.12	5:33.04	1064
18 Beatriz Rocha Nunes	ANC	94	GCF	10:09.40	5:37.02	1063
19 Andreia Filipa Ferreira	ANL	94	SFUAP	10:07.64	5:38.42	1060
20 Gabriela Oliveira Andrade	ANC	94	CNAC	10:07.44	5:43.94	1037
21 Mafalda Gomes Beleza	ANL	94	SCP	10:15.34	5:39.66	1035
22 Diana Fatima Dinis	ANNP	94	CFV	10:13.22	5:42.03	1030
23 Patricia Isabel Oliveira	ANNP	94	LSC	10:07.39	5:46.07	1028
24 Catarina Alexandra Bernardino	ANDL	94	PIMP	10:22.70	5:38.14	1024
25 Catarina Isabel Marques	ANNP	94	GDNVNF	10:24.00	5:37.68	1023
26 Sofia Pavao Machado	ANARA	94	CAFBDP	10:17.38	5:41.65	1021
27 Vanessa Rodrigues Valente	ANA	94	CDE	10:22.53	5:39.30	1018
28 Carolina Isabel Pereira	ANNP	94	VSC	10:18.57	5:42.00	1016
29 Marta Fernandes Carneiro	ANNP	94	CFV	10:18.25	5:42.53	1015
30 Maria Francisca Sardinha	ANNP	94	LSC	10:15.21	5:45.99	1008
31 Rute Margarida Marques	ANL	94	CNA	10:26.45	5:40.53	1004
32 Ana Rita Goncalves	ANNP	94	GDNVNF	10:22.02	5:44.22	999
33 Rita Ribeiro Sequeira	ANMIN	94	EDV	10:21.73	5:44.98	996
34 Ines Soares Abrantes	ANL	94	GESL	10:22.13	5:44.59	996
35 Ines Adriana Mourao	ANL	94	GESL	10:37.48	5:36.76	995
36 Maria Ines Cabral	ANA	94	SCA	10:13.90	5:50.08	995
37 Sofia Oliveira Pinto	ANL	94	SLB	10:35.99	5:38.31	992
38 Patricia Cristina Fernandes	ANNP	94	GESP	10:34.74	5:41.23	982
39 Catarina Brito Luz	ANL	94	GESL	10:20.41	5:51.38	973
40 Paula Catarina Matias	ANNP	94	CFV	10:23.85	5:50.48	968
41 Mafalda Jotta Garcia	ANL	94	SAD	10:33.99	5:45.98	962
42 Francisca Silva Carmo	ANNP	94	GDNVNF	10:36.60	5:47.22	951
43 Ines Sofia Sampaio	ANA	94	AVFC	10:21.29	5:56.49	951
44 Soraia Alexandra Marques	ANDL	94	BSCN	10:39.46	5:46.55	948
45 Diana Patricia Ferreira	ANNP	94	GESP	11:07.47	5:36.65	936
46 Patricia Raquel Nelas	ANMIN	94	SCB	10:35.26	5:52.00	935
47 Ines Branco Campos	ANNP	94	CNMAIA	10:43.04	5:48.13	933
48 Mariana Santos Lucas	ANDL	94	PIMP	10:47.48	5:46.31	932
49 Joana Patricia Pinto	ARNN	94	GCVR	10:35.82	5:53.20	929
50 Telma Vanessa Lourenco	ANL	94	GESL	10:44.63	5:48.94	927
51 Maria Joao Pereira	ANL	94	CNCVG	10:58.40	5:42.92	924
52 Maria Leonor Costa	ANL	94	SFUAP	10:55.61	5:44.90	921
53 Tatiana Carvalho Silva	ANNP	94	GDNVNF	10:54.32	5:48.19	910
54 Cristina Paris Santos	ANDL	94	PIMP	10:52.26	5:49.30	910
55 Madalena Tavares Silva	ANL	94	SLB	10:59.87	5:46.94	904
56 Ana Catarina Albuquerque	ANNP	94	LSC	10:37.39	6:01.05	897
57 Maria Joao Figueiredo	ANMAD	94	CNF	10:32.82	6:04.90	894
58 Adriana Cassia Loureiro	ANMIN	94	SCB	10:32.77	6:06.07	890
59 Maria Ana Serrano	ANC	94	CNMC	10:46.22	5:58.89	886
60 Eliana Vilhena Martins	ANDS	94	CNLA	10:47.98	5:59.98	878

61 Mariana Maia e Silva	ANDL	94	PIMP	10:52.00	5:58.14	877
62 Vanessa Margarida Moreira	ANNP	94	GDNVNF	11:03.58	5:53.12	873
63 Jessica Sofia Ferreira	ANNP	94	FCP	10:39.41	6:07.42	871
64 Jessica Rodrigues Louro	ANDL	94	AHBVCR	10:52.02	6:00.06	870
65 Ana Margarida Almeida	ANA	94	SCBM	11:01.93	5:56.70	862
66 Ana Rita Cunha	ANNP	94	GESP	11:19.15	5:49.25	860
