

## 5º Corta Mato do N.A.Z.A.

### Classificação Individual

#### Escalão: BENJBF

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3566 Madalena Pereira	1 Associação de Moradores da Atibá	15
1721 Mafalda Vieira	2 sportpontocome	13
4941 Laura Ceia Brazete	3 G.D.R. de Manique de Cima	11
3225 Joana Nunes	4 Associação de Moradores da Atibá	10
3553 MARIANA FIGUEIREDO	5 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	9
3018 Carolina Mesquita e Silva	6 Cascais Pandilha Redux	8

#### Escalão: BENJBM

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
4315 Ricardo Almeida	1 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	15
4942 David Marques Fonseca	2 G.D.R. de Manique de Cima	13
3020 Pedro Oliveira	3 Cascais Pandilha Redux	11
3117 GUILHERME GRAÇA	4 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
3504 Gonçalo Cai-Água	5 Vitória de Janes	9
4023 Afonso Santiago	6 Jobrinde - Montes Saloios	8
3023 Dinis Santos	7 Cascais Pandilha Redux	7
3119 Manuel Caetano	8 Cascais Pandilha Redux	6
3021 António Oliveira	9 Cascais Pandilha Redux	5

#### Escalão: INFF

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
211 Beatriz Veloso	1 Associação Desportiva NucleOeiras - ADNO	15
1339 Maria Custódio	2 Sporting Clube da Reboleira e Damaia	13
591 Susana Santos	3 FFPM Unificação	11
3436 Maria João Rodrigues	4 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
4318 Carolina Monteiro	5 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	9
3210 Alexandra Trindade	6 Associação de Moradores da Atibá	8
3418 Leonor Lourenço	7 Associação de Moradores da Atibá	7
3311 Clara Gomes	8 Clube Desportivo do Arneiro	6
3179 Daniela Luíz	9 Desportivo Monte Real	5
3233 Madalena Figueiredo	10 Associação de Moradores da Atibá	4
3035 Filipa Grego	11 Cascais Pandilha Redux	3
1759 BEATRIZ TEIXEIRA	12 Futebol Clube Recreativo do Rossão	3
3534 Matilde Patinha	13 CCD Pessoal M. Cascais	3

#### Escalão: INFM

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3297 Lourenço Ferreira	1 Associação de Moradores da Atibá	15
3181 Milton Monteiro	2 Desportivo Monte Real	13

# CASCAIS

## troféu de atletismo

3571 Rodrigo Pereira	3 Associação de Moradores da Atibá	11
3397 Luís Santos	4 Run 4 Dummies	10
1988 Francisco Rainho	5 INDIVIDUAL	9
4700 Diogo Clara	6 G.D.R. de Manique de Cima	8
4055 Márcio Fonseca	7 Jobrinde - Montes Saloios	7
3329 Paulo Barrocas	8 Clube Desportivo do Arneiro	6
4852 José Veiga Gomes	9 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	5
3104 MIGUEL MENDES	10 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	4
4159 Tiago Rosa	11 Jobrinde - Montes Saloios	3
3442 Carlos Silva	12 Associação de Moradores da Atibá	3
196 Francisco Marques	13 Ingleses Futebol Clube	3
833 Duarte Oliveira	14 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	3
3572 Gabriel de Oliveira	15 Associação de Moradores da Atibá	3
3116 GUILHERME SILVA	16 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4317 Gonçalo Clementino	17 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3574 Afonso Rola	18 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3192 Miguel Rodrigues	19 Associação de Moradores da Atibá	3

### Escalão: INICF

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3545 Rosa D Jombati	1 Clube de Atletismo Salesianos de Manique	15
758 Carolina Proença	2 Sporting Clube de Portugal	13
3544 Carolina Santos	3 Clube de Atletismo Salesianos de Manique	11
4714 Cátia Costa	4 G.D.R. de Manique de Cima	10
3568 Francisca Lourenço	5 Associação de Moradores da Atibá	9
3430 Maria Soares	6 Associação de Moradores da Atibá	8
4802 Joana Margarida sérvulo tomé	7 G.D.R. de Manique de Cima	7
3097 INÊS ROLA	8 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6
1841 Nayma Soares	9 EVELX	5
3546 Catarina Chendo	10 Clube de Atletismo Salesianos de Manique	4
3326 Rita Maio	11 Clube Desportivo do Arneiro	3
3370 BEATRIZ CONCEIÇÃO	12 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
3371 BEATRIZ COSTA	13 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
4911 Sara Ferreira	14 Os Caracois do asfalto	3

