



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA

CIRCUITO DE MILHAS DA ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE LISBOA 2024

| ESCALÃO-BENJAMIM-A-FEM | | | | | | | | | |
|------------------------|------------------------|-----------------------------------|--|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" Clisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
| 1 | Reniala Staudte | Run Tejo- Prevent Spraim | | 18 | | 19 | | | 37 |
| 2 | Matilde Ferreira | Run Tejo- Prevent Spraim | | 16 | | 20 | | | 36 |
| 3 | Francisca Corvo | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 14 | | 18 | | | 32 |
| 4 | Dalila Soares | LX Triathlon | 18 | 11 | | | | | 29 |
| 5 | Margarida Costa | Individual | | | 20 | | | | 20 |
| 6 | Renata Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 20 | | 20 |
| 7 | Yasmin Tcheguine | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 8 | Maria Arede | Run Tejo- Prevent Spraim | | 19 | | | | | 19 |
| 9 | Marta Franco | SC Lourinhanense | 19 | | | | | | 19 |
| 10 | Sofia Martinho | Centro Atletismo de ADC | | | | | 19 | | 19 |
| 11 | Sofia Lapas | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 18 | | 18 |
| 12 | Alice Nobre | Sport Clube União Torreense | | | | | 17 | | 17 |
| 13 | Gabriela Furtado | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | | | | | | 17 |
| 14 | Madalena Ramos Martins | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 15 | Melissa Conceição | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 17 | | | 17 |
| 16 | Ana Rita Ferreira | Clube Atletismo Vale Figueira | 16 | | | | | | 16 |
| 17 | Camila Mugarro | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 16 | | | 16 |
| 18 | Júlia Teles | Sport Clube União Torreense | | | | | 16 | | 16 |
| 19 | Chiara Brás | Clube Atletismo Vale Figueira | 15 | | | | | | 15 |
| 20 | Laura Rocha | SFASRAA | | 15 | | | | | 15 |
| 21 | Matilde Carvalho | GDRC Ponterrolense | | | | | 15 | | 15 |
| 22 | Cintia Martins | Ingleses Futebol Clube | 14 | | | | | | 14 |
| 23 | Francisca Pinhão | Sport Clube União Torreense | | | | | 14 | | 14 |
| 24 | Beatriz Sanches | GDRC Ponterrolense | | | | | 13 | | 13 |
| 25 | Luisa Lemos Guerreiro | Individual | 13 | | | | | | 13 |
| 26 | Matilde Polha | GM 1ºDezembro Queijas | | 13 | | | | | 13 |
| 27 | Aurora Costa | Clube Anacom | 12 | | | | | | 12 |
| 28 | Inês Primor | Sport Clube União Torreense | | | | | 12 | | 12 |
| 29 | Rita Torres | GM 1ºDezembro Queijas | | 12 | | | | | 12 |
| 30 | Iris Sousa | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 11 | | 11 |
| 31 | Filipa Oliveira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 10 | | | | | 10 |
| 32 | Inês Guerra | Centro Atletismo de ADC | | | | | 10 | | 10 |

ESCALÃO-BENJAMIM-A-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Joaquim Rêgo | Sporting Clube Lourinhanense | 17 | 17 | | | | | 34 |
| 2 | Santiago Rosa | Sporting Clube Lourinhanense | 15 | | | 18 | | | 33 |
| 3 | David Gabadinho | Run Tejo- Prevent Spraim | | 11 | | 15 | | | 26 |
| 4 | Tomás Querido | Sporting Clube Lourinhanense | 12 | | | | 14 | | 26 |
| 5 | Frederico Ferreira | Run Tejo- Prevent Spraim | | 6 | | 17 | | | 23 |
| 6 | Lucas Barros | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 20 | | | | | | 20 |
| 7 | Simão Pinto | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | | 20 | | 20 |
| 8 | Tiago Quiterio | GM 1ºDezembro Queijas | | 20 | | | | | 20 |
| 9 | Vasco Costa | Individual | | | 20 | | | | 20 |
| 10 | Dinis Cochicho | Individual | | | 19 | | | | 19 |
| 11 | Duarte Rodrigues | Clube Atletismo Vale Figueira | 10 | 9 | | | | | 19 |
| 12 | Óscar Almeida | Sport Clube União Torreense | | | | | 19 | | 19 |
| 13 | Rodrigo Madureira | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 19 | | | 19 |
| 14 | Tomás Brito | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | 19 | | | | | 19 |
| 15 | Diogo Ibraimo | GM 1ºDezembro Queijas | 18 | | | | | | 18 |
| 16 | João Oliveira | Sport União Colareense | | | 18 | | | | 18 |
| 17 | Manel Elias | GM 1ºDezembro Queijas | | 18 | | | | | 18 |
| 18 | Rodrigo Pinto | GDRC Ponterrolense | | | | | 18 | | 18 |
| 19 | Dylan Dias | Individual | | | 17 | | | | 17 |
| 20 | Manuel Baptista | GDRC Ponterrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 21 | Elias Brás | Clube Atletismo Vale Figueira | 16 | | | | | | 16 |
| 22 | Francisco Cotrim | LX Triathlon | | 16 | | | | | 16 |
| 23 | Magno Camalacuca | Juventude Operária Monte Abraão | | | 16 | | | | 16 |
| 24 | Simão Vasa | GDRC Ponterrolense | | | | | 16 | | 16 |
| 25 | Daniel Verissimo | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 15 | | | | 15 |
| 26 | Duarte Pereira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 15 | | 20 | | | 15 |
| 27 | José Ferreira | Centro Atletismo de ADC | | | | | 15 | | 15 |
| 28 | Gonçalo Fernandes | Sporting Clube Lourinhanense | 14 | | | | | | 14 |