67 Ana Maria Pina	ANL	94	SLB	11:14.05	5:51.51	860
68 Maria Joao Tavares	ANA	94	SCE	10:52.39	6:02.77	859
69 Raquel Alexandra Carvalho	ANNP	94	GDNVNF	11:01.33	6:00.52	849
70 Elisabeth Maria Carvalho	ANC	94	GCF	10:53.46	6:08.93	837
71 Sara Alexandra Morais	ANDL	94	ADBA	10:54.11	6:11.76	826
72 Mafalda Coutinho Rebelo	ANL	94	CNCVG	11:12.65	6:05.84	810
73 Ana Catarina Mateus	ANDS	94	CNLA	10:51.26	6:19.55	808
74 Juliana Silva Ramos	ANNP	94	CNMAIA	11:22.74	6:04.03	799
75 Lucinda Amorim Delgado	ANNP	94	CFV	11:03.15	6:15.02	799
76 Beatriz Gomes Sa	ANA	94	CDF	11:03.87	6:15.63	795
77 Joana Raquel Barros	ANA	94	CGA	11:08.11	6:14.90	789
78 Maria do Carmo Leal	ANNP	94	GESP	11:37.24	6:02.12	782
79 Valerie Goncalves Vieira	ANMAD	94	CNF	11:09.97	6:16.89	780
80 Joana Lopes Silvestre	ANC	94	CDL	11:12.65	6:18.02	772
81 Stacy da Silva Duarte	ANDL	94	ASAL	11:33.58	6:12.43	754
82 Tatiana Cruz Costa	ANC	94	CNMC	10:58.81	6:36.02	750
83 Ines Ataide Dias	ANA	94	SCE	11:47.03	6:06.91	750
84 Cintia Cruz Chuva	ANC	94	JFP	11:32.60	6:16.75	742
85 Joana Meira Almeida	ANDS	94	CCDSM	11:45.77	6:10.73	740
86 Filipa Tenente Macedo	ANMAD	94	CDN	11:15.03	6:28.34	739
87 Mara Freitas Pereira	ANMAD	94	CDN	11:36.36	6:18.36	731
88 Jessica Rachael Smith	ANMAD	94	CNF	11:08.86	6:38.07	726
89 Daniela Filipa Machado	ANNP	94	FCP	11:37.39	6:24.31	713
90 Mariana Vieira Ramos	ANDS	94	CCDSM	11:44.05	6:29.26	690
91 Andreia Sofia Tavares	ANA	94	CDE	11:54.67	6:25.74	683
92 Ana Maria Marques	ANDL	94	AHBVCR	11:56.78	6:30.41	668
93 Ines Maria Ribeiro	ANDS	94	CLAC	11:56.16	6:34.11	659
94 Alexandra Rego Goncalves	ANARA	94	CNH	12:16.13	6:30.42	643
95 Marta Cristina Madureira	ANALG	94	CNFA	12:06.76	6:36.70	639
96 Joana Ornelas Pereira	ANMAD	94	CDN	11:37.33	6:57.48	636
97 Salome Alves Silva	ANC	94	CNMC	11:57.13	6:48.84	624
98 Patricia Ruivo Correia	ANALG	94	CNOL	12:13.42	6:39.86	622
99 Ana Patricia Barradas	ANDP	94	CNP	12:05.37	6:45.69	620
100 Catia Sofia Silva	ANA	94	CDE	12:11.99	6:46.13	610
101 Magda Jacinta Fonseca	ANA	94	CDE	12:18.23	6:46.89	601
102 Filipa Goncalves Lopes	ANC	94	ASSSCC	12:04.69	7:08.12	577
103 Ana Raquel Miranda	ANL	94	SFUAP	10:00.28	*	566
104 Ana Rita Belizario	ANDL	94	CNBO	12:36.80	7:03.29	545
105 Ines Sofia Mata	ANL	94	SCP	10:11.50	*	535
106 Helia Cristina Fernandes	ANNP	94	GESP	10:14.13	*	528
107 Claudia Isabel Dinis	ARNN	94	CNIN	12:53.95	7:03.34	527
108 Maria Lima Rodrigues	ANMIN	94	EDV	10:21.38	*	510
109 Ines Filipa Costa	ANL	94	AEFDTV	10:26.30	*	498
110 Mariana Jordao Silva	ANC	94	JFP	13:08.31	7:18.88	486
111 Ana Carolina Guimaraes	ANMIN	94	SCB	*	5:45.94	483
112 Raquel Sousa Filipe	ANALG	94	LDC	*	5:46.41	481
113 Ana Sofia Soares	ANNP	94	VSC	*	5:46.74	479
114 Mariana Dias Cota	ANARA	94	TAC	13:24.32	7:14.49	479
115 Cristina Maia Correia	ANALG	94	LDC	*	5:47.76	475
116 Catarina Isabel Pinto	ANNP	94	GESP	11:00.33*	5:50.76	463
117 Joana Domingos Ribeiro	ANL	94	AEFDTV	10:46.88	*	452
118 Maria Carolina Rosa	ANL	94	AEFDTV	10:47.23	*	451
