

## 29º TROFÉU DE ATLETISMO DE CASCAIS 2022

### 3º Grande Prémio de Atletismo Os Galgos

#### Escalão: BENJM

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
49	FRANCISCO CARVALHO	Clube Desportivo do Arneiro	15	00:01:43	1
100	RODRIGO ABREU	Clube Desportivo do Arneiro	13	00:01:59	2
552	JOÃO MARTINS	Os Galgos	11	00:02:05	3
489	AFONSO MARTINS	Os Galgos	10	00:02:05	4
805	GASPAR ALVES	Clube Desportivo do Arneiro	9	00:02:06	5
442	MARTIM SILVA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:02:07	6
136	FRANCISCO MASCARENHAS	Associação de Moradores da Atibá	7	00:02:09	7
711	MIGUEL GARCIA	Associação de Moradores da Atibá	6	00:02:09	8
525	DUARTE CARDOSO	Os Galgos	5	00:02:09	9
654	VICENTE FRAGA	Cascais Pandilha Redux	4	00:02:11	10
166	MARTIM CAMPOS	Associação de Moradores da Atibá	3	00:02:14	11
259	ANDRÉ SILVA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:02:24	12
546	HENRIQUE RUELA	Os Galgos	3	00:02:24	13
756	SANTIAGO ALVES	Os Galgos	3	00:02:30	14

#### Escalão: BENJF

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
69	LEONOR PACHECO	Clube Desportivo do Arneiro	15	00:02:07	1
200	BRUNA SANTOS	CCD Pessoal M. Cascais	13	00:02:21	2
697	MATILDE RODRIGUES	Os Galgos	11	00:02:27	3
565	LEONOR COELHO	Os Galgos	10	00:02:32	4
769	CARMO FRAGA	Cascais Pandilha Redux	9	00:02:32	5
788	PILAR BORGES	DESPORTIVO MONTE REAL	8	00:02:39	6

#### Escalão: INFF

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
721	CAROLINA CARDIM	Fundação Salesianos	15	00:04:52	1
696	MARGARIDA RODRIGUES	Os Galgos	13	00:04:52	2
164	MARIANA TEIXEIRA	Associação de Moradores da Atibá	11	00:05:05	3
547	INÊS LOPO	Os Galgos	10	00:05:11	4
548	JOANA SERRANO	Os Galgos	9	00:05:14	5
209	DIANA VIEIRA	CCD Pessoal M. Cascais	8	00:05:25	6
434	MARIA B SILVA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7	00:05:29	7
580	MATILDE RUELA	Os Galgos	6	00:05:29	8
533	FILIPA LOPO	Os Galgos	5	00:05:53	9
372	ÁLICE ASSUNÇÃO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	4	00:06:11	10
234	MARIA INES LOURENÇO	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:06:13	11
428	LARA RODRIGUES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:06:25	12

#### Escalão: INFM

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
91	RAFAEL ALVES	Clube Desportivo do Arneiro	15	00:04:18	1
185	GABRIEL DUARTE	Lá do Bairro	13	00:04:30	2

# CASCAIS

## troféu de atletismo

82 MARTIM CARRILHO	Clube Desportivo do Arneiro	11	00:04:37	3
177 RODRIGUE VALENTIM	Associação de Moradores da Atibá	10	00:04:45	4
776 ISAAC FERNANDES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:04:47	5
775 ENZO FERNANDES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:04:50	6
249 SALVADOR SANTOS	CCD Pessoal M. Cascais	7	00:05:17	7
551 JOÃO LOPO	Os Galgos	6	00:05:20	8
732 DUARTE PARREIRA	INDIVIDUAL	5	00:05:40	9
566 LOURENÇO REIS	Os Galgos	4	00:05:44	10
744 MARTIN NOBRE	Os Galgos	3	00:06:09	11

### Escalão: INICF

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
671 MARIA MORAIS PALMELA	Fundação Salesianos	15	00:10:24	1
563 LAURA CRUZ	Os Galgos	13	00:11:11	2
444 NAIMA CANDÉ	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:12:30	3
197 BÁRBARA VIEIRA	CCD Pessoal M. Cascais	10	00:13:34	4
88 NICOLETA PUSCAS	Clube Desportivo do Arneiro	9	00:15:05	5