### Escalão: INICM

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
4754 Rafael Carvalho Rego	1 Associação Atlética de Pego Longo	15
4161 Tomás Pereira	2 G.D.R. de Manique de Cima	13
4943 Gonçalo Miguel Oliveira Batista	3 G.D.R. de Manique de Cima	11
4320 Leandro Tavares	4 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	10
3215 Diogo Figueiredo	5 Associação de Moradores da Atibá	9
1761 TIAGO COSTA	6 Futebol Clube Recreativo do Rossão	8
3398 Tiago Estriga	7 Run 4 Dummies	7
3255 DAVID PUCARIÇO	8 CCD Pessoal M. Cascais	6

# CASCAIS

## troféu de atletismo

4397 Eduardo Barata	9 União Recreativa e Cultural da Abrunheira	5
4321 João Vinagre	10 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	4
4886 TILIANE Eduardo	11 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3017 Francisco Silva	12 Cascais Pandilha Redux	3
4319 Rodrigo Pereira	13 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3105 MIGUEL PARREIRA	14 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4968 Francisco Sousa Mateus Gonzaga	15 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3129 VASCO GREGÓRIO	16 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3

### Escalão: JUVF

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
4880 Matilde Brazete	1 G.D.R. de Manique de Cima	15
4878 Joana Salvador	2 G.D.R. de Manique de Cima	13
4862 Joana Santos Costa	3 SLBenfica	11
3111 SOFIA PIRES	4 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
3396 Inês Santos	5 Run 4 Dummies	9
3055 Mariana Mendes	6 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8

### Escalão: JUVM

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
4323 Martim Monteiro	1 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	15
4322 Rui Cruz	2 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	13
4711 Diogo Miguel Silva Banha	3 G.D.R. de Manique de Cima	11
4925 Diogo Guerreiro e Silva	4 G.D.R. de Manique de Cima	10
4926 Tomas Guerreiro Silva	5 G.D.R. de Manique de Cima	9
3543 Henriique Páscoa	6 Clube de Atletismo Salesianos de Manique	8
3323 Nuno Dias	7 Clube Desportivo do Arneiro	7
1613 DAVID CAMPOS	8 Futebol Clube Recreativo do Rossão	6
3567 Finlay Arrison	9 Associação de Moradores da Atibá	5
3127 Tiago Sousa	10 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	4
3114 Tiago Pires	11 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3057 Tomás Ferreira	12 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3307 Andre Silva	13 Clube Desportivo do Arneiro	3

### Escalão: JUNF

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
4964 Catarina Gomes da Silva Fernandes	1 G.D.R. de Manique de Cima	15
3140 JOANA ASSUNÇÃO	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13

### Escalão: JUNM

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
763 Claussandro Moreira	1 Sporting Clube de Portugal	15
379 Fredson Semedo	2 Associação Desportiva NucleOeiras - ADNO	13
4937 Diogo Araújo	3 G.D.R. de Manique de Cima	11
4927 Diogo Fraga	4 Sporting Clube de Portugal	10
4663 Ailton Monteiro	5 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	9

3091	DIOGO CALMEIRO	6	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8
308	Pedro Girão	7	Lis Running Clube de Praticantes de Atletismo	7
4327	Janilson Nunes	8	Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	6
3256	DIOGO HENRIQUES	9	CCD Pessoal M. Cascais	5
3562	Tiago Santos	10	Associação de Moradores da Atibá	4

### Escalão: SUB23F

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos
4329	Daniela Vinagre	1	Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	15
4123	Soraia Moura	2	Jobrinde - Montes Saloios	13
3366	ANDREIA COSTA	3	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	11
3417	Renata Ferreira	4	Associação de Moradores da Atibá	10