119 Maria Ines Alves	ANNP	94	VSC	10:50.52	*	445
120 Andreia Filipa Pereira	ANL	94	SLB	10:52.67	*	440
121 Raquel Almeida Lima	ANC	94	ABPG		5:57.68	437
122 Mariana Alves Matias	ANL	94	AEFDTV	11:01.16	*	423
123 Ines Manuela Freitas	ANA	94	SCE	*	6:02.09	421

124	Cristiana Duarte Ramos	ANALG	94	LDC	*	6:02.57	419
125	Mafalda Fraga Fragoso	ANARA	94	CAFBDP	11:09.53	*	408
126	Joana Maria Pedro	ANL	94	SLB	*	6:08.16	400
127	Filipa Ferreira Barum	ANL	94	CFB	*	6:08.72	399
128	Ana Raquel Lopes	ANNP	94	LSC	11:20.17	*	389
129	Lidia Isabel Milomens	ANS	94	CDAV	11:25.01	*	381
130	Lidia Silveira Pina	ANS	94	AMINAT	*	*	381
131	Raquel Pinto Pereira	ANARA	94	CNH	14:26.56	7:52.24	378
132	Patricia Alexandra Oliveira	ANNP	94	FCP	11:27.39	*	377
133	Tatiana Jorge Vidal	ANA	94	CDE	14:20.85	7:57.23	376
134	Bruna Miguel Pereira	ANC	94	AAC	11:32.89	*	368
135	Teresa Maria Lima	ANNP	94	VSC	*	6:19.02	367
136	Sara Sa Espadilha	ANL	94	CL	*	6:22.52	357
137	Sofia Roque Dias	ANC	94	AAC	11:43.27	*	352
138	Barbara Margarida Dias	ANDP	94	EFC	11:50.38	*	341
139	Patricia Pereira Galrito	ANS	94	CFE	*	6:33.51	328
140	Catarina Dias Pinho	ANDS	94	AVQA	11:59.66	*	328
141	Lucia Isabel Calado	ANS	94	AMINAT	12:06.67	*	319
142	Sarah Militao	ANS	94	AMINAT	12:09.19	*	316
143	Carolina Correia Hilario	ANARA	94	CAFBDP	12:26.24	*	295
144	Barbara Pedro Paixao	ANDL	94	CNBO	12:32.50	*	287
145	Mariana Ventura Rodrigues	ANARA	94	TAC	12:55.03	*	263
146	Catarina Carvalho Terrinca	ANDP	94	CEN	13:16.32	*	242
147	Ana Neves Freitas	ANMAD	94	GDE	13:24.36	*	235
148	Ines Silva Martins	ANALG	94	CNFA	13:34.02	*	227



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	1500 L	400 E	PONTOS
1 Miguel Machado Lopes	ANDL	92	BSCN	16:42.39	4:44.55	1296
2 Rui Alberto Freixo	ANMIN	92	EDV	17:00.35	4:45.19	1257
3 Vitor Goncalo Castanheiro	ANMAD	92	CDN	17:05.43	4:53.99	1193
4 Paulo Andre Dias	ANNP	92	GESP	17:05.87	4:54.07	1192
5 Sergio Emanuel Luis	ANL	92	SFUAP	17:03.26	4:58.12	1174
6 Alexis Manacas Santos	ANL	92	SCP	17:29.98	4:50.59	1172
7 Joao Pedro Coutinho	ANL	92	SCP	17:01.39	5:00.05	1166
8 Carlos Filipe Serra	ANMIN	92	SCB	17:22.47	4:54.66	1159
9 Duarte Barros Pires	ANMIN	92	EDL	17:36.86	4:53.08	1145
10 Andre Filipe Lopes	ANC	92	AAC	17:16.94	5:00.64	1136
11 Joao Pedro Almeida	ANNP	92	FCP	17:08.11	5:04.12	1132
12 Antonio Jorge Coutinho	ANNP	92	GESP	17:38.98	4:57.04	1119
13 Gustavo Alexandre Meneses	ANC	92	ASSSCC	17:36.15	4:58.32	1117
14 Joao Paulo Ribeiro	ANDL	92	ASAL	17:34.16	4:59.08	1115
15 Fabio Andre Dias	ANL	92	SFUAP	17:58.12	4:53.41	1111
16 Pedro Miguel Maganinho	ANMIN	92	SCB	17:31.13	5:02.71	1101
17 Francisco Vala Pires	ANDL	92	ASAL	17:40.57	5:05.87	1070
18 Joao Manuel Lanca	ANL	92	SFUAP	17:46.40	5:04.93	1065
19 Pedro Miguel Costa	ANA	92	SCE	18:12.35	4:58.39	1061
20 Andre Filipe Alves	ANNP	92	FOCA	17:10.56	5:18.75	1060
21 Rui Correia Tinoco	ANC	92	GCF	17:39.06	5:08.63	1058
22 Joao Miguel Ferreira	ANNP	92	FCP	17:52.73	5:07.15	1044
23 Pedro Nuno Mendes	ANMIN	92	SCB	17:35.67	5:14.44	1036