### Escalão: INICM

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
395 DIOGO CABRAL DE BRITO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	00:08:15	1
183 ALEXANDRE DUARTE	Lá do Bairro	13	00:08:21	2
441 MARTIM BRITO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:09:13	3
47 FRANCISCO ANTUNES	Clube Desportivo do Arneiro	10	00:09:27	4
463 RUBEN BIPATE	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:09:57	5
443 MIGUEL PIRES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:10:23	6
630 ANTÓNIO OLIVEIRA	Cascais Pandilha Redux	7	00:11:04	7
268 FILIPE SILVA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	6	00:12:30	8
664 FREDERICO FERREIRA	Fundação Salesianos	5	00:13:12	9
17 ANDRÉ GOMES	Clube Desportivo do Arneiro	4	00:15:08	10

### Escalão: JUVF

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
467 SARITA NELSON NANJÁ	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	00:18:20	1
534 FILIPA SOUSA	Os Galgos	13	00:21:05	2
660 CAROLINA CHAPA	Fundação Salesianos	11	00:22:25	3
601 REBECA CARDOSO	Os Galgos	10	00:24:45	4

### Escalão: JUVM

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
761 EDGAR SANCA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	00:14:20	1
646 PEDRO OLIVEIRA	Cascais Pandilha Redux	13	00:14:58	2
137 GUILHERME BRITO	Associação de Moradores da Atibá	11	00:15:47	3

### Escalão: JUNF

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
681 BEATRIZ SANTOS	Os Galgos	15	00:19:01	1
123 BEATRIZ PAIVA	Associação de Moradores da Atibá	13	00:23:45	2

# CASCAIS

## troféu de atletismo

68 LEONOR CARDOSO	Clube Desportivo do Arneiro	11	00:32:35	3
55 INES CARRILHO	Clube Desportivo do Arneiro	10	00:33:35	4
138 HELENA FONSECA	Associação de Moradores da Atibá	9	00:34:25	5

### Escalão: JUNM

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
693 LOURENÇO FERREIRA	INDIVIDUAL	15	00:27:40	1
89 PAULO BARROCAS	Clube Desportivo do Arneiro	13	00:32:02	2
811 ALEXANDRE COSTA	Associação de Moradores da Atibá	11	00:34:45	3
19 ANTON PUSCAS	Clube Desportivo do Arneiro	10	00:38:22	4
125 CARLOS SILVA	Associação de Moradores da Atibá	9	00:42:22	5
787 LEANDRO COELHO	Associação de Moradores da Atibá	8	00:43:41	6
695 GUILHERME SILVA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7	00:55:31	7
403 FLAVIO BIPATE	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6	00:59:10	8

### Escalão: SUB23F

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
15 ANA POMBO	Clube Desportivo do Arneiro	15	00:21:57	1
45 FILIPA MELO	Clube Desportivo do Arneiro	13	00:22:03	2

### Escalão: SUB23M

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
556 JOÃO SANTOS	Os Galgos	15	00:30:02	1
478 TIAGO PIRES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	00:31:37	2
753 RAFAEL ALEXANDRE	Associação de Moradores da Atibá	11	00:35:28	3
131 DINIS CUNHA	Associação de Moradores da Atibá	10	00:35:39	4
37 DENIS MUNTEAN	Clube Desportivo do Arneiro	9	00:38:15	5
85 MIGUEL PARREIRA	Clube Desportivo do Arneiro	8	00:39:55	6
132 DIOGO FIGUEIREDO	Associação de Moradores da Atibá	7	00:46:45	7

### Escalão: SENF

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
374 ANA ROLA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	00:17:00	1
672 MARISA LUZ	Fundação Salesianos	13	00:18:26	2
784 Ana Alves	CCD Pessoal M. Cascais	11	00:20:00	3
376 ANDREIA BAIÓIA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10	00:20:07	4
650 RITA GUERREIRO	Cascais Pandilha Redux	9	00:20:30	5
341 LILIANA CORREIA	DESPORTIVO MONTE REAL	8	00:20:50	6
175 RENATA FERREIRA	Associação de Moradores da Atibá	7	00:21:02	7
370 VANESSA LIMA	Vitória de Janes	6	00:21:05	8
577 MARTA MARQUES	Os Galgos	5	00:21:06	9
677 SOFIA OLIVEIRA	Fundação Salesianos	4	00:21:07	10
326 DANIELA TAVARES	DESPORTIVO MONTE REAL	3	00:23:54	11

