

# Palmela Run 2019

22 de Junho de 2019

## Resultados - 12 km · 4 páginas

Pos.	Dorsal	Nome e apelido	Equipa	Sexo	Tempo	Diferença	Ritmo	Por cat.
1	294	João Bragadeste		M	53:26,207	-	04:27	1º Sen M
2	290	Paulo Gomes	inspira atitude	M	56:03,345	+ 2:37.138	04:40	1º M40
3	85	Paulo Ferreira	Pinhal Novo a Correr	M	57:58,014	+ 4:31.807	04:50	1º M45
4	196	Bruno Torres	Limited Edition	M	58:24,036	+ 4:57.829	04:52	2º Sen M
5	263	Rogério Costa	VITÓRIA FC Trail Running	M	59:00,912	+ 5:34.705	04:55	2º M40
6	279	Ricardo Parada	Zimbra Fox Runners	M	1:00:33,322	+ 7:07.115	05:03	3º Sen M
7	117	Manuel Martins	Pinhal Novo a Correr	M	1:01:29,998	+ 8:03.791	05:07	4º Sen M
8	217	Eduardo Lourenço	CCM Trail	M	1:02:55,310	+ 9:29.103	05:14	1º M50
9	101	Nuno Oliveira	Os Coxos e o Miguel	M	1:03:53,955	+ 10:27.748	05:19	3º M40
10	12	Miguel Sobral	Associação GD Academia do Korpo	M	1:03:54,045	+ 10:27.838	05:19	4º M40
11	118	Godinho Ramos	Pinhal Novo a Correr	M	1:04:16,619	+ 10:50.412	05:22	5º M40
12	164	Joaquim Dias		M	1:04:25,070	+ 10:58.863	05:22	2º M45
13	162	Ricardo Lobo	A Natureza Ensina	M	1:04:27,930	+ 11:01.723	05:22	3º M45
14	152	Fabio Gomes	Lebres de Domingo	M	1:04:37,737	+ 11:11.530	05:23	5º Sen M
15	57	Jorge Soares	Abutres Trail Running School	M	1:04:51,886	+ 11:25.679	05:24	1º M S23
16	38	Pedro Pascoal	Arrábida Obstacle Runners	M	1:05:26,670	+ 12:00.463	05:27	6º M40
17	260	Luis Rosado	Trail Do Texugo - Núcleo Andebol De Redondo	M	1:05:29,981	+ 12:03.774	05:28	7º M40
18	281	Rui Miguel	Run Crew Trail Montijo	M	1:05:44,552	+ 12:18.345	05:29	4º M45
19	286	Nuno Henriques	Grupo Desportivo Santander Totta	M	1:05:58,545	+ 12:32.338	05:30	8º M40
20	107	Henrique Pereira	Os Coxos e o Miguel	M	1:06:12,325	+ 12:46.118	05:31	6º Sen M
21	10	Paulo Sousa	Outdoor Clube de Setúbal - Strendure Running Team	M	1:06:51,886	+ 13:25.679	05:34	9º M40
22	3	João Paulino	Volkswagen Autoeuropa	M	1:06:59,716	+ 13:33.509	05:35	1º M55
23	253	João Ayres	VITÓRIA FC Trail Running	M	1:07:18,644	+ 13:52.437	05:37	2º M S23
24	102	Vítor Bragança	Os Coxos e o Miguel	M	1:07:26,878	+ 14:00.671	05:37	5º M45
25	131	Pedro Basso	Os Coxos e o Miguel	M	1:07:39,410	+ 14:13.203	05:38	6º M45
26	185	Ruben Rechena	Kangaroo Runners	M	1:07:46,648	+ 14:20.441	05:39	7º Sen M
27	215	Daniel Simoes	Pathfinders Trail Team	M	1:08:25,884	+ 14:59.677	05:42	8º Sen M
28	106	Paulo Patrício	Grupo Barraqueiro	M	1:08:37,991	+ 15:11.784	05:43	9º Sen M
29	242	Joao Simão		M	1:09:09,725	+ 15:43.518	05:46	3º M S23
30	51	Ricardo Silva		M	1:09:13,819	+ 15:47.612	05:46	10º Sen M
31	73	António Silva	Pinhal Novo a Correr	M	1:09:17,776	+ 15:51.569	05:46	7º M45
32	17	Carlos Batista		M	1:09:21,029	+ 15:54.822	05:47	8º M45
33	155	Mário Pinheiro	Os Coxos e o Miguel	M	1:09:32,529	+ 16:06.322	05:47	9º M45
34	31	Pedro Sousa	Palmelense F.C.	M	1:10:09,373	+ 16:43.166	05:51	1º M60