24 Tiago Rafael Lopes	ANC	92	AAC	17:39.12	5:13.79	1034
25 Jose Pedro Martins	ANA	92	AVFC	17:50.04	5:11.06	1029
26 Antonio Fernandes Andre	ANNP	92	LSC	18:15.42	5:10.37	996
27 Mario Alexandre Pereira	ANC	92	GCF	18:19.38	5:10.03	992
28 Nuno Durao Pascoal	ANA	92	CGA	18:50.20	5:02.73	989
29 Joao Miguel Curado	ANL	92	SCP	18:37.66	5:06.91	983
30 Guilherme Joao Patriarca	ANC	92	AAC	18:13.58	5:16.61	970
31 Goncalo Goncalves Meneses	ANNP	92	VSC	18:06.00	5:18.91	970
32 Miguel Valente Fernandes	ANL	92	CNA	18:03.12	5:21.63	964
33 Rodolfo Teixeira Jesus	ANMAD	92	CNF	18:15.65	5:17.43	964
34 Paulo Jorge Andrade	ANNP	92	FCP	18:15.01	5:18.03	962
35 Tiago Terroso Pinto	ANNP	92	CFP	18:17.33	5:17.72	960
36 Paulo Tiago Correia	ANMIN	92	SCB	18:21.72	5:17.09	957
37 Joao Manuel Ferreira	ANDS	92	CLAC	18:18.20	5:19.19	952
38 Diamantino Gato Bras	ANL	92	SFUAP	18:44.80	5:14.50	939
39 Joao Jose Viegas	ANA	92	SCA	18:55.99	5:12.17	935
40 Rui Costa Ferreira	ANA	92	CGA	18:15.99	5:28.25	919
41 Sampaio Ricardo Jorge	ANMIN	92	EDV	18:58.84	5:15.05	919
42 Joao Miguel Mestre	ANDS	92	CLAC	19:14.82	5:11.18	918
43 Antonio Melo Faria	ANA	92	AVFC	18:29.32	5:24.22	916
44 Andre Oliveira Marques	ANDL	92	ASAL	18:26.29	5:29.08	902
45 Mario Joao Martins	ANC	92	CNMC	18:26.16	5:29.39	901
46 Andre Beristain Moreira	ANNP	92	GESP	19:08.63	5:16.60	900
47 Hugo Miguel Silva	ANL	92	CNA	18:55.38	5:23.66	887
48 Carlos Rocha Costa	ANL	92	GESL	19:27.12	5:15.68	884
49 Ruben Miguel Leodoro	ANNP	92	CNMAIA	18:49.09	5:26.17	884
50 Miguel Goncalves Furtado	ANARA	92	CNPD	18:49.76	5:28.89	872
51 Camilo Rocha Ferreira	ANNP	92	CNMAIA	19:32.68	5:19.24	863
52 Manuel Andril Cordeiro	ANDL	92	ASAL	18:35.16	5:37.76	860
53 Alexandre Leal Cunha	ANNP	92	GESP	18:56.46	5:33.77	846
54 Rogerio Pina Tavares	ANDS	92	CNLA	18:43.10	5:39.73	843
55 Pedro Emanuel Marques	ANNP	92	GESP	19:40.88	5:24.33	833
56 Andre Emanuel Andrade	ANL	92	SAD	19:13.92	5:33.35	828
57 Ricardo Ribeiro Silva	ANNP	92	CFV	19:55.41	5:22.39	827
58 Andre Rocha Valente	ANC	92	AAC	19:22.70	5:33.14	819
59 Pedro Duarte Ludovice	ANL	92	CNA	19:25.44	5:32.67	817

60 Frederico Toste Ferrao	ANARA	92	NSIT	19:57.56	5:24.49	816
61 Luis Daniel Moreira	ANA	92	SCE	18:55.66	5:43.50	815
62 Diogo Remi Faim	ANC	92	GCF	19:36.51	5:30.25	815
63 Henrique Mata Carvalho	ANDL	92	AHBVCR	19:06.82	5:39.91	813
64 Pedro Miguel Cota	ANARA	92	NSIT	19:04.82	5:51.90	780
65 Joao Diogo Francisco	ANDL	92	BSCN	19:55.29	5:37.17	772
66 Edgar Filipe Correia	ANA	92	AVFC	19:36.91	5:43.24	770
67 Paulo Andre Silva	ANDS	92	CNLA	19:37.17	5:44.66	765
68 Rodrigo Cota Sousa	ANARA	92	NSIT	19:18.11	5:51.80	764
69 Diogo Costa Fontes	ANC	92	AAC	19:43.83	5:49.47	744
70 Antonio Acacio Santos	ANMAD	92	CDN	20:15.79	5:41.32	738
71 Manuel Almeida Eliseu	ANS	92	AMINAT	20:29.54	5:38.62	735
72 Joao Miguel Nunes	ANDS	92	CLAC	20:02.06	5:46.80	734
73 Diogo Vicente Bessa	ANARA	92	NSIT	20:27.33	5:41.46	727
74 Marco Filipe Maldonado	ANS	92	CDAV	20:31.14	*	726