| 29 | Santiago Caeiro | Individual | | | 14 | | | | 14 |
| 30 | Santiago Nogueira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 14 | | | | | 14 |
| 31 | Sebastião Pereira | Casa Benfica Seixal | | | | 14 | | | 14 |
| 32 | João Coelho | CNCVG | | 13 | | | | | 13 |
| 33 | Julian Martins | Sport Clube União Torreense | | | | | 13 | | 13 |
| 34 | Simão Bernardo | CNB | 13 | | | | | | 13 |
| 35 | Afonso Pereira | GDRC Ponterrolense | | | | | 12 | | 12 |
| 36 | Dinis Pimpão | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 12 | | | | | 12 |
| 37 | Guilherme Pinheiro | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 11 | | | | | | 11 |
| 38 | Vasco Sanches | GDRC Ponterrolense | | | | | 11 | | 11 |
| 39 | Francisco Brandão | Associação Desportiva NucleOeiras | | 10 | | | | | 10 |
| 40 | Duarte Gomes | Sport Clube União Torreense | | | | | 10 | | 10 |

ESCALÃO-BENJAMIM-A-MASC-Continuação

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|--|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Diego Chambel Pires | GM 1ºDezembro Queijas | 7 | 2 | | | | | 9 |
| 42 | Isaac Marques | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 9 | | 9 |
| 43 | Ricardo Rodrigues | Futebol Clube Rossão | 9 | | | | | | 9 |
| 44 | Afonso Primor | Sport Clube União Torreense | | | | | 8 | | 8 |
| 45 | Guilherme Ramos | Associação Desportiva NucleOeiras | | 8 | | | | | 8 |
| 46 | Martim Rodrigues | Futebol Clube Rossão | 8 | | | | | | 8 |
| 47 | Gustavo Sousa | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 7 | | | | | 7 |
| 48 | Tiago Guiomar | GDRC Ponterrolense | | | | | 7 | | 7 |
| 49 | Dinis Cláudio | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 6 | | 6 |
| 50 | Gabriel Silva | Futebol Clube Rossão | 6 | | | | | | 6 |
| 51 | Gonçalo Almeida | GM 1ºDezembro Queijas | 5 | | | | | | 5 |
| 52 | Rodrigo Raposo | GDRC Ponterrolense | | | | | 5 | | 5 |
| 53 | Roman Kharitonov | Run Tejo- Prevent Spraim | | 5 | | | | | 5 |
| 54 | André Taborda | Run Tejo- Prevent Spraim | | 4 | | | | | 4 |
| 55 | Daniel Verissimo | Futebol Clube Rossão | 4 | | | | | | 4 |
| 56 | Mauricio Santos | GDRC Ponterrolense | | | | | 4 | | 4 |
| 57 | Duarte Poças | GRCD Leião | | 3 | | | | | 3 |
| 58 | Mário Teixeira | LX Triathlon | 3 | | | | | | 3 |
| 59 | Samuel Gomes | GDRC Ponterrolense | | | | | 3 | | 3 |
| 60 | Vasco Nunes | GM 1ºDezembro Queijas | 1 | 1 | | | | | 2 |
| 61 | Vicente Gomes | LX Triathlon | 2 | | | | | | 2 |
| 62 | Derickson Marques | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 63 | Frederico Palma | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 64 | Martim Inocêncio | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 65 | Martim Pinto | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 1 | | | | | | 1 |
| 66 | Matias Correia | Clube Atletismo Vale Figueira | 1 | 1 | | | | | 1 |
| 67 | Miguel Aparicio | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 1 | | | | | 1 |
| 68 | Rafael Lisboa | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 69 | Rafael Santos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 70 | Rodrigo Lisboa | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 71 | Tiago Mendes | Run Tejo- Prevent Spraim | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-BENJAMIM-B-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------------|--|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Regina Frederico | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | 20 | | | 40 |
| 2 | Jaciara Cabral | GRCD Leião | | | 20 | 19 | | | 39 |
| 3 | Alexandra Almeida | Associação Desportiva NucleOeiras | | 17 | | 18 | | | 35 |
| 4 | Madalena Carvalho | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 18 | | | 17 | | | 35 |
| 5 | Madalena Ramos Martins | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | 16 | | | | 33 |
| 6 | Joana Pãozinho | Associação Vitor Baptista | | | | 13 | 16 | | 29 |
| 7 | Eva Fonseca | Associação Vitor Baptista | | | | 14 | 13 | | 27 |
| 8 | Sofia Silva | Ingleses Futebol Clube | 17 | 7 | | | | | 24 |
| 9 | Matilde Diniz | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 6 | | 16 | | | 22 |
| 10 | Carolina Gomes | Sport Clube União Torreense | | | | | 20 | | 20 |
| 11 | Lara Araújo | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 20 | | | | | | 20 |
| 12 | Marta Franco | SC Lourinhanense | | | | 11 | 9 | | 20 |
| 13 | Maria Cruz | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 20 | 20 |
| 14 | Erika Fernandes | Sporting Clube Lourinhanense | | | | | 19 | | 19 |
| 15 | Jéni Pires | GM 1ºDezembro Queijas | 14 | 5 | | | | | 19 |
| 16 | Madalena Costa | G. D. R. de Manique de Cima | | | 19 | | | | 19 |
| 17 | Maria Coutinho | Academia R. de Linda-a-Velha | | 19 | | | | | 19 |
| 18 | Bruna Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 19 | 19 |
| 19 | Isadora Silva Barros | Sport Clube União Torreense | | | | | 18 | | 18 |