35	225	Jorge Gonçalves	A broca ferragens	M	1:10:25,759	+ 16:59.552	05:52	2º M50
36	36	João Gonçalves	SIMECQ	M	1:10:49,882	+ 17:23.675	05:54	11º Sen M
37	119	Silvério Correia	Grupo Desportivo Santander Totta	M	1:11:05,620	+ 17:39.413	05:55	3º M50
38	121	João Palmela	Boavista Trail	M	1:11:15,338	+ 17:49.131	05:56	12º Sen M
39	200	Eduardo Salvador	Arrábida Obstacle Runners	M	1:11:40,917	+ 18:14.710	05:58	13º Sen M
40	105	Carlos Coelho		M	1:11:50,554	+ 18:24.347	05:59	14º Sen M
41	171	José Garcia	Casa do Benfica de Moura	M	1:11:57,537	+ 18:31.330	06:00	4º M S23
42	199	Tiago Bolegas	NAFCS	M	1:12:09,933	+ 18:43.726	06:01	15º Sen M
43	208	João Faria	Outdoor Clube de Setúbal - Strendure Running Team	M	1:12:13,919	+ 18:47.712	06:01	10º M40
44	56	Antonio Soares	OPraticante.pt	M	1:12:33,969	+ 19:07.762	06:03	4º M50
45	134	José Aragão	Salamandrecos	M	1:13:23,204	+ 19:56.997	06:07	2º M55
46	176	Jorge Curto	Os Coxos e o Miguel	M	1:13:25,284	+ 19:59.077	06:07	11º M40
47	147	Bruno Jota		M	1:13:26,143	+ 19:59.936	06:07	16º Sen M
48	72	Artur Cardeira	Pinhal Novo a Correr	M	1:13:31,440	+ 20:05.233	06:08	5º M50
49	69	Carlos Oliveira	Pinhal Novo a Correr	M	1:13:32,203	+ 20:05.996	06:08	12º M40
50	252	Francisco Calvo	VITÓRIA FC Trail Running	M	1:13:40,788	+ 20:14.581	06:08	3º M55
51	6	Pedro Cardoso	LIBRe	M	1:13:49,668	+ 20:23.461	06:09	13º M40
52	98	Afonso Verissimo	AMCF - Arrábida Trail Team	M	1:13:54,346	+ 20:28.139	06:10	5º M S23
53	113	Malvina Gomes	Grils on Running	F	1:14:00,425	+ 20:34.218	06:10	1º F40
54	142	Ricardo Nobre	SIMECQ	M	1:14:27,291	+ 21:01.084	06:12	17º Sen M
55	108	Vitor Martins	Moita Running	M	1:14:37,022	+ 21:10.815	06:13	4º M55
56	90	Dário Nobre		M	1:14:40,175	+ 21:13.968	06:13	18º Sen M
57	254	Carla Santos	Zimbra Fox Runners	F	1:14:40,898	+ 21:14.691	06:13	2º F40
58	127	Florival Lucas	Os Coxos e o Miguel	M	1:14:51,396	+ 21:25.189	06:14	5º M55
59	62	Mário Moita	Pinhal Novo a Correr	M	1:14:53,563	+ 21:27.356	06:14	10º M45
60	15	Ana Mourato	CASA BENFICA SEIXAL	F	1:14:57,725	+ 21:31.518	06:15	3º F40
61	114	Orlindo Figueirido	Serviços Sociais C.G.D.	M	1:15:09,801	+ 21:43.594	06:16	2º M60
62	210	Sérgio Sebastião	Pathfinders Trail Team	M	1:15:25,570	+ 21:59.363	06:17	14º M40
63	266	Rui Soares		M	1:15:53,557	+ 22:27.350	06:19	19º Sen M
64	2	Luis Calha	CMPalmela	M	1:16:02,216	+ 22:36.009	06:20	6º M50
65	268	João Ventura	Palmela Team	M	1:16:07,091	+ 22:40.884	06:20	15º M40
66	42	Armando Camolas	Horn Team	M	1:16:10,608	+ 22:44.401	06:21	16º M40
67	41	Miguel Oliveira	Horn Team	M	1:16:10,905	+ 22:44.698	06:21	20º Sen M
68	96	Cristina Frota	Outdoor Clube de Setúbal - Strendure Running Team	F	1:16:19,486	+ 22:53.279	06:22	1º Sen F
69	156	Antonio Janelas		M	1:16:32,485	+ 23:06.278	06:23	6º M55
70	50	Jorge Vaz	CABARÉ DOS COXOS	M	1:16:43,686	+ 23:17.479	06:23	11º M45
71	32	Miguel Jacob	BRRnightRUNNERS	M	1:16:51,995	+ 23:25.788	06:24	21º Sen M