75 Mario Jorge Nunes	ANDS	92	CNTEJO	20:26.97	5:42.67	724
76 Diogo Manuel Inocencio	ANDS	92	CLAC	20:48.98	5:42.19	707
77 Jose Gregorio Goncalves	ANMAD	92	CDN	19:57.83	6:03.19	692
78 Jorge Fernando Veiga	ARNN	92	CNALI	20:53.54	5:55.23	664
79 Rafael Pires Caetano	ANDS	92	SCALAB	20:59.32	5:55.18	659
80 Luis da Silva Filipe	ANMAD	92	CDN	20:36.66	6:02.77	658
81 Diogo Alexandre Almeida	ANA	92	AVFC	21:25.32	5:56.57	637
82 Francisco Fezas Vital	ANL	92	ABVE	16:59.10	*	627
83 Bruno Filipe Azevedo	ANDL	92	NDAP	22:00.14	6:03.42	595
84 Andre Miguel Brito	ANA	92	SCA	21:39.02	6:21.54	567
85 Nuno Alexandre Neves	ANC	92	JFP	22:19.57	6:26.04	531
86 Carlos Lopes Figueiredo	ANDL	92	ADBA	22:35.80	6:22.40	528
87 Andre Franca Bazenga	ANMAD	92	CDN	21:29.00	6:53.71	517
88 Oliveira Joao Filipe	ANMIN	92	SCB	18:11.81	*	510
89 Danilo Ismael Machado	ANNP	92	FCP	18:17.85	*	502
90 Joao Luis Ornelas	ANMAD	92	CSM	25:06.86	6:06.68	492
91 Andre Filipe Gomes	ANL	92	CNA	18:55.06	*	454
92 Fernando Jose Garcia	ANL	92	SAD	19:08.18	*	439
93 Joao Guilherme Graca	ANALG	92	CNOL	19:10.65	*	436
94 Pedro Miguel Gomes	ANNP	92	CFP	19:13.03	*	433
95 Marcelo Abreu Rodrigues	ANC	92	AAC	19:17.84	*	428
96 Miguel Alexandre Latoeira	ANL	92	SFUAP	19:27.54	*	417
97 Edoardo Amedeo Rinaudo	ANL	92	ABVE	*	5:30.81	405
98 Rafael David Rodrigues	ANL	92	SAD	*	5:32.88	398
99 Miguel Nascimento Santos	ANL	92	ESJB	*	5:39.05	376
100 Fabio Alves Coxixo	ANS	92	CFE	*	5:57.81	320
101 Ricardo Miguel Goncalves	ANS	92	CFE	*	5:58.89	317
102 Ricardo Joao Pita	ANMAD	92	CDN	21:50.85	*	295
103 Eduardo Leao Figueira	ARNN	92	NCC	*	6:24.10	259



NOME	ASSOC.	ANO	CLUBE	1500 L	400 E	PONTOS
1 Joao Claudio Sousa	ANNP	93	GESP	17:03.46	4:43.23	1265
2 Gustavo Manuel Santa	ANDS	93	CNLA	17:07.04	4:56.74	1174
3 Diogo Parrilha da Silva	ANDL	93	CNAL	17:11.14	4:59.27	1153
4 Miguel Cordeiro Saraiva	ANL	93	CFB	17:19.65	4:59.91	1135
5 Rafael Dias Martins	ANNP	93	CNMAIA	17:35.91	4:57.83	1119
6 Ricardo Manuel Machado	ANMIN	93	SCB	17:28.83	5:06.72	1084
7 Pedro Ribeiro Mendes	ANL	93	CNCVG	18:05.26	4:56.60	1081
8 Bernardo Correia da Silva	ANNP	93	CFP	17:44.90	5:03.39	1075
9 Ricardo Verissimo Sousa	ANL	93	SCP	17:45.59	5:03.85	1072
10 Luis Miguel Nogueira	ANNP	93	FCP	17:10.71	5:18.55	1060
11 Miguel Monteiro Diogo	ANDL	93	CNAL	17:35.64	5:09.23	1060
12 Ricardo Robalo Duarte	ANL	93	ABVE	17:55.54	5:06.30	1044
13 Alexandre Santos Gomes	ANMAD	93	CNF	17:51.99	5:07.63	1043
14 Nuno Vieira Malheiro	ANMIN	93	SCB	17:42.70	5:12.14	1035
15 Edgar Oliveira Ribeiro	ANMIN	93	SCB	17:49.14	5:10.81	1032
16 Tiago Gerales Machado	ANDL	93	PIMP	18:13.42	5:03.99	1030
17 Diogo Miguel Mendes	ANDL	93	CNAL	18:00.60	5:08.23	1027
18 Andre Rafael Marinho	ANL	93	SFUAP	17:54.68	5:10.55	1025
19 Andre Duarte Vaz	ANC	93	GCF	17:52.49	5:12.17	1020
20 Goncalo Filipe Gregorio	ANL	93	SFUAP	17:59.50	5:10.35	1019
21 Venancio Guilherme Ferreira	ANMIN	93	EDV	18:08.55	5:09.12	1012
22 Joao Miguel Rocha	ANNP	93	GDNVNF	18:20.77	5:05.82	1011