### Escalão: SUB23M

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos
4928	Pedro Varela	1	Sporting Clube de Portugal	15
3563	José Maria Monteiro Ferreira	2	Associação de Moradores da Atibá	13
767	Tiago Pires da Silva	3	Sporting Clube de Portugal	11
4696	Samuel Rodrigues	4	Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	10
1093	João Jorge	5	INDIVIDUAL	9
590	Flávio Santos	6	FFPM Unificação	8
877	Ricardo Gonçalves	7	Associação Desportiva NucleOeiras - ADNO	7
3584	Nuno Cravo	8	INDIVIDUAL	6
1154	Leonardo Lopes	9	INDIVIDUAL	5
3453	Ricardo Coelho	10	Clube Desportivo do Arneiro	4

### Escalão: SENF

Dorsal	Atleta	Geral	Clube	Pontos
1091	Sara Marinho	1	Clube Futebol Os Belenenses	15
1311	Inês Almeida	2	Associação de Pára-quadistas Tejo-Norte	13
3247	ANA BRÁS	3	CCD Pessoal M. Cascais	11
3110	SANDRINA CUNHA	4	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
3200	Mónica Teixeira	5	Associação de Moradores da Atibá	9
3176	Liliana Correia	6	Desportivo Monte Real	8
3036	Andreia Baiôa	7	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7
3209	Filipa Coutinho	8	Associação de Moradores da Atibá	6
4529	Ana Margª Rijo	9	Os Caracois do asfalto	5
3428	Joana Fernandes	10	Bladerunners	4
3092	ELISABETE FERNANDES	11	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3281	TÂNIA VALENTIM	12	CCD Pessoal M. Cascais	3
3406	Margarida Beato	13	Associação de Moradores da Atibá	3
3316	Joana Magalhaes	14	Clube Desportivo do Arneiro	3
4530	Denise Manteiga	15	Os Caracois do asfalto	3
3515	Vanessa Lourenço	16	Vitória de Janes	3
4672	Soraia Rodrigues	17	Jobrinde - Montes Saloios	3
4068	Ana Luísa Dias	18	Jobrinde - Montes Saloios	3

# CASCAIS

## troféu de atletismo

### Escalão: SENM

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3195 Nelson Graça	1 Associação de Moradores da Atibá	15
3095 FILIPE CORREIA	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13
4944 José João Correia Santos	3 G.D.R. de Manique de Cima	11
100 Luís Santos	4 Linda-a-Pastora Sporting Clube	10
4642 Euclides Sanches	5 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	9
3383 MANUEL MASCARENHAS	6 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	8
3524 Mário Jorge Nunes	7 Vitória de Janes	7
4330 Nelson Casanova	8 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	6
3461 João Cardoso	9 INDIVIDUAL	5
3304 Luís Candeias	10 Associação de Moradores da Atibá	4
3070 VITOR PEREIRA	11 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3103 Luís Correira	12 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
225 André Oliveira	13 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	3
3060 Duarte Brito	14 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3141 PEDRO RODRIGUES	15 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3106 PEDRO CAVACO	16 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3402 Nuno Santos	17 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3156 DANIEL ROSA	18 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3520 Filipe Miguel Pereira	19 Vitória de Janes	3
3512 Roberto Salgueiro	20 Vitória de Janes	3
3074 ANDRÉ LEANDRO	21 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
3145 HELDER SANTOS	22 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
3029 Mauro Machado	23 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
3588 Carlos Lopes	24 Individual	2
3260 IVAN RAMOS	25 CCD Pessoal M. Cascais	2
3500 Bernardo Venâncio	26 Vitória de Janes	2
4629 Mário Cruz Alves	27 INDIVIDUAL	2
3394 FRANCISCO DIAS	28 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	2
3317 João Barreto	29 Clube Desportivo do Arneiro	2
3202 Tiago Lage	30 Associação de Moradores da Atibá	2
4054 Manuel Santos	31 Jobrinde - Montes Saloios	1
3522 João Vilaverde	32 Vitória de Janes	1
3505 João Paisana	33 Vitória de Janes	1
3523 Luis Almeida	34 Vitória de Janes	1