Pos.	Dorsal	Nome e apelido	Equipa	Sexo	Tempo	Diferença	Ritmo	Por cat.
72	187	Fernando Nascimento	Tãlentos Team	M	1:16:54,036	+ 23:27.829	06:25	7º M50
73	202	Luís Gonçalves	G.D.R. São Francisco da Serra	M	1:17:00,065	+ 23:33.858	06:25	17º M40
74	45	Maikel Varela		M	1:17:01,885	+ 23:35.678	06:25	22º Sen M
75	285	tania Reis	♀ Zimbra Fox Runners	F	1:17:06,840	+ 23:40.633	06:25	2º Sen F
76	83	Márcia Santos	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:17:11,240	+ 23:45.033	06:26	3º Sen F
77	122	João Santana		M	1:17:26,732	+ 24:00.525	06:27	23º Sen M
78	48	André Guerreiro		M	1:17:32,424	+ 24:06.217	06:28	24º Sen M
79	198	Bruno Futre		M	1:17:39,346	+ 24:13.139	06:28	18º M40
80	182	David Monteiro		M	1:17:49,467	+ 24:23.260	06:29	25º Sen M
81	259	Jose Silva	Os Pardais	M	1:18:10,523	+ 24:44.316	06:31	8º M50
82	124	Alexandre Jorge		M	1:18:21,150	+ 24:54.943	06:32	19º M40
83	25	Pedro Vara		M	1:18:24,087	+ 24:57.880	06:32	26º Sen M
84	138	Robert Vedrasco		M	1:18:32,975	+ 25:06.768	06:32	6º M S23
85	71	Paulo Pinto	Pinhal Novo a Correr	M	1:18:38,859	+ 25:12.652	06:33	12º M45
86	179	Francisco Furaio		M	1:18:43,560	+ 25:17.353	06:34	27º Sen M
87	239	Sérgio Mónica	COALA	M	1:18:45,675	+ 25:19.468	06:34	13º M45
88	256	Antonio Viegas		M	1:19:00,073	+ 25:33.866	06:35	3º M60
89	241	Paulo Silva	Outdoor Clube de Setúbal - Strendure Running Team	M	1:19:00,756	+ 25:34.549	06:35	28º Sen M
90	144	Nuno Galvão	SIMECQ	M	1:19:04,112	+ 25:37.905	06:35	7º M55
91	13	Delfim Pratas	BRRnightRUNNERS	M	1:19:05,776	+ 25:39.569	06:35	9º M50
92	219	Tiago Ezequiel	Zimbra Fox Runners	M	1:19:10,130	+ 25:43.923	06:36	20º M40
93	169	Olga Araújo	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:19:13,278	+ 25:47.071	06:36	4º Sen F
94	230	Tânia Freitas	♀ FitRunners	F	1:19:18,969	+ 25:52.762	06:37	5º Sen F
95	52	Rui Correia		M	1:19:53,202	+ 26:26.995	06:40	14º M45
96	22	Miguel Marques	Palmelense F.C.	M	1:19:53,253	+ 26:27.046	06:40	21º M40
97	9	Rodolfo Vale	Salta Carrascos	M	1:19:53,402	+ 26:27.195	06:40	15º M45
98	180	Luís Fernandes		M	1:20:04,764	+ 26:38.557	06:40	16º M45
99	40	Paula Jorge	♀ CASA BENFICA SEIXAL	F	1:20:05,767	+ 26:39.560	06:40	4º F40
100	109	Sergio Dores	Os Coxos e o Miguel	M	1:20:07,329	+ 26:41.122	06:41	22º M40
101	174	Filipe Amorim		M	1:20:09,895	+ 26:43.688	06:41	23º M40
102	227	Rui Lóio	Volkswagen Autoeuropa	M	1:20:14,818	+ 26:48.611	06:41	10º M50
103	137	Cândido Poças	FIDELIDADE GDC	M	1:20:23,952	+ 26:57.745	06:42	17º M45
104	123	Marcio Lemos		M	1:20:44,581	+ 27:18.374	06:44	29º Sen M
105	4	Marco Campaniço	Volkswagen Autoeuropa	M	1:20:54,124	+ 27:27.917	06:44	30º Sen M
106	21	Ricardo Capelo	Clube Cimpor	M	1:20:55,688	+ 27:29.481	06:44	31º Sen M
107	46	Telmo Freire	Álamo Road&Trail Team	M	1:20:55,818	+ 27:29.611	06:44	32º Sen M
108	233	Vasco Almeida	Cem Reis	M	1:21:05,943	+ 27:39.736	06:46	18º M45
109	197	Fernando Martinho	Luxury Place	M	1:21:24,990	+ 27:58.783	06:47	33º Sen M