| 20 | Maria Santa Gonzaga | G. D. R. de Manique de Cima | | | 18 | | | | 18 |
| 21 | Lara Pinto | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 18 | 18 |
| 22 | Ana Sofia Sol | Juventude Operária Monte Abraão | | | 17 | | | | 17 |
| 23 | Matilde Santos | GDRC Ponterrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 24 | Lira Pinto | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 25 | Ana Campeã | Clube Atletismo Vale Figueira | 16 | | | | | | 16 |
| 26 | Leonor Santos | Associação Desportiva NucleOeiras | | 16 | | | | | 16 |
| 27 | Clara Monteiro | Futebol Clube Recreativo Rossão | | | | | | 16 | 16 |
| 28 | Brigite Mendonça | Run Tejo- Prevent Sprain | | 15 | | | | | 15 |
| 29 | Clara Sofia Cochicho | G. D. R. de Manique de Cima | | | 15 | | | | 15 |
| 30 | Eva Martins | Individual | | | | 15 | | | 15 |
| 31 | Filipa Pinhão | Sport Clube União Torreense | | | | | 15 | | 15 |
| 32 | Rita Teixeira | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 15 | | | | | | 15 |
| 33 | Beatriz Soares | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 15 | 15 |
| 34 | Beatriz Costa | GDRC Ponterrolense | | | | | 14 | | 14 |
| 35 | Kelly Neves | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 14 | | | | 14 |
| 36 | Alegria Mendes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 14 | 14 |
| 37 | Bruna Coelho | CNCVG | | 13 | | | | | 13 |
| 38 | Margarida Ferreira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 13 | 13 |
| 39 | Carolina Cruz | G. D. R. de Manique de Cima | | | 13 | | | | 13 |
| 40 | Mafalda Leandro | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 12 | 12 |

ESCALÃO-BENJAMIM-B-FEM-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" Clisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|--|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Laura Rocha | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | | | 12 | | | 12 |
| 42 | Maria Duarte | LX Triathlon | | 12 | | | | | 12 |
| 43 | Mariana Porfirio | GDRC Ponterrolense | | | | | 12 | | 12 |
| 44 | Teresa Seco | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 11 | 11 |
| 45 | Clara Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 11 | | 11 |
| 46 | Isabel Viciosa | GM 1ºDezembro Queijas | | 11 | | | | | 11 |
| 47 | Clara Luz | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 10 | 10 |
| 48 | Emma Esik | Sporting Clube de Portugal | | 10 | | | | | 10 |
| 49 | Leonor Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 10 | | 10 |
| 50 | Marta Ugato | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 51 | Maria Silva | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 9 | | | | | 9 |
| 52 | Maria Aureiano | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 8 | 8 |
| 53 | Margarida Barreiros | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 54 | Maria Vasconcelos | GM 1ºDezembro Queijas | | 4 | | | | | 4 |
| 55 | Maria Magalhães | GM 1ºDezembro Queijas | | 3 | | | | | 3 |
| 56 | Maria Poças | GRCD Leião | | 2 | | | | | 2 |
| 57 | Maria Inês Mendes | Ingleses Futebol Clube | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-BENJAMIM-B-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Tiago de Blas Sánchez | GM 1ºDezembro Queijas | 20 | 20 | 20 | 20 | | | 80 |
| 2 | David Caria | GDRC Ponterrolense | | | | 19 | 20 | | 39 |
| 3 | Rafael Carrilho Simões | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 19 | | | 20 | 39 |
| 4 | Gonçalo Fernandes | Sporting Clube Lourinhanense | | | | 15 | 17 | | 32 |
| 5 | Tiago Pestana | Clube Atletismo Vale Figueira | 16 | 4 | | | | | 20 |
| 6 | Francisco Querido | Sporting Clube Lourinhanense | 19 | | | | | | 19 |
| 7 | José Brandão | Associação Desportiva NucleOeiras | | 19 | | | | | 19 |
| 8 | Nathan Rodrigues | Desportivo Monte Real | | | | | | 19 | 19 |
| 9 | Jorge Pantana | Sport União Colareense | | | 18 | | | | 18 |
| 10 | Pedro Rocha | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 18 | 18 |
| 11 | Ruby Neiva | Individual | | | | 18 | | | 18 |
| 12 | Tomás Maniés | Centro Atletismo de A-D-Cunhados | | | | | 18 | | 18 |
| 13 | Tómas Midler | Clube Atletismo Vale Figueira | 18 | | | | | | 18 |
| 14 | Vicente Poim Aguiar | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | 18 | | | | | 18 |
| 15 | Francisco Mascaranhas | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 16 | Gaspar MM | Agrupamento de Escolas Monte da Lua | | | 17 | | | | 17 |
| 17 | Joaquim Rêgo | Individual | | | | 17 | | | 17 |
| 18 | Pedro Guibarra | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | | | | | | 17 |
| 19 | Tiago Pinto | Associação Desportiva NucleOeiras | | 17 | | | | | 17 |
| 20 | Diogo Ibraimo | GM 1ºDezembro Queijas | | | | 16 | | | 16 |
| 21 | João Constanço | Juventude Operária Monte Abraão | | | 16 | | | | 16 |
| 22 | Martim Campos | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 16 | 16 |