### Escalão: F35

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3291 Mónica Moreiras	1 Associação de Moradores da Atibá	15
4020 Carmen Henriques	2 Jobrinde - Montes Saloios	13
3322 Maria Esperança	3 Clube Desportivo do Arneiro	11
4534 M <sup>a</sup> Graciete Carrico	4 Os Caracois do asfalto	10
3285 ALEXANDRA MACHADO	5 CCD Pessoal M. Cascais	9

# CASCAIS

## troféu de atletismo

4535 Eugénia Andrade	6 Os Caracois do asfalto	8
3253 CLÁUDIA BICO	7 CCD Pessoal M. Cascais	7
4028 Elsa Santiago	8 Jobrinde - Montes Saloios	6
3381 LÉNIA CARLOS	9 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	5
3529 CÁTIA BANDOLA	10 CCD Pessoal M. Cascais	4
4027 Elisabete Fonseca	11 Jobrinde - Montes Saloios	3
3331 Aissatu Danfá	12 Clube Desportivo do Arneiro	3
4762 Olga Maria Conceição Lisboa	13 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3

### Escalão: M35

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3219 Cláudio Cardoso	1 Associação de Moradores da Atibá	15
3338 Paulo Mota	2 Associação de Moradores da Atibá	13
3407 Telmo Silva	3 Associação de Moradores da Atibá	11
1611 BRUNO CARVALHO	4 Futebol Clube Recreativo do Rossão	10
3414 José Dias	5 Associação de Moradores da Atibá	9
4071 Nelson Fonseca	6 Jobrinde - Montes Saloios	8
4160 Valdeir Viana Castro	7 Jobrinde - Montes Saloios	7
2002 Rui Henriques	8 Futebol Clube Recreativo do Rossão	6
3305 Nuno Felício	9 Associação de Moradores da Atibá	5
4074 Nuno Silvestre	10 Jobrinde - Montes Saloios	4
3025 Pedro Mendes	11 Cascais Pandilha Redux	3
3391 RUI CABRAL	12 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
4052 Luís Ventura	13 Jobrinde - Montes Saloios	3
3587 ALBERTO ANDRADE	14 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3441 Fúlvio Esteves	15 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3448 Pedro Barrosa	16 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3136 SÉRGIO MONTES	17 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3275 RUBEN GONÇALVES	18 CCD Pessoal M. Cascais	3
644 João Pereira	19 Grupo Recreativo, Cultural e Desportivo de Le	3
3526 Rui Miguel Sampaio	20 Vitória de Janes	3
3151 CARLOS SOARES	21 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
4 Fernando Faria	22 Faria e Navalha	2
3053 Carlos Conceição	23 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
4532 Joaquim Rijo	24 Os Caracois do asfalto	2
4533 Paulo Pais	25 Os Caracois do asfalto	2
3131 Pedro Bargão	26 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
534 Pedro Nobre	27 Prá semana vou	2
4001 Nuno Freitas	28 Associação Aguas Livres de Caneças	2
3107 PEDRO CAMPOS	29 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
4000 José Freitas	30 Associação Aguas Livres de Caneças	2
3560 Hugo Emanuel Chaves	31 Cascais Pandilha Redux	1
3552 BRUNO VIDIGAL	32 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	1
3290 RUI SYMANIC	33 CCD Pessoal M. Cascais	1

3389 PEDRO LOPES	34 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	1
3377 JOÃO LOPES	35 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	1

### Escalão: F40

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
2003 Ana Eizabete Vieira	1 EVELX	15
3203 Carla Adro	2 Associação de Moradores da Atibá	13
3222 Joana Caldeira	3 Associação de Moradores da Atibá	11
3294 Joana Pires	4 Associação de Moradores da Atibá	10
3565 Marta Casimiro de Sá pessoa	5 Associação de Moradores da Atibá	9
3169 Isabel Mouchinho Oleiro	6 Desportivo Monte Real	8
3300 Sofia Caetano	7 Associação de Moradores da Atibá	7
3112 SUSANA FIGUEIRA	8 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6
3339 Marta Costa	9 Associação de Moradores da Atibá	5
4342 Ana Maria Leitão	10 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	4
3535 Teresa Simões	11 CCD Pessoal M. Cascais	3
3420 Ana Luísa Trindade	12 Associação de Moradores da Atibá	3
3019 Alexandra Oliveira	13 Cascais Pandilha Redux	3
3280 SARA HENRIQUES	14 CCD Pessoal M. Cascais	3
4147 Sónia Godinho	15 Jobrinde - Montes Saloios	3
4095 Sónia Costa	16 Jobrinde - Montes Saloios	3
3183 Rosa Gameiro	17 Desportivo Monte Real	3
3374 Cristina Almeida	18 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3