110	89	Gonçalo Ribeiro		M	1:21:36,146	+ 28:09.939	06:48	24º M40
111	238	João Bolina		M	1:21:41,451	+ 28:15.244	06:49	34º Sen M
112	55	Alex Gomes		M	1:21:48,115	+ 28:21.908	06:49	35º Sen M
113	66	Mário Parreira	Pinhal Novo a Correr	M	1:21:50,089	+ 28:23.882	06:49	19º M45
114	251	Mário Marinho	Zimbra Fox Runners	M	1:21:51,372	+ 28:25.165	06:49	36º Sen M
115	35	Joao Jacob	Ncafb	M	1:21:52,738	+ 28:26.531	06:49	37º Sen M
116	26	Francisco Macheta	racing bikes	M	1:21:55,290	+ 28:29.083	06:50	20º M45
117	255	Tiago Rosa	Nés Running	M	1:22:01,678	+ 28:35.471	06:50	38º Sen M
118	267	Susana Jeremias	♀ Palmela Team	F	1:22:05,766	+ 28:39.559	06:50	1º F45
119	154	Nuno Gomes		M	1:22:15,791	+ 28:49.584	06:51	25º M40
120	61	Bruno Magalhães		M	1:22:23,600	+ 28:57.393	06:52	26º M40
121	218	Ildefonso Miranda	Pinhal Novo a Correr	M	1:22:24,774	+ 28:58.567	06:52	21º M45
122	163	Mário Oliveira	Os Coxos e o Miguel	M	1:22:31,854	+ 29:05.647	06:53	27º M40
123	289	Nuno Serranito		M	1:22:43,090	+ 29:16.883	06:53	28º M40
124	232	Sonia Almeida	♀ Cem Reis	F	1:23:30,108	+ 30:03.901	06:58	5º F40
125	29	Álvaro Lopes		M	1:25:06,281	+ 31:40.074	07:05	11º M50
126	244	Vasco Bernardo	Navigator Clube Setubal	M	1:25:06,491	+ 31:40.284	07:05	29º M40
127	191	Pedro Nobre	Tãlentos Team	M	1:25:14,150	+ 31:47.943	07:06	30º M40
128	63	José Leitão	Pinhal Novo a Correr	M	1:25:25,329	+ 31:59.122	07:07	22º M45
129	192	Dangelis Santos	Tãlentos Team	M	1:25:39,513	+ 32:13.306	07:08	39º Sen M
130	292	Luis Alves	inspira atitude	M	1:25:45,506	+ 32:19.299	07:09	31º M40
131	136	Fábio Júlio		M	1:25:55,667	+ 32:29.460	07:10	40º Sen M
132	95	Hermínia Ferreira	♀ FIDELIDADE GDC	F	1:25:56,173	+ 32:29.966	07:10	2º F45
133	237	Inês Castelo	♀ Zimbra Fox Runners	F	1:25:56,271	+ 32:30.064	07:10	6º Sen F
134	79	Filipa Sobral	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:26:14,166	+ 32:47.959	07:11	7º Sen F
135	175	Helder Nunes	Pinhal Novo a Correr	M	1:26:14,324	+ 32:48.117	07:11	32º M40
136	14	Jorge Pereira	BRRnightRUNNERS	M	1:26:20,689	+ 32:54.482	07:11	12º M50
137	59	Julio Amândio	Remo Clube Lusitano	M	1:26:27,878	+ 33:01.671	07:12	41º Sen M
138	1	Tiago Pinhal		M	1:26:31,486	+ 33:05.279	07:13	33º M40
139	5	Nelson Teles-João		M	1:26:48,552	+ 33:22.345	07:14	42º Sen M
140	248	Luis Pereira	Os Coxos e o Miguel	M	1:26:51,488	+ 33:25.281	07:14	34º M40
141	44	Paulo Sousa	Palmelense F.C.	M	1:26:55,776	+ 33:29.569	07:14	43º Sen M
142	151	Mónica Mendonça	♀	F	1:27:03,260	+ 33:37.053	07:15	3º F45
143	271	Catarina Carvalho	♀ Zimbra Fox Runners	F	1:27:32,539	+ 34:06.332	07:17	8º Sen F
144	18	Paulo Silva	Mad Max Team	M	1:27:33,749	+ 34:07.542	07:18	23º M45
145	30	Sérgio Rodrigues	Mad Max Team	M	1:27:39,139	+ 34:12.932	07:18	35º M40
146	188	Dora Reis	♀ Tãlentos Team	F	1:27:41,643	+ 34:15.436	07:19	4º F45
147	194	Carlos Marques	Tãlentos Team	M	1:27:42,253	+ 34:16.046	07:19	4º M60
148	184	João Rocha		M	1:27:47,111	+ 34:20.904	07:19	13º M50