| 23 | Tiago Saldanha | Centro Atletismo de A-D-Cunhados | | | | | 16 | | 16 |
| 24 | Aron Van Der Heim | Sport Clube União Torreense | | | | | 15 | | 15 |
| 25 | Davi Fonseca | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 15 | 15 |
| 26 | Leandro Andrade | Associação Desportiva NucleOeiras | | 15 | | | | | 15 |
| 27 | Pedro Nunes | Agrupamento de Escolas Monte da Lua | | | 15 | | | | 15 |
| 28 | Rodrigo Vieira | Clube Atletismo Vale Figueira | 15 | | | | | | 15 |
| 29 | Diogo Chainho | GM 1ºDezembro Queijas | | 14 | | | | | 14 |
| 30 | Francisco Fonseca | Associação Vitor Baptista | | | | | 14 | | 14 |
| 31 | Guilherme Nunes | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 14 | | | 14 |
| 32 | Guilherme Vasconcelos | Agrupamento de Escolas de Massamá | | | 14 | | | | 14 |
| 33 | Rodrigo Carvalho | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 14 | | | | | | 14 |
| 34 | Rodrigo Tavares | OS GALGOS | | | | | | 14 | 14 |
| 35 | Salvador Balasteiro | Clube Atletismo Vale Figueira | 13 | 1 | | | | | 14 |
| 36 | Francisco Fonseca | Associação Vitor Baptista | | | | 13 | | | 13 |
| 37 | Ricardo Baptista | GDRC Ponterrolense | | | | | 13 | | 13 |
| 38 | Rodrigo Conceição | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 39 | Rodrigo da Costa | Individual | | 13 | | | | | 13 |
| 40 | Lucas Barros | LX Triathlon | 12 | | | | | | 12 |

ESCALÃO-BENJAMIM-B-MASC-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------------|-----------------------------------|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Guilherme Santos | Futebol Clube Recreativo Rossão | | | | | | 12 | 12 |
| 42 | Lucas Barros | LX Triathlon | 12 | | | | | | 12 |
| 43 | António Coutinho | Academia R. de Linda-a-Velha | | 11 | | | | | 11 |
| 44 | David Gonçalves | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 11 | 11 |
| 45 | Gonçalo Nunes | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 10 | 10 |
| 46 | Rodrigo Santos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 10 | | | | | 10 |
| 47 | Filipe Camilo | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 48 | Henrique Martins | GM 1ºDezembro Queijas | | 9 | | | | | 9 |
| 49 | Santiago Libério | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 50 | Jaime Bacalhau | Associação Desportiva NucleOeiras | | 7 | | | | | 7 |
| 51 | Gustavo Manteigas | Clube Atletismo Vale Figueira | | 6 | | | | | 6 |
| 52 | Duarte Brito | GM 1ºDezembro Queijas | | 5 | | | | | 5 |
| 53 | João Pimenta | Associação Desportiva NucleOeiras | | 3 | | | | | 3 |
| 54 | Francisco Vilareal | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 55 | Gonçalo Ramos | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | | | | 1 |
| 56 | Guilherme Sousa | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 57 | José Gonçalves | Clube Atletismo Vale Figueira | | 1 | | | | | 1 |
| 58 | Kristian Major | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | | | | 1 |
| 59 | Martim Brandão Antunes | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 60 | Paulo Santos | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 61 | Rodrigo Santos | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 62 | Rodrigo Tralhão | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | | | | 1 |
| 63 | Xavier Marques | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-INFANTIL-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Leonor Martins | Ingleses Futebol Clube | 19 | 14 | 18 | 15 | 11 | 19 | 96 |
| 2 | Matilde Ferreira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 18 | | 18 | | | 36 |
| 3 | Matilde Nogueira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 18 | | 17 | | | 35 |
| 4 | Sónia Cruz | Sporting Clube de Portugal | 18 | 14 | | | | | 32 |
| 5 | Marta Martins | GM 1ºDezembro Queijas | 19 | 12 | | | | | 31 |
| 6 | Carolina Seixal | Run Tejo- Prevent Spraim | | 13 | | 16 | | | 29 |
| 7 | Adriana Verissimo | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 15 | | | 13 | 28 |
| 8 | Beatriz Ferreira | GM 1ºDezembro Queijas | 16 | | | 12 | | | 28 |
| 9 | Carolina Patrício | GDRC Ponterrolense | | | | 11 | 14 | | 25 |
| 10 | Maria Martins | Associação Desportiva NucleOeiras | | 10 | | 13 | | | 23 |
| 11 | Catarina Lopes | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 20 | | | 20 |
| 12 | Diana Pedro | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 13 | Nicole Neves | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 20 | | | | 20 |
| 14 | Sara Marteleiro | Sporting Clube Lourinhanense | | | | | 20 | | 20 |
| 15 | Leonor Pacheco | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 20 | 20 |
| 16 | Benedita Caldeira | Sport Clube União Torreense | | | | | 19 | | 19 |
| 17 | Carolina Madureira | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 19 | | | 19 |
| 18 | Leticia Oliveira | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 19 | | | | 19 |