### Escalão: M40

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
907 José Teixeira	1 Associação Desportiva NucleOeiras - ADNO	15
577 António Pinto	2 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	13
3068 RICARDO DAMIÃO	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
3564 Pedro Galvão Marques	4 Associação de Moradores da Atibá	10
3174 João Pires	5 Desportivo Monte Real	9
3525 Nélio José Barreiro	6 Vitória de Janes	8
3022 Sérgio Ribeiro	7 Cascais Pandilha Redux	7
302 Cláudio Rocha	8 Lis Running Clube de Praticantes de Atletismo	6
125 João Rodrigues	9 Linda-a-Pastora Sporting Clube	5
3217 António Costa	10 Associação de Moradores da Atibá	4
3012 Pedro Fernandes	11 Cascais Pandilha Redux	3
3408 Sérgio Trindade	12 Associação de Moradores da Atibá	3
118 Nuno Moreira	13 Linda-a-Pastora Sporting Clube	3
3506 Luis Vale	14 Vitória de Janes	3
195 Hélio Marques	15 Ingleses Futebol Clube	3
3067 JOSÉ BORGES	16 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
1610 António Moreira	17 CAS	3
3016 Filipe Silva	18 Cascais Pandilha Redux	3

3066 PAULO SILVA	19 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4645 Ricardo Sérgio	20 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3415 Luís Lourenço	21 Associação de Moradores da Atibá	2
4312 Jorge Silva	22 ADRC Mente Traquina do Casal do Cotão	2
4100 Xavier Rosa	23 Jobrinde - Montes Saloios	2
1390 Miguel Lopes	24 99provasgratuitas team	2
4543 Jorge Monteiro	25 AutoJacinto	2
4475 Paulo Pereira	26 Rail Runners	2
4539 Mário Daniel	27 Os Caracois do asfalto	2
524 Daniel Gondar	28 Prá semana vou	2
3258 HUGO LOURENÇO	29 CCD Pessoal M. Cascais	2
3502 António Barras	30 Vitória de Janes	2
4695 Marco Nóbrega	31 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	1
4536 Jorge Condeças	32 Os Caracois do asfalto	1
3271 NUNO ALMEIDA	33 CCD Pessoal M. Cascais	1
4828 Marco Paulo Fernandes Gouveia	34 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	1
3510 Nuno Madeira	35 Vitória de Janes	1
3061 Bruno Graça	36 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1
3431 ANTÓNIO MOUTA	37 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1
3332 Joaquim Cardoso	38 Clube Desportivo do Arneiro	1
3278 RUI SOARES	39 CCD Pessoal M. Cascais	1
3393 DIOGO ALLEGRO	40 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	1
3313 Fernando Gomes	41 Clube Desportivo do Arneiro	1
3015 João Reis	42 Cascais Pandilha Redux	1
4035 Carlos Rodrigues	43 Jobrinde - Montes Saloios	1
3248 ANTÓNIO BUGALHO	44 CCD Pessoal M. Cascais	1

## Escalão: F45

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3385 Maria João Madeira	1 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	15
3220 Cristina Garcia	2 Associação de Moradores da Atibá	13
3115 MARIA SANTO	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
3223 Maria Pinto	4 Associação de Moradores da Atibá	10
4061 Maria Salete Borges	5 Jobrinde - Montes Saloios	9
4036 Célia Paiva	6 Jobrinde - Montes Saloios	8
4599 Paula Soares	7 Restaurante O Cartaxeiro - Caneças	7
589 Isabel Santos	8 FFPM Unificação	6
3259 MARIA VIEIRA	9 CCD Pessoal M. Cascais	5
4118 Isabel Barra	10 Jobrinde - Montes Saloios	4
1641 Licínia Rego	11 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	3
3100 LEONOR SILVA	12 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3162 Antónia Oleiro	13 Desportivo Monte Real	3
3261 IVONE PEREIRA	14 CCD Pessoal M. Cascais	3