Pos.	Dorsal	Nome e apelido	Equipa	Sexo	Tempo	Diferença	Ritmo	Por cat.
149	249	Carlos Gonçalves	LEBRES E TARTARUGAS	M	1:28:00,819	+ 34:34.612	07:20	5º M60
150	250	Carlos Teixeira	LEBRES E TARTARUGAS	M	1:28:15,441	+ 34:49.234	07:21	8º M55
151	264	Luís Silvestre	Coininha Runners	M	1:28:19,177	+ 34:52.970	07:22	36º M40
152	8	Carlos Claro		M	1:28:22,436	+ 34:56.229	07:22	24º M45
153	287	Maria Azevedo	♀	F	1:28:24,881	+ 34:58.674	07:22	1º F50
154	74	Gisela Mota	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:28:24,92	+ 34:58.713	07:22	6º F40
155	70	Ana Almeida	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:28:24,922	+ 34:58.715	07:22	9º Sen F
156	116	Fernando Cortez	Pinhal Novo a Correr	M	1:28:43,378	+ 35:17.171	07:23	37º M40
157	19	Diogo Ambrósio	Puxa Carroça	M	1:29:15,363	+ 35:49.156	07:26	44º Sen M
158	150	Paulo Mendonça		M	1:29:17,444	+ 35:51.237	07:26	38º M40
159	132	Rui Dias		M	1:29:20,278	+ 35:54.071	07:26	45º Sen M
160	141	Ana Santos	♀ Tsumommies	F	1:29:30,706	+ 36:04.499	07:28	7º F40
161	7	João Veigas		M	1:29:42,160	+ 36:15.953	07:29	46º Sen M
162	88	Rui Baptista	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	1:29:46,919	+ 36:20.712	07:29	9º M55
163	190	Sandra Constantino	♀ Tãlentos Team	F	1:29:59,168	+ 36:32.961	07:30	8º F40
164	201	Ana Silva	♀ Arrábida Obstacle Runners	F	1:30:06,062	+ 36:39.855	07:31	10º Sen F
165	33	Paulo Guerreiro	Arrábida Obstacle Runners	M	1:30:06,728	+ 36:40.521	07:31	14º M50
166	257	Catarina Fernandes	♀	F	1:30:36,685	+ 37:10.478	07:33	11º Sen F
167	265	Ana Vences	♀ Coininha Runners	F	1:30:59,207	+ 37:33.000	07:35	9º F40
168	37	Ana Camarinha	♀ Arrábida Obstacle Runners	F	1:31:15,635	+ 37:49.428	07:36	12º Sen F
169	81	Fernando Silva	Pinhal Novo a Correr	M	1:31:32,295	+ 38:06.088	07:38	47º Sen M
170	214	Carla Farinha	♀ Pathfinders Trail Team	F	1:31:51,949	+ 38:25.742	07:39	13º Sen F
171	23	Mário Coelho	ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO LEBRES DO SADO	M	1:31:52,690	+ 38:26.483	07:40	15º M50
172	120	Carlos Brito		M	1:32:00,361	+ 38:34.154	07:40	48º Sen M
173	60	Fernando Agostinho	El Corte Inglés Running Team	M	1:32:03,189	+ 38:36.982	07:40	39º M40
174	224	Cláudio Mira		M	1:32:49,721	+ 39:23.514	07:44	49º Sen M
175	173	Ricardo Gaspar		M	1:33:09,434	+ 39:43.227	07:46	40º M40
176	140	Sergio Guerreiro	Guerreiros	M	1:34:39,672	+ 41:13.465	07:53	41º M40
177	91	Luís Nunes	FIDELIDADE GDC	M	1:34:47,209	+ 41:21.002	07:54	42º M40
178	28	Carina Oliveira	♀	F	1:35:22,694	+ 41:56.487	07:57	10º F40
179	203	Ruben Margarido		M	1:37:27,739	+ 44:01.532	08:07	50º Sen M
180	204	Marco Martins		M	1:37:27,997	+ 44:01.790	08:07	51º Sen M
181	80	Maria Saramago	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:37:33,197	+ 44:06.990	08:08	2º F50
182	65	Helena Parreira	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:37:33,436	+ 44:07.229	08:08	5º F45
183	167	Célia Mendes	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:37:37,064	+ 44:10.857	08:08	6º F45
184	77	Elisabete Silva	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:37:41,424	+ 44:15.217	08:08	14º Sen F
185	115	Ricardo Parreira		M	1:38:34,346	+ 45:08.139	08:13	52º Sen M