| 19 | Rafaela Lapas | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 18 | | 18 |
| 20 | Neuza Nanja | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 18 | 18 |
| 21 | Ana Costa | Sporting Clube Lourinhanense | 17 | | | | | | 17 |
| 22 | Ema Ferreira | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 17 | | 17 |
| 23 | Lara Borges | Juventude Operária Monte Abraão | | | 17 | | | | 17 |
| 24 | Maria Teresa Franco | Sporting Clube de Portugal | | 17 | | | | | 17 |
| 25 | M. Leonor Rosa | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 26 | Carolina Ferreira | Sport Clube União Torreense | | | | | 16 | | 16 |
| 27 | Maria Mendes | Associação Desportiva NucleOeiras | | 16 | | | | | 16 |
| 28 | Luisa Jung | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 16 | 16 |
| 29 | Beatriz Costa | Sporting Clube de Portugal | | 15 | | | | | 15 |
| 30 | Leonor Verissimo | Sport Clube União Torreense | | | | | 15 | | 15 |
| 31 | Nicole Pinheiro | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 15 | | | | | | 15 |
| 32 | Mariana Miranda | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 15 | 15 |
| 33 | Eva Cabral | Clube Atletismo Vale Figueira | 12 | 2 | | | | | 14 |
| 34 | Larissa Martins | Ingleses Futebol Clube | 14 | | | | | | 14 |
| 35 | Maria Luisa Silva | G. D. R. de Manique de Cima | | | 14 | | | | 14 |
| 36 | Sofia Fernandes | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 14 | | | 14 |
| 37 | Marta Salvaterra | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 14 | 14 |
| 38 | Ema Monteiro | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 13 | | | | | | 13 |
| 39 | Sofia Lami | Sport Clube União Torreense | | | | | 13 | | 13 |
| 40 | Caetana Bandola | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 12 | 12 |

ESCALÃO-INFANTIL-FEM-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|--------------|----------------------|--|--|---------------------------------------|--|--|-------------------------------------|---|---------------|
| 41 | Micaela Paulo | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 12 | | 12 |
| 42 | Inês Pereira | GRCD Leião | | 11 | | | | | 11 |
| 43 | Beatriz Parreira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 11 | 11 |
| 44 | Beatriz Melo | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | 3 | | 8 | | | 11 |
| 45 | Inês Pereira | GRCD Leião | | 11 | | | | | 11 |
| 46 | Maria Clara Alves | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 10 | 10 |
| 47 | Leonor Quiaios Lapas | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 10 | | 10 |
| 48 | Leonor Silva | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | | | 10 | | | 10 |
| 49 | Lara Sousa | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 9 | | 9 |
| 50 | Vanessa Jesus | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 51 | Inês Cabral | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 9 | | | 9 |
| 52 | Madalena Serrano | Sporting Clube de Portugal | | 9 | | | | | 9 |
| 53 | Raquel Freire | Sporting Clube de Portugal | | 8 | | | | | 8 |
| 54 | Lara Silva | Sport Clube União Torreense | | | | | 8 | | 8 |
| 55 | Sandra Reis | Run Tejo- Prevent Spraim | | 7 | | | | | 7 |
| 56 | Sara Ventura | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 7 | | 7 |
| 57 | Maria Inês Torres | GM 1ºDezembro Queijas | | 6 | | | | | 6 |
| 58 | Lara Pereira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 5 | | | | | 5 |
| 59 | Benedita Esperança | Sporting Clube de Portugal | | 4 | | | | | 4 |

ESCALÃO-INFANTIL-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-2023 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 12-2023 01 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 2004-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------------|--|--|--------------------------------|--|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Tiago Martins | Inglesees Futebol Clube | 20 | 19 | 16 | 20 | 19 | 20 | 114 |
| 2 | Filipe Maravilha | GM 1ºDezembro Queijas | 19 | 15 | 20 | 17 | | | 71 |
| 3 | Simão Damião | Sporting Clube Lourinhanense | 16 | | | 15 | 18 | | 49 |
| 4 | Vasco Martinho | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | 19 | 20 | | 39 |
| 5 | Diogo Mugarro | Associação Desportiva NucleOeiras | | 18 | | 18 | | | 36 |
| 6 | Manuel Filipe | Associação Desportiva NucleOeiras | | 16 | | 16 | | | 32 |
| 7 | Rafael Machado | GM 1ºDezembro Queijas | 19 | 12 | | 14 | | | 31 |
| 8 | Tomás Almeida | GM 1ºDezembro Queijas | 18 | 12 | | | | | 30 |
| 9 | Leonardo Caxarias | Associação Vitor Baptista | | | | 10 | 15 | | 25 |
| 10 | Miguel Cabral | Clube Atletismo Vale Figueira | 14 | 9 | | | | | 23 |
| 11 | Rafael Pereira | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | 4 | | | | | 21 |
| 12 | Eduardo Soares | LX Triathlon | 13 | 7 | | | | | 20 |
| 13 | Gustavo Fonseca | Associação Vitor Baptista | | | | 8 | 12 | | 20 |
| 14 | Miguel Ramos | GM 1ºDezembro Queijas | | 11 | | 9 | | | 20 |