### Escalão: SENM

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
323 BRUNO SABIDO	DESPORTIVO MONTE REAL	15	00:27:18	1
355 VITOR HUGO	DESPORTIVO MONTE REAL	13	00:29:19	2
151 JOSÉ FERREIRA	Associação de Moradores da Atibá	11	00:29:39	3

# CASCAIS

## troféu de atletismo

396 DUARTE BRITO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10	00:30:19	4
178 RUI LUCAS	Associação de Moradores da Atibá	9	00:31:26	5
266 FÁBIO DOMINGOS	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	8	00:31:53	6
404 FRANCISCO LAFUENTE	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7	00:33:34	7
812 JOÃO MADALENO	Associação de Moradores da Atibá	6	00:34:12	8
245 RUI BRÁS	CCD Pessoal M. Cascais	5	00:34:18	9
149 JORGE BARRADAS	Associação de Moradores da Atibá	4	00:34:26	10
345 MIGUEL COSTA	DESPORTIVO MONTE REAL	3	00:35:31	11
689 CARLOS MANUEL	DESPORTIVO MONTE REAL	3	00:36:03	12
501 ANTÓNIO AMARO	Os Galgos	3	00:37:45	13
359 BERNARDO VENÂNCIO	Vitória de Janes	3	00:37:46	14
210 DIOGO HENRIQUES	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:38:13	15
318 TIAGO SANTOS	RUNNING CLUB SANTA CASA	3	00:38:28	16
611 RUI TORRES	Os Galgos	3	00:39:32	17
407 FREDERICO MADEIRA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:40:30	18
668 JOÃO OLIVEIRA	Fundação Salesianos	3	00:41:12	19
800 PEDRO LOPES	Os Galgos	3	00:42:19	20
743 DIOGO CARVALHO	Os Galgos	2	00:42:25	21
803 DUARTE RIBEIRO	Vitória de Janes	2	00:43:05	22
802 CARLOS MARTINS	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	2	00:43:42	23
198 BERNARDO FERNANDES	CCD Pessoal M. Cascais	2	00:44:45	24
360 GONÇALO PALMA	Vitória de Janes	2	00:45:30	25
690 BRUNO FERREIRA	INDIVIDUAL	2	00:50:12	26

### Escalão: F35

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
189 ANA ISABEL BRÁS	CCD Pessoal M. Cascais	15	00:16:41	1
96 RITA ANTUNES	Clube Desportivo do Arneiro	13	00:17:17	2
186 STEPHANIE DA COSTA	Lá do Bairro	11	00:18:23	3
394 DIANA RIBEIRO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10	00:19:00	4
476 SUSANA PIFANO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:19:05	5
617 SORAIA CARIMO	Os Galgos	7	00:19:19	6
666 INÊS FARINHA	Fundação Salesianos	8	00:19:19	7
665 INÊS RAIMUNDO	Fundação Salesianos	6	00:19:24	8
168 MÓNICA TEIXEIRA	Associação de Moradores da Atibá	5	00:20:47	9
692 LILIANE RUGE	INDIVIDUAL	4	00:20:56	10

### Escalão: M35

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
157 MANUEL MASCARENHAS	Associação de Moradores da Atibá	15	00:29:03	1
712 NELSON GRAÇA	Associação de Moradores da Atibá	13	00:30:00	2
470 SIMÃO SEIÇA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:31:33	3
658 BRUNO MARTINS	Fundação Salesianos	10	00:33:05	4
458 PEDRO RODRIGUES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:33:27	5
135 FILIPE HEITOR	Associação de Moradores da Atibá	8	00:35:31	6
511 BERNARDINO ABREU	Os Galgos	7	00:36:04	7
365 LUIS ALMEIDA	Vitória de Janes	6	00:37:37	8
749 NUNO VALENTIM	Associação de Moradores da Atibá	5	00:37:55	9