186	133	Elisa Sousa	♀	F	1:38:54,869	+ 45:28.662	08:14	7º F45
187	34	Felipe Cruz	Arrábida Obstacle Runners	M	1:38:55,457	+ 45:29.250	08:14	43º M40
188	148	Ana Henrique	♀ BRRnightRUNNERS	F	1:38:59,626	+ 45:33.419	08:15	8º F45
189	126	Verónica Catarro	♀ Cem Reis	F	1:39:38,961	+ 46:12.754	08:18	11º F40
190	243	Fernando Martinho	Navigator Clube Setubal	M	1:40:08,675	+ 46:42.468	08:20	10º M55
191	170	Patrícia Pinto	♀ Moita Running	F	1:40:21,354	+ 46:55.147	08:22	12º F40
192	166	Claudia Duarte	♀ Limited Edition	F	1:40:56,023	+ 47:29.816	08:25	15º Sen F
193	165	César Duarte	Limited Edition	M	1:40:56,173	+ 47:29.966	08:25	44º M40
194	258	Jorge Soares	CLUBE MILLENNIUM BCP	M	1:41:18,404	+ 47:52.197	08:26	16º M50
195	20	Pedro Ambrósio	Puxa Carroça	M	1:41:20,277	+ 47:54.070	08:26	11º M55
196	153	Isabel Pinto	♀ Tsumommies	F	1:41:23,277	+ 47:57.070	08:27	9º F45
197	240	Ana Ribeiro	♀ Tsumommies	F	1:41:23,457	+ 47:57.250	08:27	16º Sen F
198	283	Pedro Luís	Churrasqueira da Paz	M	1:42:22,326	+ 48:56.119	08:32	53º Sen M
199	84	Ana Cartaxo	♀ Tãlentos Team	F	1:42:33,076	+ 49:06.869	08:33	1º F60
200	222	Julia Arsénio	♀ Zimbira Fox Runners	F	1:42:33,394	+ 49:07.187	08:33	10º F45
201	234	Rita Monteiro	♀ Saí da Frente	F	1:44:05,366	+ 50:39.159	08:40	11º F45
202	235	Diogo Azancot	Saí da Frente	M	1:44:05,417	+ 50:39.210	08:40	17º M50
203	223	Rui Duarte	Pinhal Novo a Correr	M	1:44:12,747	+ 50:46.540	08:41	45º M40
204	226	Rute Gingado	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:44:13,034	+ 50:46.827	08:41	13º F40
205	76	Mónica Silva	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:44:23,593	+ 50:57.386	08:42	14º F40
206	75	Carla Cardeira	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:44:23,670	+ 50:57.463	08:42	3º F50
207	78	Nuno Oliveira	Pinhal Novo a Correr	M	1:44:30,807	+ 51:04.600	08:43	25º M45
208	16	Mario Esteves	JP	M	1:44:37,940	+ 51:11.733	08:43	46º M40
209	186	Susana Farinhas	♀ Tãlentos Team	F	1:45:06,201	+ 51:39.994	08:46	12º F45
210	274	Isabel Santa	♀ FitRunners	F	1:45:16,270	+ 51:50.063	08:46	15º F40
211	229	Andrea Graça	♀ Zimbira Fox Runners	F	1:45:27,527	+ 52:01.320	08:47	16º F40
212	262	Ana Pereira	♀	F	1:45:29,124	+ 52:02.917	08:47	17º Sen F
213	146	Susana Mendes	♀ SIMECQ	F	1:46:37	+ 53:10.793	08:53	17º F40
214	145	Olga Galvão	♀ SIMECQ	F	1:46:37,918	+ 53:11.711	08:53	1º F55
215	135	Sónia Cadimas	♀	F	1:46:39,714	+ 53:13.507	08:53	18º F40
216	68	Renato Domingos	Pinhal Novo a Correr	M	1:46:44,326	+ 53:18.119	08:53	12º M55
217	211	Cláudia Sebastião	♀ Pathfinders Trail Team	F	1:47:04,863	+ 53:38.656	08:55	18º Sen F
218	195	Pedro Manso	Tãlentos Team	M	1:47:28,700	+ 54:02.493	08:58	47º M40
219	273	Luis Ribeiro		M	1:48:01,382	+ 54:35.175	09:00	13º M55
220	277	Vitor Cunha	City Print	M	1:48:02,777	+ 54:36.570	09:00	18º M50
221	139	Armada Semeao	♀	F	1:48:46,111	+ 55:19.904	09:04	19º F40
222	92	Ana Cristo	♀ FIDELIDADE GDC	F	1:48:51,974	+ 55:25.767	09:04	19º Sen F
223	94	Ricardo Reis	FIDELIDADE GDC	M	1:48:52,817	+ 55:26.610	09:04	54º Sen M
224	284	José Catita		M	1:48:52,890	+ 55:26.683	09:04	6º M60
225	82	Dina Alegria	♀ Pinhal Novo a Correr	F	1:49:01,676	+ 55:35.469	09:05	20º F40