| 15 | Martim Rosário | Individual | | | 19 | | | | 19 |
| 16 | Miguel Costa | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 6 | | 13 | | | 19 |
| 17 | Romilson Pereira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 19 | 19 |
| 18 | Henrique Ruela | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 2 | | 7 | | 10 | 19 |
| 19 | Simão Silva | Agrupamento de Escolas D. Maria II | | | 18 | | | | 18 |
| 20 | Diogo Rocha | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 18 | 18 |
| 21 | Bernardo Girão Ginja | Agrupamento de Escolas D. Carlos I | | | 17 | | | | 17 |
| 22 | Bernardo Lopes Almeida | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | 17 | | | | | 17 |
| 23 | Rodrigo Costa | Sporting Clube de Portugal | | | | | | 17 | 17 |
| 24 | Renato Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 17 | | 17 |
| 25 | Gustavo Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 16 | | 16 |
| 26 | Pietro Pottes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 16 | 16 |
| 27 | André Conceição | Futebol Clube Recreativo Rossão | 15 | | | | | | 15 |
| 28 | Miguel Garcia | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 15 | 15 |
| 29 | Lucas Girão Ginja | União Sport Clube Mira Sintra | | | 15 | | | | 15 |
| 30 | Alexandre Santos | GDRC Ponterrolense | | | | | 14 | | 14 |
| 31 | Martim Silva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 14 | 14 |
| 32 | Duarte Pinho | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | 14 | | | | | 14 |
| 33 | Telmo Costa | Juventude Operária Monte Abraão | | | 14 | | | | 14 |
| 34 | Duarte Rocha | Individual | | | 13 | | | | 13 |
| 35 | Lourenço Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 13 | | 13 |
| 36 | Raphael Lopes | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 37 | João Lopes | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | | | 12 | | | 12 |
| 38 | Luis Silva | OCR Portugal Lab Club | 12 | | | | | | 12 |
| 39 | Ricardo Gonçalves | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 12 | 12 |
| 40 | Lucas Pinheiro | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 11 | | | | | | 11 |

ESCALÃO-INFANTIL-MASC-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-------------------|-----------------------------------|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | António Santos | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 11 | 11 |
| 42 | Raul Gomes | Individual | | | | 11 | | | 11 |
| 43 | David Oliveira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 10 | | | | | 10 |
| 44 | Martim Serrão | LX Triathlon | 10 | | | | | | 10 |
| 45 | Pedro Correia | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 46 | Martim Grilo | CNCVG | | 5 | | | | | 5 |
| 47 | Tiago Nunes | Run Tejo- Prevent Sprain | | 3 | | | | | 3 |
| 48 | Miguel Silva | GM 1ºDezembro Queijas | | 2 | | | | | 2 |
| 49 | André Ricardo | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 50 | António Sousa | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 51 | Daniel Machado | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 52 | Francisco Galrito | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 53 | Tiago Castanheira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 54 | Tiago Cotrim | LX Triathlon | | 1 | | | | | 1 |
| 55 | Tomás Amaro | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-INICIADO-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|--|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Madalena Fernandes | Sporting Clube Lourinhanense | 20 | | | 16 | 18 | | 54 |
| 2 | Carolina Coelho | GM 1ºDezembro Queijas | 18 | 8 | | 20 | | | 46 |
| 3 | Leonor Matos | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 19 | | 19 | | | 38 |
| 4 | Margarida Pacheco | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | 18 | 20 | | 38 |
| 5 | Cristina Ramalho | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 20 | 17 | | | | | 37 |
| 6 | Rita Kneissler | GM 1ºDezembro Queijas | 19 | 13 | | | | | 32 |
| 7 | Matilde Ruela | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 1 | | 11 | | 17 | 29 |
| 8 | Raquel Ribeiro | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 17 | 9 | | | | | 26 |
| 9 | Jéssica Correia | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 20 | | | | 20 |
| 10 | Sara Ribas | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 11 | Maria B Silva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 20 | 20 |
| 12 | Áurea Van-Dunem | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 19 | | | | 19 |
| 13 | Maria Jorge | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 19 | | 19 |
| 14 | Mariana Isidro | Sporting Clube de Portugal | | 19 | | | | | 19 |
| 15 | Mariana Teixeira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 19 | 19 |
| 16 | Renata Canas | Agrupamento de Escolas D. João II | | | 18 | | | | 18 |
| 17 | Rita Gaspar | Sporting Clube de Portugal | | 18 | | | | | 18 |