# CASCAIS

## troféu de atletismo

361 JOÃO VILAVERDE	Vitória de Janes	4	00:39:50	10
707 RICARDO CORTES	Clube Desportivo do Arneiro	3	00:40:22	11
708 RUI NUNES	Clube Desportivo do Arneiro	3	00:41:23	12
597 PEDRO MARIANO	Os Galgos	3	00:55:04	13

### Escalão: F40

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
460	REBECA BRANCO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	00:15:40	1
473	SOFIA ROQUETE	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	00:16:22	2
410	HELENA MADEIRA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:17:21	3
81	MARISA COSTA ABREU	Clube Desportivo do Arneiro	10	00:17:51	4
574	MARISA RODRIGUES	Os Galgos	9	00:17:56	5
678	VERA ALMEIDA	Fundação Salesianos	9	00:17:58	6
662	ELISABETE AMORIM	Fundação Salesianos	8	00:19:20	7
188	ALEXANDRA MACHADO	CCD Pessoal M. Cascais	7	00:19:26	8
624	VANESSA ALVES	Os Galgos	6	00:19:51	9
446	PATRÍCIA LUZ	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	5	00:20:27	10
661	DAISY PEREIRA	Fundação Salesianos	4	00:21:28	11
688	NADEZDA DUARTE	Lá do Bairro	3	00:21:34	12
734	HELENA SILVA	INDIVIDUAL	3	00:23:13	13
613	SANDRA RODRIGUES	Os Galgos	3	00:23:34	14
576	MARTA CUNHA	Os Galgos	3	00:25:05	15
103	RUTE CARRILHO	Clube Desportivo do Arneiro	3	00:27:51	16

### Escalão: M40

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
607	RUI ALVES	Os Galgos	15	00:27:46	1
150	JOSÉ DIAS	Associação de Moradores da Atibá	13	00:30:52	2
694	RUI TAVARES	INDIVIDUAL	11	00:32:29	3
587	NUNO LINO	Os Galgos	10	00:32:35	4
583	NELSON DIOGO	Os Galgos	9	00:33:57	5
127	CLAUDIO CARDOSO	Associação de Moradores da Atibá	8	00:35:22	6
173	PEDRO MARQUES	Associação de Moradores da Atibá	7	00:35:31	7
393	DAVID BOTELHO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6	00:36:14	8
599	RAFAEL RODRIGUES	Os Galgos	5	00:36:37	9
409	HÉLDER SANTOS	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	4	00:37:25	10
669	JORGE FERREIRA	Fundação Salesianos	3	00:37:31	11
244	RUBÉN GONÇALVES	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:37:44	12
174	RAMIRO MADUREIRA	Associação de Moradores da Atibá	3	00:38:09	13
454	PEDRO CAMPOS	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:38:35	14
258	ANDRÉ CARRONHA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:38:49	15
586	NUNO CAVALEIRO	Os Galgos	3	00:38:59	16
584	NICOLAE STRATULAT	Os Galgos	3	00:40:28	17
591	OSVALDO PINHO	Os Galgos	3	00:40:52	18
201	BRUNO SANTOS	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:41:24	19