Pos.	Dorsal	Nome e apelido	Equipa	Sexo	Tempo	Diferença	Ritmo	Por cat.
226	129	António Carapuça	family running	M	1:49:35,461	+ 56:09.254	09:08	14º M55
227	128	Eugénia Pinheiro	family running	F	1:49:35,770	+ 56:09.563	09:08	4º F50
228	159	Marisa Duarte	NAUS Trail Team	F	1:50:37,404	+ 57:11.197	09:13	13º F45
229	158	Leonor Silva	NAUS Trail Team	F	1:50:38,324	+ 57:12.117	09:13	21º F40
230	213	Ana Matos	Pathfinders Trail Team	F	1:53:37,630	+ 1:00:11.423	09:28	20º Sen F
231	205	Diogo Mesquita	Academia dEstrelas	M	1:55:13,571	+ 1:01:47.364	09:36	7º M S23
232	206	Matilde Menas	Academia dEstrelas	F	1:55:13,829	+ 1:01:47.622	09:36	1º F S23
233	130	Jorge Duro		M	1:55:49,092	+ 1:02:22.885	09:39	26º M45
234	209	Tatiana Sanches	Black Edition	F	1:56:03,624	+ 1:02:37.417	09:40	21º Sen F
235	11	Manuel Sequeira	Tämentos Team	M	1:56:05,316	+ 1:02:39.109	09:40	7º M60
236	189	Júlio Martins	Tämentos Team	M	1:56:43,164	+ 1:03:16.957	09:44	27º M45
237	54	Isabel Gomes		F	1:58:39,172	+ 1:05:12.965	09:53	22º Sen F
238	53	Sergio Rodelo	Run Crew Trail Montijo	M	1:58:39,394	+ 1:05:13.187	09:53	28º M45
239	212	Rute Simões	Pathfinders Trail Team	F	1:58:57,180	+ 1:05:30.973	09:55	23º Sen F
240	24	Joaquim Matos		M	2:00:43,470	+ 1:07:17.263	10:04	55º Sen M
241	177	Bárbara Sousa	Tsumommies	F	2:01:49,973	+ 1:08:23.766	10:09	24º Sen F
242	183	Ana Rodrigues	Tsumommies	F	2:02:28,846	+ 1:09:02.639	10:13	25º Sen F
243	181	Ana Marques	Tsumommies	F	2:02:29,694	+ 1:09:03.487	10:13	22º F40
244	104	Angelo Machado	Anafados	M	2:02:42,115	+ 1:09:15.908	10:13	29º M45
245	178	Michael Sousa		M	2:03:04,321	+ 1:09:38.114	10:16	48º M40
246	143	Celeste Almeida	SIMECQ	F	2:12:40,846	+ 1:19:14.639	11:04	14º F45
247	261	Alda Sebastião	SIMECQ	F	2:12:41,175	+ 1:19:14.968	11:04	2º F60
248	160	Lídia Mestre	NAUS Trail Team	F	2:35:43,012	+ 1:42:16.805	12:59	23º F40
249	275	Teresa Gonçalves	NAUS Trail Team	F	2:35:44,090	+ 1:42:17.883	12:59	15º F45
250	161	Mário Mestre	NAUS Trail Team	M	2:35:44,663	+ 1:42:18.456	12:59	30º M45
251	276	Paulo Teixeira	NAUS Trail Team	M	2:35:45,122	+ 1:42:18.915	12:59	31º M45