# CASCAIS

## troféu de atletismo

3147 Paula Guerreiro	15 Cascais Pandilha Redux	3
4057 Maria Emídio	16 Jobrinde - Montes Saloios	3
3184 Teresa Jerónimo	17 Desportivo Monte Real	3
3536 Sónia Rocha	18 CCD Pessoal M. Cascais	3
3422 Nelaida Marquez	19 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
3134 Cristina Paiva	20 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4406 Helena Carrondo	21 União Recreativa e Cultural da Abrunheira	2

### Escalão: M45

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3404 Marco Mello	1 Associação de Moradores da Atibá	15
3043 VIRGILIO GOMES	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13
3139 PEDRO BRAVO	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
3232 Paulo Santos	4 Associação de Moradores da Atibá	10
3292 Artur Martins	5 Associação de Moradores da Atibá	9
3065 JORGE MATOS	6 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8
3101 Luís Luciano	7 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7
3188 Jaime Nunes	8 Associação de Moradores da Atibá	6
3201 Luís Pereira	9 Desportivo Monte Real	5
3173 João Marques	10 Desportivo Monte Real	4
3158 Luís Dias	11 Associação de Moradores da Atibá	3
3182 Paulo Jerónimo	12 Desportivo Monte Real	3
3193 Paulo Santos	13 Associação de Moradores da Atibá	3
723 Fernando Candeias	14 Clube Desp. Juventude de Vila Fria	3
3041 Luís Aires	15 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3212 Fernando Figueiredo	16 Associação de Moradores da Atibá	3
3273 PAULO OLIVEIRA	17 CCD Pessoal M. Cascais	3
4659 Helder Lopes	18 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3372 CARLOS GUEDES	19 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
128 Orlando Correia	20 Linda-a-Pastora Sporting Clube	3
3333 Belchior Barrocas	21 Clube Desportivo do Arneiro	2
3204 António Adro	22 Associação de Moradores da Atibá	2
3270 MÁRIO SANTOS	23 CCD Pessoal M. Cascais	2
3087 CARLOS PORTELA	24 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
3299 Miguel Palma	25 Associação de Moradores da Atibá	2
592 Edgar Trigo	26 FFPM Unificação	2
3309 Carlos Viseu	27 Clube Desportivo do Arneiro	2
3243 Francisco Garoto	28 Bladerunners	2
3224 Sérgio Marques	29 Associação de Moradores da Atibá	2
3570 David Harrison	30 Associação de Moradores da Atibá	2
3239 Rui Pinela	31 Bladerunners	1
4099 Vitor Lourenço	32 Jobrinde - Montes Saloios	1
3042 JOSÉ CASTRO	33 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1
3241 João Cruz	34 Bladerunners	1

312 Ricardo Rodrigues	35 Lis Running Clube de Praticantes de Atletismo	1
3324 Pedro Bueno	36 Clube Desportivo do Arneiro	1
3303 Luís Tomé	37 Associação de Moradores da Atibá	1
3283 ANTÓNIO VELOSO	38 CCD Pessoal M. Cascais	1
3245 ALBERTO ABREU	39 CCD Pessoal M. Cascais	1
3024 Oscar Caetano	40 Cascais Pandilha Redux	1
3287 JOÃO FARIA	41 CCD Pessoal M. Cascais	1
3532 José Patinha	42 CCD Pessoal M. Cascais	1
636 Carlos Pena	43 Grupo Recreativo, Cultural e Desportivo de Le	1
4002 João Alberto	44 Jobrinde - Montes Saloios	1
4017 Bruno Dias	45 Jobrinde - Montes Saloios	1
3400 FRANCISCO CALMEIRO	46 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1
3437 PAULO MAFRA	47 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1
3559 Pedro Chaves	48 Cascais Pandilha Redux	1
3033 Ricardo Figueiredo	49 Cascais Pandilha Redux	1