| 18 | Albina Kosovan | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 18 | 18 |
| 19 | Diana Nunes | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 17 | | | 17 |
| 20 | Gabriela Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 17 | | 17 |
| 21 | Catarina Basílio | Sport Clube União Torreense | | | | | 16 | | 16 |
| 22 | Catarina Travassos | Sporting Clube de Portugal | | 16 | | | | | 16 |
| 23 | Jorcimira Torres | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 16 | | | | | | 16 |
| 24 | Alice Assunção | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 16 | 16 |
| 25 | Kika Branco | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 15 | | | 15 |
| 26 | Luana Rego | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 15 | | 15 |
| 27 | Raquel Vitorino | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 15 | | | | | 15 |
| 28 | Diana Vieira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 15 | 15 |
| 29 | Maria Teresa Amado | Sporting Clube de Portugal | | 14 | | | | | 14 |
| 30 | Serena da Silva | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 14 | | | 14 |
| 31 | Erica Tavares | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 14 | 14 |
| 32 | Constança Cruzinha | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | 12 | | | 13 |
| 33 | Inês Cunha Lopes | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 13 | | | 13 |
| 34 | Maria Inês Lourenço | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 35 | Leonor Antunes | Sporting Clube de Portugal | | 12 | | | | | 12 |
| 36 | Matilde Barbosa | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 12 | 12 |
| 37 | Rita Martins | Associação Desportiva NucleOeiras | | 11 | | | | | 11 |
| 38 | Lara Rodrigues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 11 | 11 |
| 39 | Salomé Belo | Sporting Clube de Portugal | | 10 | | | | | 10 |
| 40 | Matilde Neta | Sporting Clube de Portugal | | 7 | | | | | 7 |

ESCALÃO-INICIADO-FEM-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|--------------|--------------------|--|--|---------------------------------------|--|--|-------------------------------------|---|---------------|
| 41 | Catarina Faria | GM 1ºDezembro Queijas | | 6 | | | | | 6 |
| 42 | Maria Bérqamo | Sporting Clube de Portugal | | 4 | | | | | 4 |
| 43 | Teresa Marques | Sporting Clube de Portugal | | 3 | | | | | 3 |
| 44 | Diana Macedo | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 2 | | | | | 2 |
| 45 | Ariana Esik | Sporting Clube de Portugal | | 1 | | | | | 1 |
| 46 | Clara Tomé | Run Tejo- Prevent Sprain | | 1 | | | | | 1 |
| 47 | Enara Arrancudiaga | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 1 | | | | | 1 |
| 48 | Francisco Branco | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | | | | 1 |
| 49 | Maria Vieira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-INICIADO-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-2023 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20 04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" Clisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------------|--|---|-----------------------------------|--|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | António Mendes | Ingleses Futebol Clube | 18 | 14 | 20 | | | | 52 |
| 2 | Afonso Mendes | Ingleses Futebol Clube | 17 | 13 | 19 | | | | 49 |
| 3 | Italo Santos | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 20 | | 20 | | | 40 |
| 4 | Alexandre Carvalho | GM 1ºDezembro Queijas | 20 | 18 | | | | | 38 |
| 5 | David Martins | Ingleses Futebol Clube | 19 | 15 | | | | | 34 |
| 6 | Afonso Corvo | Sport União Colarense | | 16 | 15 | | | | 31 |
| 7 | Hélio Brito | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 12 | | 19 | | | 31 |
| 8 | Lourenço Corvo | Sport União Colarense | | 13 | 14 | | | | 27 |
| 9 | Tomás Magina | GM 1ºDezembro Queijas | 14 | 11 | | | | | 25 |
| 10 | João Trigo | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | 7 | 17 | | | | 24 |
| 11 | Alexandre Fevereiro | Run Tejo- Prevent Sprain | | 2 | | 18 | | | 20 |
| 12 | Diogo Pinto | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 13 | Raimundo Jorge | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 20 | | 20 |
| 14 | Keven Castro | Sport Lisboa e Benfica | | | | | | 20 | 20 |
| 15 | Diogo Brandão | Associação Desportiva NucleOeiras | | 19 | | | | | 19 |
| 16 | Francisco Costa | GDRC Ponterrolense | | | | | 19 | | 19 |
| 17 | Enzo da Costa Fernandes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 19 | 19 |
| 18 | Filipe Martins | Sport Lisboa e Benfica | | | | | | 18 | 18 |
| 19 | Tiago Francisco | Ingleses Futebol Clube | | | 18 | | | | 18 |
| 20 | André Costa | Run Tejo- Prevent Sprain | | 17 | | | | | 17 |
| 21 | Gonçalo Mendes | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | | | 17 | | | 17 |
| 22 | Rodrigo Duarte Trigo | GM 1ºDezembro Queijas | 11 | 6 | | | | | 17 |