# Palmela Run 2019

22 de Junho de 2019

## Classificação por equipas - Classificação geral Femininas · 1 páginas

pts

### 1. Zimbra Fox Runners 20 pts

254.	0	Carla Santos: 1:14:40,898 (2°)
285.	0	tania Reis: 1:17:06,840 (5°)
237.	0	Inês Castelo: 1:25:56,271 (13°)

### 2. Pinhal Novo a Correr 27 pts

83.	0	Márcia Santos: 1:17:11,240 (6°)
169.	0	Olga Araújo: 1:19:13,278 (7°)
79.	0	Filipa Sobral: 1:26:14,166 (14°)

### 3. Tãlentos Team 79 pts

188.	0	Dora Reis: 1:27:41,643 (17°)
190.	0	Sandra Constantino: 1:29:59,168 (22°)
84.	0	Ana Cartaxo: 1:42:33,076 (40°)

### 4. Tsumommies 98 pts

141.	0	Ana Santos: 1:29:30,706 (21°)
153.	0	Isabel Pinto: 1:41:23,277 (38°)
240.	0	Ana Ribeiro: 1:41:23,457 (39°)

### 5. Pathfinders Trail Team 140 pts

214.	0	Carla Farinha: 1:31:51,949 (27°)
211.	0	Cláudia Sebastião: 1:47:04,863 (53°)
213.	0	Ana Matos: 1:53:37,630 (60°)

### 6. SIMECQ 169 pts

146.	0	Susana Mendes: 1:46:37 (50°)
145.	0	Olga Galvão: 1:46:37,918 (51°)
143.	0	Celeste Almeida: 2:12:40,846 (68°)

### 7. NAUS Trail Team 187 pts

159.	0	Marisa Duarte: 1:50:37,404 (58°)
158.	0	Leonor Silva: 1:50:38,324 (59°)
160.	0	Lídia Mestre: 2:35:43,012 (70°)

# Palmela Run 2019

22 de Junho de 2019

## Classificação por equipas - Classificação geral Masculinos · 1 páginas

pts		
<b>1. Pinhal Novo a Correr</b>	<b>21 pts</b>	
85.	0	Paulo Ferreira: 57:58,014 (3°)
117.	0	Manuel Martins: 1:01:29,998 (7°)
118.	0	Godinho Ramos: 1:04:16,619 (11°)
<b>2. Os Coxos e o Miguel</b>	<b>53 pts</b>	
101.	0	Nuno Oliveira: 1:03:53,955 (9°)
107.	0	Henrique Pereira: 1:06:12,325 (20°)
102.	0	Vítor Bragança: 1:07:26,878 (24°)
<b>3. VITÓRIA FC Trail Running</b>	<b>78 pts</b>	
263.	0	Rogério Costa: 59:00,912 (5°)
253.	0	João Ayres: 1:07:18,644 (23°)
252.	0	Francisco Calvo: 1:13:40,788 (50°)
<b>4. Outdoor Clube de Setúbal - Strendure Running Team</b>	<b>147 pts</b>	
10.	0	Paulo Sousa: 1:06:51,886 (21°)
208.	0	João Faria: 1:12:13,919 (43°)
241.	0	Paulo Silva: 1:19:00,756 (83°)
<b>5. SIMECQ</b>	<b>173 pts</b>	
36.	0	João Gonçalves: 1:10:49,882 (36°)
142.	0	Ricardo Nobre: 1:14:27,291 (53°)
144.	0	Nuno Galvão: 1:19:04,112 (84°)
<b>6. Zimbra Fox Runners</b>	<b>197 pts</b>	
279.	0	Ricardo Parada: 1:00:33,322 (6°)
219.	0	Tiago Ezequiel: 1:19:10,130 (86°)
251.	0	Mário Marinheiro: 1:21:51,372 (105°)
<b>7. Arrábida Obstacle Runners</b>	<b>197 pts</b>	
38.	0	Pedro Pascoal: 1:05:26,670 (16°)
200.	0	Eduardo Salvador: 1:11:40,917 (39°)
33.	0	Paulo Guerreiro: 1:30:06,728 (142°)
<b>8. Volkswagen Autoeuropa</b>	<b>211 pts</b>	
3.	0	João Paulino: 1:06:59,716 (22°)
227.	0	Rui Lóio: 1:20:14,818 (93°)
4.	0	Marco Campaniço: 1:20:54,124 (96°)
<b>9. Palmelense F.C.</b>	<b>249 pts</b>	
31.	0	Pedro Sousa: 1:10:09,373 (34°)
22.	0	Miguel Marques: 1:19:53,253 (88°)
44.	0	Paulo Sousa: 1:26:55,776 (127°)
<b>10. BRRnightRUNNERS</b>	<b>274 pts</b>	
32.	0	Miguel Jacob: 1:16:51,995 (67°)
13.	0	Delfim Pratas: 1:19:05,776 (85°)
14.	0	Jorge Pereira: 1:26:20,689 (122°)
<b>11. Tãlentos Team</b>	<b>302 pts</b>	
187.	0	Fernando Nascimento: 1:16:54,036 (68°)
191.	0	Pedro Nobre: 1:25:14,150 (116°)
192.	0	Dangelis Santos: 1:25:39,513 (118°)
<b>12. FIDELIDADE GDC</b>	<b>412 pts</b>	
137.	0	Cândido Poças: 1:20:23,952 (94°)
91.	0	Luís Nunes: 1:34:47,209 (150°)
94.	0	Ricardo Reis: 1:48:52,817 (168°)