### Escalão: F50

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3298 Maria Alves	1 Associação de Moradores da Atibá	15
3226 Maria da Conceição Alves	2 Associação de Moradores da Atibá	13
4050 Lucia Nogueira	3 Jobrinde - Montes Saloios	11
4918 Natalya Marcheiva	4 Jobrinde - Montes Saloios	10
3423 HELENA ROSA	5 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	9
1065 Teresa Pereira	6 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	8
4355 Patrícia Pedro	7 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	7
4694 Emilia Borges	8 Centro de Cultura e Desporto Sintrense	6
1026 Isabel Crespo	9 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	5
3315 Francelina Silva	10 Clube Desportivo do Arneiro	4

### Escalão: M50

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3064 JOÃO GINJA	1 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15
3123 Paulo Rola	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13
3031 Jorge Rodrigues	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
3581 João Correia	4 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
3454 Miguel Correia	5 Clube Desportivo do Arneiro	9
3161 Abel Costa	6 Desportivo Monte Real	8
3079 AUGUSTO DIOGO	7 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7
3083 CARLOS MARQUES	8 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6
507 João Oliveira	9 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	5
3277 RUI VIEIRA	10 CCD Pessoal M. Cascais	4
3213 Fernando Santos	11 Associação de Moradores da Atibá	3
216 Fernando Correia	12 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	3
3263 João Pereira	13 CCD Pessoal M. Cascais	3
3403 José Correia	14 Associação de Moradores da Atibá	3

4352 Carlos Oleastro	15 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
4349 Narciso Sá	16 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3229 Mário Rodrigues	17 Associação de Moradores da Atibá	3
3295 Joaquim Ferreira	18 Associação de Moradores da Atibá	3
3445 JOSÉ CARLOS	19 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
3014 Henrique Oliveira	20 Cascais Pandilha Redux	3
3279 RUI VASQUES	21 CCD Pessoal M. Cascais	2
3037 ARTUR TAVARES	22 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
3133 JORGE PAIVA	23 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
4923 António Varela	24 Prá semana vou	2
4388 Fernando Faria	25 Ginásio Clube de Queluz	2
3132 JOSÉ OLIVEIRA	26 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
4089 Romão Augusto Moita	27 Jobrinde - Montes Saloios	2
3032 Pedro Alferes	28 Cascais Pandilha Redux	2
3375 DANIEL CONCEIÇÃO	29 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	2
3146 António Guerreiro	30 Cascais Pandilha Redux	2
3137 VIRGILIO CARLOS	31 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	1
3250 ANTÓNIO TAVARES	32 CCD Pessoal M. Cascais	1
1027 Carlos Crespo	33 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	1
3242 Carlos Cartaxo	34 Bladerunners	1

### Escalão: F55

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
4137 Mª Lurdes Henriques	1 Jobrinde - Montes Saloios	15
3096 Ilda Sousa	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13
3384 Mª CIDÁLIA OLIVEIRA	3 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	11
3165 Etelvina Paulino	4 Desportivo Monte Real	10
1029 Ana Silva	5 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	9
4010 Ana São Bento	6 Jobrinde - Montes Saloios	8

### Escalão: M55

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3413 José Heitor	1 Associação de Moradores da Atibá	15
146 João Caldeira	2 Linda-a-Pastora Sporting Clube	13
3099 JOSÉ BRITO	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
1515 António Dias	4 Echinácia-Produtos Naturais	10
4956 João Lopes	5 Associação Atlética de Pego Longo	9
3071 Almerindo Seco	6 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8
215 Carlos Santos	7 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	7
3078 ARTUR PARREIRA	8 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6
3251 ANTÓNIO PUCARIÇO	9 CCD Pessoal M. Cascais	5
3098 JOÃO CARVALHO	10 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	4
4407 Deolindo André	11 União Recreativa e Cultural da Abrunheira	3
3124 João Santos	12 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3072 JOSÉ MELO	13 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3