23 Dario Almeida Santos	ANNP	93	LSC	18:21.91	5:06.75	1004
24 Bernardo Leitao Graca	ANL	93	SLB	18:05.37	5:11.79	1003
25 Tiago Lopes Ribeiro	ANDL	93	BSCN	18:03.33	5:12.68	1002
26 Diogo Fontes Moreira	ANA	93	AEJ	18:21.55	5:07.50	1001
27 Diogo Maia e Silva	ANDL	93	PIMP	18:06.59	5:12.98	996
28 Paulo Jorge Dias	ANNP	93	GDNVNF	18:30.23	5:07.13	991
29 Francisco Miguel Cirurgiao	ANL	93	SAD	17:47.60	5:22.67	983
30 Joao Pedro Queijo	ANNP	93	CNMAIA	18:18.80	5:13.44	977
31 Goncalo Duarte Martins	ANL	93	SFUAP	17:58.20	5:20.50	976
32 Joao Luis Rodrigues	ANMIN	93	SCB	18:28.18	5:11.88	972
33 Joao Afonso Vargas	ANMAD	93	CNF	18:33.87	5:10.28	971
34 Lino Manuel Parente	ANMIN	93	VNC	17:49.75	5:25.19	969
35 Emanuel Augusto Pinho	ANA	93	CDF	18:29.95	5:12.27	968
36 Rui Filipe Maia	ANNP	93	CFV	18:23.53	5:14.50	966
37 Francisco Azevedo	ANNP	93	GDNVNF	17:55.88	5:24.44	963
38 Ribeiro Jose Alberto	ANMIN	93	EDV	18:38.76	5:11.92	957
39 Daniel Cardoso Bonanca	ANL	93	SCP	18:29.39	5:14.72	957
40 Renan Camara Pereira	ANC	93	ASSSCC	18:01.19	5:24.70	953
41 Paulo Jorge Pinto	ANNP	93	VSC	18:24.50	5:17.57	951
42 Nuno Ricardo Bastos	ANNP	93	LSC	18:17.82	5:20.01	950
43 Miguel Goncalves Ferreira	ANMAD	93	CDN	18:14.25	5:24.29	937
44 Artiom Viatcheslavovitch Poliakov	ANL	93	CFB	18:25.86	5:22.05	930
45 Pedro Miguel Abreu	ANL	93	SAD	18:38.52	5:18.63	927
46 Goncalo Miguel Serpa	ANL	93	SCP	18:26.51	5:24.36	920
47 Ricardo Portas Marchao	ANL	93	SAD	18:48.83	5:17.65	920
48 Francisco Lucas Correia	ANL	93	SCP	18:36.60	5:21.74	917
49 Andre Filipe da Graca	ANDL	93	CNAL	18:46.02	5:21.14	908
50 Francisco Santos Costa	ANALG	93	PORTIN	18:42.55	5:23.44	903
51 Miguel Victor Moniz	ANL	93	CFB	18:08.76	5:35.63	902
52 Mario Rui Cunha	ANNP	93	GDNVNF	18:31.54	5:28.03	899
53 Rui Mario Costa	ANA	93	AEJ	18:50.73	5:22.07	898
54 Hugo Duarte Rocha	ANNP	93	CFV	19:25.18	5:14.42	892
55 Joao Costa Freitas	ANMAD	93	CNF	18:38.20	5:28.20	890
56 Filipe Ricardo Azevedo	ANS	93	AMINAT	18:53.59	5:24.04	887
57 Andre Marques Dinis	ANC	93	ASSSCC	18:50.79	5:24.88	887
58 Marco Augusto Brandao	ANNP	93	GESP	18:48.80	5:26.41	884
59 Juan Rachadell Pereira	ANALG	93	PORTIN	19:08.05	5:20.63	884

60	Joao Carlos Santos	ANNP	93	CNMAIA	18:44.36	5:28.14	882
61	Joao Pedro Lopes	ANL	93	SLB	18:50.06	5:26.35	882
62	Alexandre Galveias Vale	ANDL	93	PIMP	18:40.95	5:29.94	879
63	Antonio Ribeiro Mendes	ANL	93	CNCVG	19:34.27	5:15.48	877
64	Pedro Miguel Sa	ANL	93	CNCVG	19:27.31	5:18.79	870
65	Pedro Nuno Ribeiro	ANNP	93	FCP	18:39.62	5:33.46	869
66	Joao Pedro Pereira	ANDS	93	BUZIOS	18:40.16	5:33.00	869
67	Ivo Alexandre Cordeiro	ANNP	93	LSC	19:37.77	5:17.22	866
68	Pedro Daniel Carvalho	ANC	93	AAC	19:24.90	5:21.35	862
69	Ricardo Ferreira Neto	ANNP	93	GESP	18:55.13	5:30.33	861
70	Daciano Egidio Sousa	ANC	93	GCF	18:46.65	5:33.35	860
71	Ricardo Mestre Teixeira	ANL	93	SCP	19:11.60	5:26.06	858
72	Alexandre Emanuel Pereira	ANDS	93	CLAC	19:13.29	5:26.06	856