# CASCAIS

## troféu de atletismo

### Escalão: F45

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
351	SONIA PALMELA	DESPORTIVO MONTE REAL	15	00:16:47	1
783	OLGA PECURTO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	00:16:55	2
141	JOANA CALDEIRA	Associação de Moradores da Atibá	11	00:17:19	3
148	JOCELINE ANTUNES	Associação de Moradores da Atibá	10	00:18:15	4
235	MARIA JOSÉ POLICARPO	CCD Pessoal M. Cascais	9	00:18:40	5
592	PATRICIA MONTEIRO	Os Galgos	8	00:19:41	6
531	FERNANDA MARQUES	Os Galgos	7	00:19:45	7
475	SUSANA FIGUEIRA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	6	00:20:01	8
627	ALEXANDRA CHAVES	Cascais Pandilha Redux	5	00:20:33	9
435	MARIA BICA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	4	00:20:38	10
523	DEOLINDA SERRANO	Os Galgos	3	00:20:55	11
655	ANA CUNHA	Fundação Salesianos	3	00:21:09	12
202	CARLA DESTAPADO	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:21:17	13
238	PAULA DRUMMOND DO VALLE	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:21:38	14
291	RITA SOARES	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:21:42	15
493	ANA PEREIRA	Os Galgos	3	00:22:10	16
93	RALUCA MARTINS	Clube Desportivo do Arneiro	3	00:22:11	17
790	ANA ALVES	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:23:16	18
582	MÓNICA SOUSA	Os Galgos	3	00:24:07	19
397	ELISABETE ROUXINOL	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:24:32	20
618	SUSANA MORAIS	Os Galgos	2	00:25:44	21
283	MARIA JOÃO MOURA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	2	00:26:06	22
251	SARA HENRIQUES	CCD Pessoal M. Cascais	2	00:26:13	23
99	RITA PEREIRA	Clube Desportivo do Arneiro	2	00:29:49	24

### Escalão: M45

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
339	JOÃO PIRES	DESPORTIVO MONTE REAL	15	00:28:24	1
120	ANTÓNIO PINTO	Associação de Moradores da Atibá	13	00:29:08	2
154	LUIS GARCIA	Associação de Moradores da Atibá	11	00:29:10	3
170	PAULO MOTA	Associação de Moradores da Atibá	10	00:29:33	4
389	CARLOS ROUXINOL	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:31:40	5
380	ANTÓNIO JANEIRO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:31:48	6
560	JOSÉ DUARTE	Os Galgos	7	00:32:20	7
496	ANDRÉ COELHO	Os Galgos	6	00:32:29	8
595	PEDRO CARDOSO	Os Galgos	5	00:32:58	9
128	CLÉLIO CUNHA	Associação de Moradores da Atibá	4	00:33:37	10
573	MÁRINHO M	Os Galgos	3	00:33:49	11
596	PEDRO GONÇALVES	Os Galgos	3	00:34:21	12
102	RUI ALVES	Clube Desportivo do Arneiro	3	00:35:32	13
652	SERGIO RIBEIRO	Cascais Pandilha Redux	3	00:37:22	14
314	RUI ANTUNES	RUNNING CLUB SANTA CASA	3	00:38:38	15
388	CARLOS FIALHO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:40:25	16
553	JOÃO MATIAS	Os Galgos	3	00:40:34	17
589	NUNO OLHO AZUL	Os Galgos	3	00:40:41	18

# CASCAIS

## troféu de atletismo

213 HUGO LOURENCO	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:40:45	19
119 ANTÓNIO COSTA	Associação de Moradores da Atibá	3	00:41:40	20
512 CALÚ CARDOSO	Os Galgos	2	00:43:58	21
807 JAIME SILVA	Os Galgos	2	00:44:45	22
809 NELSON GIL	Os Galgos	2	00:44:45	23
358 ANTONINO BARRAS	Vitória de Janes	2	00:45:30	24
634 FREDERICO FRAGA	Cascais Pandilha Redux	2	00:45:49	25
29 CARLOS MELO	Clube Desportivo do Arneiro	2	00:45:54	26
505 ANTÓNIO PINHEIRO	Os Galgos	2	00:47:10	27

### Escalão: F50

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
282 MARIA JOÃO MADEIRA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	15	00:16:11	1
129 CRISTINA GARCIA	Associação de Moradores da Atibá	13	00:16:29	2
490 ALDINA MARQUES	Os Galgos	11	00:17:41	3
616 SÓNIA PINTO	Os Galgos	10	00:18:31	4
667 ISABEL MOREIRA	Fundação Salesianos	9	00:19:38	5
214 ISABEL VIEIRA	CCD Pessoal M. Cascais	8	00:20:46	6
656 ANA SILVA	Fundação Salesianos	7	00:21:12	7
642 PAULA GUERREIRO	Cascais Pandilha Redux	6	00:21:45	8
286 NELAIDA MARQUEZ	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	5	00:21:51	9
278 LEONOR ANTUNES	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	4	00:22:51	10
353 TERESA RODRIGUES	DESPORTIVO MONTE REAL	3	00:23:04	11
352 TERESA JERÓNIMO	DESPORTIVO MONTE REAL	3	00:23:07	12
392 CRISTINA PAIVA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:23:57	13
350 ROSA GAMEIRO	DESPORTIVO MONTE REAL	3	00:24:19	14
253 SÓNIA ROCHA	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:26:16	15
495 ANA SILVESTRE	Os Galgos	3	00:26:53	16