# CASCAIS

## troféu de atletismo

1080 Manuel Araújo	14 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	3
4272 Américo Rodrigues	15 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
588 Armindo Santos	16 FFPM Unificação	3
593 Raul Santos	17 FFPM Unificação	3
4314 Jorge Oliveira	18 ADRC Mente Traquina do Casal do Cotão	3
3412 José Oliveira	19 Associação de Moradores da Atibá	3
4693 José Borges	20 Centro de Cultura e Desporto Sintrense	3
4357 Joaquim Cruz	21 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	2
3284 JORGE JOURDAN	22 CCD Pessoal M. Cascais	2
309 Raúl Girão	23 Lis Running Clube de Praticantes de Atletismo	2
4019 Carlos Espírito Santo	24 Jobrinde - Montes Saloios	2
3334 José Santos	25 Clube Desportivo do Arneiro	2
3265 JOSÉ R. FIALHO	26 CCD Pessoal M. Cascais	2
3076 ARMINDO COUTO	27 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2
4587 Fernando Carreiro	28 Restaurante O Cartaxeiro - Caneças	2
3153 JOAQUIM GAMITO	29 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	2

### Escalão: F60

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
3272 PAULA MACHADO	1 CCD Pessoal M. Cascais	15
514 Maria Fatuda	2 Grupo Recreativo e Desportivo da Ribeira da L	13
3180 Margarida Coelho	3 Desportivo Monte Real	11
304 Helga Girão	4 Lis Running Clube de Praticantes de Atletismo	10
3424 ISABEL BARGÃO	5 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	9

### Escalão: M60

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
1734 José Piçarra	1 UAP	15
3401 João Soares	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13
3585 AUGUSTO LOPES	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
3039 HERCULANO DOMINGUES	4 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
3077 ARMINDO SANTOS	5 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9
4362 José Inocêncio	6 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	8
4046 José Mira	7 Jobrinde - Montes Saloios	7
1066 Luís Oliveira	8 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	0
4063 Mário Carvalho	9 Jobrinde - Montes Saloios	6
4366 António Coelho	10 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	5
3395 José Gouveia	11 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	4
3143 ANÍBAL FREIRE	12 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3308 Carlos Duarte	13 Clube Desportivo do Arneiro	3
3075 António Duarte	14 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
3266 JÚLIO MEIRELES	15 CCD Pessoal M. Cascais	3
3152 ISIDRO SANTOS	16 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3

# CASCAIS

## troféu de atletismo

3378 JOAQUIM BARROCAS	17 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3
3135 FERNANDO PIRES	18 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4548 Joaquim Fonseca	19 Os Super	3
3094 FERNANDO CARDOSO	20 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4049 Lénio Marinho	21 Jobrinde - Montes Saloios	3
4365 João Correia	22 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	2

### Escalão: M65

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
1312 José Almeida	1 Associação de Pára-quedistas Tejo-Norte	15
3244 João Heitor	2 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13
3085 CARLOS DUARTE	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
4637 Agostinho Cristino	4 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	10
3293 Anibal Carvalho	5 Associação de Moradores da Atibá	9
3335 José Sousa	6 Clube Desportivo do Arneiro	8
3379 JOAQUIM CARRONHA	7 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	7
3376 JOÃO DURÃO	8 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	6
3368 ANTÓNIO TEIXEIRA	9 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	5
351 António Pais	10 Associação Desportiva NucleOeiras - ADNO	4
3228 Manuel Graça	11 Associação de Moradores da Atibá	3
3178 Manuel Rosado	12 Desportivo Monte Real	3
3214 Fernando Moreira	13 Associação de Moradores da Atibá	3
3144 FRANCISCO MADEIRA	14 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3
4369 José Paulino	15 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	3
3380 JOSÉ ALLEGRO	16 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3

### Escalão: M70

Dorsal Atleta	Geral Clube	Pontos
1239 José Ferreira	1 INDIVIDUAL	15
583 Bernardino Pereira	2 Grupo Recreativo Desportivo Os Fixes	13
3084 CARLOS SIMÕES	3 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11
3040 Joaquim Neiva	4 Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10
3166 Florêncio Coelho	5 Desportivo Monte Real	9
4375 Fernando Ferreira	6 Casa do Benfica em Algueirão-Mem Martins	8
3369 ARMÉNIO SILVA	7 Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	7
972 Ilidio Torgal	8 Valejas Atletico Clube	6
3336 Francisco Teles	9 Clube Desportivo do Arneiro	5
4304 Fernando Lopes	10 Associação Desportiva Real Academia	4