73	Bruno Filipe Metelo	ANC	93	CNAC	18:45.44	5:34.93	856
74	Guilherme Pereira Gil	ANL	93	SFUAP	18:45.25	5:36.60	851
75	Diogo Miguel Rodrigues	ANNP	93	GDNVNF	19:26.14	5:24.42	849
76	Joao Monteiro Piteira	ANS	93	AMINAT	19:17.43	5:27.71	845
77	Tiago Samuel Silva	ANNP	93	ADP	19:32.94	5:23.63	844
78	Francisco Castro Almeida	ANL	93	ABVE	19:17.07	5:28.63	842
79	Joao Bento Castanho	ANNP	93	CFV	19:12.96	5:31.30	836
80	Joao Miguel Figueiredo	ANA	93	CDCA	19:11.17	5:32.26	835
81	Ricardo Fernandes Sousa	ANNP	93	FCP	19:00.10	5:36.67	832
82	Ruben Filipe Reis	ANC	93	GCF	19:27.94	5:30.03	825
83	Pedro Diogo Crespo	ANA	93	CGA	19:10.20	5:35.54	824
84	Antonio Santa Rita	ANALG	93	PORTIN	19:36.54	5:31.19	812
85	Romulo Emanuel Fernandes	ANC	93	AAC	18:57.49	5:44.16	811
86	Pedro Jorge Santos	ANA	93	SCA	19:11.23	5:40.83	805
87	Gabriel Soares Martins	ANA	93	CDCA	19:30.45	5:36.12	800
88	Ricardo Miguel Vasconcelos	ANNP	93	CFP	19:20.61	5:41.16	794
89	Joao Miguel Almeida	ANC	93	GCF	19:47.91	5:32.88	794
90	Andre Miguel Dias	ANMAD	93	CNF	19:37.72	5:38.70	784
91	Diogo Antonio Carvalho	ANA	93	CDF	19:59.04	5:34.81	776
92	Jose Goncalves Teixeira	ANMAD	93	CDN	18:56.85	5:57.33	773
93	Joao Pedro Ferreira	ARNN	93	GCVR	19:19.08	5:49.26	770
94	Miguel Alves Basch	ANS	93	AMINAT	19:24.96	5:49.42	764
95	Diogo Manuel Meleiro	ANNP	93	FCP	19:44.13	5:42.75	764
96	Pedro Xavier Faria	ANS	93	CNBE	19:34.38	5:54.36	740
97	Nelson Fernandes Silva	ANC	93	JFP	19:31.11	5:55.24	740
98	Nuno Miguel Agante	ANNP	93	CFP	20:05.72	5:44.63	737
99	Daniel Rosa Goncalves	ANS	93	CNBE	19:33.55	5:56.05	736
100	Andre Cunha Rocha	ANNP	93	VSC	19:16.67	6:03.06	736
101	Ricardo Miguel Araujo	ANC	93	AAC	19:48.46	5:52.06	732
102	Diogo Goncalves Capela	ANDL	93	NDAP	20:25.18	5:43.12	724
103	Diogo Alexandre Ferreira	ANC	93	CNAC	20:14.65	5:46.57	723
104	Telmo Almeida Santos	ANA	93	CDF	19:55.41	5:52.93	723
105	Nuno Cunha Caetano	ANS	93	AMINAT	21:59.03	5:23.79	721
106	Goncalo Bastos Monteiro	ANA	93	SCE	20:16.91	5:47.09	719
107	Daniel Guerra Farinha	ANS	93	CNBE	20:18.35	5:47.38	717
108	Diogo Lima Nicolau	ANDS	93	SCALAB	20:27.73	5:45.64	714
109	Avelino Medeiros Pereira	ANMAD	93	GDE	20:22.27	5:49.32	708
110	Henrique Jose Marques	ANDL	93	BSCN	20:47.85	5:44.45	701
111	Diogo Emanuel Ferreira	ANC	93	AAC	20:23.94	5:51.00	701
112	Jose Emanuel Rosmaninho	ANA	93	SCBM	20:09.36	5:56.95	698
113	Nuno Correia Tinoco	ANC	93	GCF	20:31.35	5:50.45	697
114	Tiago Andre Marques	ANA	93	SCE	20:27.04	5:54.22	689
115	Flavio Cardoso Relva	ANDL	93	ASAL	20:30.68	5:55.76	682
116	Miguel Alves Silva	ANA	93	SCE	20:38.96	5:53.20	682
117	Eduardo Jose Goncalves	ANDS	93	SCALAB	20:55.51	5:50.60	676
118	Rui Roberto Sousa	ANA	93	SCE	20:28.16	6:04.01	662
119	Nuno Alexandre Baptista	ANMAD	93	CNF	20:23.28	6:07.18	659
120	Joao Nogueira Oliveira	ANMAD	93	CNF	21:02.92	5:56.13	655
121	Carlos Filipe Teixeira	ANNP	93	VSC	21:24.48	5:52.45	648
122	Rui Leandro Brunido	ANNP	93	GESP	21:30.31	5:54.32	639

123	Sebastiao Amaro Machado	ANA	93	AVFC	20:12.56	6:25.51	628