### Escalão: M50

Dorsal Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
562 JOSÉ SANTOS	Os Galgos	15	00:28:27	1
483 VIRGÍLIO GOMES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	00:28:56	2
452 PAULO SILVA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:29:31	3
590 NUNO RUELA	Os Galgos	10	00:30:07	4
569 LUIS NOGUEIRA	Os Galgos	9	00:31:50	5
285 MIGUEL SOUSA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	8	00:32:48	6
324 CAMILO TARMAHOMED	DESPORTIVO MONTE REAL	7	00:32:53	7
139 HENRIQUE COELHO	Associação de Moradores da Atibá	6	00:33:36	8
301 CRISTIANO PAES	RUNNING CLUB SANTA CASA	5	00:33:39	9
528 ERNESTO PEREIRA	Os Galgos	4	00:33:45	10
509 ARTUR CARVALHO	Os Galgos	3	00:34:13	11
240 PAULO OLIVEIRA	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:34:37	12
133 FERNANDO FIGUEIREDO	Associação de Moradores da Atibá	3	00:35:25	13
406 FRANCISCO SILVEIRA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	3	00:36:00	14
806 CARLOS RAVEIRA	Os Galgos	3	00:36:50	15
261 CAMILO VIEIRA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:37:52	16
674 PEDRO VICENTE	Fundação Salesianos	3	00:38:05	17

# CASCAIS

## troféu de atletismo

203 CARLOS LOURENÇO	CCD Pessoal M. Cascais	3	<b>00:38:18</b>	18
537 FRANCISCO CAPITÃO	Os Galgos	3	<b>00:38:25</b>	19
231 MANUEL MARTINS	CCD Pessoal M. Cascais	3	<b>00:39:42</b>	20
220 JOÃO FARIA	CCD Pessoal M. Cascais	2	<b>00:39:58</b>	21
169 NUNO SILVA	Associação de Moradores da Atibá	2	<b>00:40:37</b>	22
594 PAULO FIGUEIRAS	Os Galgos	2	<b>00:40:40</b>	23
179 SÉRGIO FERREIRA	Associação de Moradores da Atibá	2	<b>00:41:29</b>	24
63 JOAQUIM CARDOSO	Clube Desportivo do Arneiro	2	<b>00:41:49</b>	25
290 RICARDO SILVA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	2	<b>00:43:48</b>	26
641 OSCAR CAETANO	Cascais Pandilha Redux	2	<b>00:45:53</b>	27
513 CARLOS GARCIA	Os Galgos	2	<b>00:46:05</b>	28
192 ANTÓNIO BALEIZÃO	CCD Pessoal M. Cascais	2	<b>00:48:22</b>	29
236 NUNO ALMEIDA	CCD Pessoal M. Cascais	2	<b>00:51:53</b>	30

### Escalão: F55

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
438	MARIA LUISA SANTO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	<b>00:17:28</b>	1
492	ANA CRISTINA LOPES	Os Galgos	13	<b>00:20:47</b>	2
269	HELENA ROSA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	11	<b>00:22:05</b>	3
21	ARLINDA OLIVEIRA	Clube Desportivo do Arneiro	10	<b>00:23:03</b>	4
216	IVONE PEREIRA	CCD Pessoal M. Cascais	9	<b>00:29:02</b>	5