124	Goncalo Raposeiro Faria	ANC	93	GCF	20:57.41	6:12.39	618
125	Joao Filipe Silvestre	ANDS	93	SCALAB	21:58.81	6:03.82	594
126	Jose Goncalo Nascimento	ANARA	93	CNPD	21:15.03	6:17.27	593
127	David Alexandre Moreno	ANMAD	93	CDN	21:45.65	6:09.03	590
128	Diogo Fonseca Costa	ANC	93	JFP	22:01.11	6:10.65	576
129	Bruno Nobrega Freitas	ANMAD	93	CNMA	22:02.19	6:10.57	575
130	Joao Goncalves Conceicao	ANC	93	CNAC	21:54.41	6:17.22	565
131	Goncalo Sampaio Garcia	ANARA	93	CNPD	22:35.19	6:08.99	559
132	Ruben Almeida Silva	ANA	93	SCA	22:10.13	6:16.84	556
133	Joao Camacho Delgado	ANMAD	93	CDN	22:11.07	6:19.53	550
134	Leonardo Bruno Andre	ANDL	93	CNAL	17:47.10	*	546
135	Carlos Camacho Vieira	ANMAD	93	CSM	21:58.25	6:27.05	543
136	Luis Miguel Agrelos	ARNN	93	CNALI	22:30.36	6:18.74	540
137	Joao Diogo Andrade	ANDS	93	CCDSM	21:49.28	6:35.02	534
138	Joao Adriano Caires	ANMAD	93	CDN	22:27.96	6:27.78	523
139	Edgar Fernando Freitas	ANNP	93	CFV	18:18.68	*	501
140	Jose Enes Ribeiro	ANMIN	93	EDV	18:23.00	*	495
141	Antonio Rafael Martins	ANNP	93	CFP	*	5:17.63	458
142	Diogo Carmo Ramos	ANNP	93	CFV	*	5:17.82	457
143	Rodrigo Henriques Lira	ANMAD	93	GDE	22:53.42	7:00.36	453
144	Francisco Mourato Vidinha	ANL	93	ABVE	18:56.04	*	453
145	Bruno Rafael Correia	ANA	93	AVFC	19:01.46	*	446
146	Andre Filipe Gomes	ANL	93	GESL	19:05.08	*	442
147	Claudio Miguel Pinheiro	ANNP	93	CNMAIA	*	5:21.66	441
148	Joao Pedro Freitas	ANMAD	93	CSM	23:50.68	6:49.38	441
149	Augusto Daniel Moreira	ANNP	93	ADP	*	5:24.26	430
150	Ruben Pereira Nunes	ANDL	93	ASAL	23:56.03	6:57.45	426
151	Alexandre Teles Amorim	ANNP	93	FCP	19:20.08	*	425
152	Ricardo Andre Barbosa	ANNP	93	GESP	19:20.67	*	425
153	Joao Filipe Fernandes	ANNP	93	GCST	*	5:25.84	424
154	Goncalo Dias Nunes	ANALG	93	CNOL	19:29.04	*	416
155	Joao Guilherme Vieira	ANDL	93	PIMP	19:31.62	*	413
156	Bruno Maria Pinto	ANNP	93	CFP	19:36.50	*	408
157	Dmitry Shelepenko	ANALG	93	CNFA	24:43.42	6:56.72	406
158	Joao Pedro Pinheiro	ANNP	93	CFP	19:39.52	*	405
159	Miguel Villa Brito	ANL	93	SLB	*	5:30.95	405
160	Rafael Lages Ribas	ANMIN	93	EDV	*	5:33.06	397
161	Hugo Filipe Almeida	ANC	93	ABPG	19:54.20	*	390
162	Marcelo Fernandes Rosas	ANA	93	CDF	19:58.15	*	386
163	Bernardo Barao Silvestre	ANS	93	CNBE	*	5:36.77	384
164	Tiago Antonio Gomes	ANL	93	SLB	*	5:41.25	369
165	Joao Pedro Amaral	ANNP	93	CNMAIA	*	5:42.20	366
166	Joao Pedro Marques	ANA	93	CAPGE	20:28.34	*	358
167	Nuno Henrique Bastos	ANA	93	SCA	20:32.27	*	355
168	Joao Carlos Moreira	ANNP	93	LSXXI	*	5:46.74	352
169	Basilio Alexandre Goncalves	ANL	93	CL	*	5:48.57	346
170	Guilherme Filipe Peladinho	ANS	93	CNBE	*	5:49.23	344
171	Miguel Alexandre Marques	ANARA	93	NSIT	26:55.72	7:12.76	338
172	Pedro Henrique Azevedo	ANL	93	SLB	*	5:56.27	324
173	Pedro Miguel Rodrigues	ANC	93	JFP	*	6:03.28	306
174	Miguel Angelo Mestre	ANALG	93	CNOL	*	6:05.67	300
175	Joao Miguel Goncalves	ANMAD	93	CSM	23:52.54	*	226
176	Miguel Jorge Martinho	ANALG	93	CNFA	24:07.41	*	219