### Escalão: M55

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
451	PAULO ROLA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	<b>00:29:29</b>	1
425	JOSÉ JARMELA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	<b>00:29:41</b>	2
420	JORGE RODRIGUES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	<b>00:30:16</b>	3
320	ABEL COSTA	DESPORTIVO MONTE REAL	10	<b>00:32:35</b>	4
248	RUI VIEIRA	CCD Pessoal M. Cascais	9	<b>00:34:33</b>	5
130	DAVID HARRISON	Associação de Moradores da Atibá	8	<b>00:34:55</b>	6
419	JORGE PAIVA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	7	<b>00:37:29</b>	7
635	HENRIQUE OLIVEIRA	Cascais Pandilha Redux	6	<b>00:37:58</b>	8
247	RUI VASQUES	CCD Pessoal M. Cascais	5	<b>00:39:42</b>	9
65	JOSÉ MAIO	Clube Desportivo do Arneiro	4	<b>00:40:43</b>	10
187	ALBERTO ABREU	CCD Pessoal M. Cascais	3	<b>00:40:57</b>	11
147	JOAQUIM FERREIRA	Associação de Moradores da Atibá	3	<b>00:41:09</b>	12
657	ANTÓNIO OLIVEIRA	Fundação Salesianos	3	<b>00:44:56</b>	13
628	ANTÓNIO GUERREIRO	Cascais Pandilha Redux	3	<b>00:50:25</b>	14

### Escalão: F60

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
239	PAULA MACHADO	CCD Pessoal M. Cascais	15	<b>00:19:22</b>	1
309	MARIA (GABY)	RUNNING CLUB SANTA CASA	13	<b>00:21:09</b>	2
343	MARGARIDA COELHO	DESPORTIVO MONTE REAL	11	<b>00:21:37</b>	3
413	ILDA SOUSA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10	<b>00:22:44</b>	4
331	ETELVINA PAULINO	DESPORTIVO MONTE REAL	9	<b>00:25:57</b>	5



### Escalão: M60

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
152	JOSÉ HEITOR	Associação de Moradores da Atibá	15	00:14:42	1
529	EURICO NICHÓ	Os Galgos	13	00:15:07	2
416	JOÃO SANTOS	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:15:26	3
422	JOSÉ BRITO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10	00:16:08	4
426	JOSÉ JOAQUIM DIAS	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:16:12	5
459	RAUL RODRIGUES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:16:33	6
364	LUCIANO GONÇALVES	Vitória de Janes	7	00:16:42	7
659	BRUNO RICARDO	Fundação Salesianos	6	00:17:10	8
629	ANTÓNIO MARQUES	Cascais Pandilha Redux	5	00:17:26	9
275	JOAQUIM ROSA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	4	00:17:34	10
276	JOSÉ CARLOS	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:17:59	11
229	LUÍS REIS	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:18:23	12
256	ALEXANDRE FERREIRA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	3	00:19:40	13
785	JOAO CASQUEIRO	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:21:36	14
224	JOSÉ FIALHO	CCD Pessoal M. Cascais	3	00:26:36	15

### Escalão: M65

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
412	HERCULANO DOMINGUES	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	15	00:17:17	1
448	PAULINO PACHECO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	00:17:53	2
758	FERNANDO GONÇALVES	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	11	00:18:16	3
768	JOAQUIM FERREIRA	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	10	00:18:58	4
193	ANTÓNIO HORTA	CCD Pessoal M. Cascais	9	00:19:23	5
378	ANÍBAL FREIRE	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:20:14	6
280	MANUEL DAVID	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	7	00:22:08	7

### Escalão: M70

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
736	JOSE SAPO	INDIVIDUAL	15	00:17:28	1
421	JOSÉ BRANCO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	13	00:19:14	2
226	JÚLIO MEIRELES	CCD Pessoal M. Cascais	11	00:19:30	3
273	JOAQUIM BARROCAS	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	10	00:20:05	4
398	FERNANDO CARDOSO	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	9	00:22:39	5
717	MÁRIO BARRADA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	8	00:22:55	6

### Escalão: M75

Dorsal	Atleta	Clube	Pontos	Tempo	P Escalao
704	MANUEL GRAÇA	INDIVIDUAL	15	00:20:18	1
504	ANTÓNIO MONTEIRO	Os Galgos	13	00:21:16	2
405	FRANCISCO MADEIRA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	11	00:21:49	3
418	JOAQUIM OLIVEIRA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	10	00:22:15	4
335	FLORÊNCIO COELHO	DESPORTIVO MONTE REAL	9	00:23:12	5
272	JOÃO RAPOSO	Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais	8	00:25:43	6