| 23 | Isaac da Costa Fernandes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 24 | Miguel Canana | Ingleses Futebol Clube | 16 | | | | | | 16 |
| 25 | Sebastião Salvaterra | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 16 | 16 |
| 26 | Pedro Reis | GM 1ºDezembro Queijas | 12 | 4 | | | | | 16 |
| 27 | Samuel Albergaria | G. D. R. de Manique de Cima | | | 16 | | | | 16 |
| 28 | Tomás Pereira | Run Tejo- Prevent Sprain | | 16 | | | | | 16 |
| 29 | Rodrigo Valentim | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 15 | 15 |
| 30 | Rafael Alexandre | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 15 | | | | | | 15 |
| 31 | Martim Figueiras | OS GALGOS | | | | | | 14 | 14 |
| 32 | Salvador Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 33 | Mário Pires | GM 1ºDezembro Queijas | 13 | | | | | | 13 |
| 34 | Lourenço Caseiro | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 12 | 12 |
| 35 | Omar Costa | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 11 | 11 |
| 36 | Ruben Jesus | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 10 | 10 |
| 37 | Rafael Castanheira | GM 1ºDezembro Queijas | | 10 | | | | | 10 |
| 38 | Simão Paredes | Clube Atletismo Vale Figueira | 10 | | | | | | 10 |
| 39 | Daniel Martins | Ingleses Futebol Clube | 9 | | | | | | 9 |
| 40 | Gonçalo Antunes | CNCVG | | 9 | | | | | 9 |

ESCALÃO-INICIADO-MASC-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|--------------|-------------------|---------------------------------|--|---------------------------------------|--|--|-------------------------------------|---|---------------|
| 41 | Lourenço Reis | OS GALGOS | | | | | | 9 | 9 |
| 42 | Gonçalo Antunes | Futebol Clube Recreativo Rossão | 8 | | | | | | 8 |
| 43 | Frederico Antunes | Sporting Clube de Portugal | | 8 | | | | | 8 |
| 44 | Martin Nobre | OS GALGOS | | | | | | 8 | 8 |
| 45 | Martim Fernandes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 7 | 7 |
| 46 | Mário Pires | GM 1ºDezembro Queijas | | 5 | | | | | 5 |
| 47 | Miguel Nogueira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 48 | Guilherme Gil | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 49 | Henrique Lomba | Run Tejo- Prevent Sprain | | 1 | | | | | 1 |
| 50 | José Barreiros | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-JUVENIL-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-----------------------|--|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Inês Veredas | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 18 | | 20 | | | 38 |
| 2 | Andreia Pacheco | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | 18 | 19 | | 37 |
| 3 | Raquel Silva | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | 16 | | | | | 33 |
| 4 | Susana Santos | Futebol Clube Recreativo Rossão | 11 | | | | | 17 | 28 |
| 5 | Diana Ruão | Ingleses Futebol Clube | 13 | 14 | | | | | 27 |
| 6 | Madalena Anjos | Associação Desportiva NucleOeiras | | 5 | | 19 | | | 24 |
| 7 | Maria Luisa Rodrigues | Ingleses Futebol Clube | 9 | 12 | | | | | 21 |
| 8 | Catia Khvas | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 9 | Inês Francisco | Ingleses Futebol Clube | | | 20 | | | | 20 |
| 10 | Joana Canana | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 11 | Beatriz Martins | Clube Atletismo Penafirme | | | | | 20 | | 20 |
| 12 | Laura Cruz | OS GALGOS | | | | | | 20 | 20 |
| 13 | Beatriz da Cruz | G. D. R. de Manique de Cima | | | 19 | | | | 19 |
| 14 | Maria Carolina Vidal | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 19 | | | | | | 19 |
| 15 | Angelina Kosovan | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 19 | 19 |
| 16 | Camila Dias | G. D. R. de Manique de Cima | | | 18 | | | | 18 |
| 17 | Erica Dias | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 18 | | | | | | 18 |
| 18 | Alice Ferreira | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 18 | | 18 |
| 19 | Daniel Romão | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 18 | 18 |
| 20 | Inês Pereira | Sport Clube União Torreense | | | | | 17 | | 17 |
| 21 | Mariana Grilo | CNCVG | | 17 | | | | | 17 |
| 22 | Mariana Pinto | G. D. R. de Manique de Cima | | | 17 | | | | 17 |
| 23 | Laura Gonçalves | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 16 | | | | | | 16 |
| 24 | Margarida Silva | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 16 | | 16 |
| 25 | Barbara Vieira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 16 | 16 |
| 26 | Ester Fonseca | Sport União Colareense | | 15 | | | | | 15 |
| 27 | Nicoleta Puscas | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 15 | 15 |
| 28 | Lúcia Gaspar | Clube Atletismo Vale Figueira | 14 | | | | | | 14 |
| 29 | Inês Antunes | Futebol Clube Recreativo Rossão | 12 | | | | | | 12 |
| 30 | Laura Maciel | Ingleses Futebol Clube | | 11 | | | | | 11 |
| 31 | Ana Mineiro Patricio | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 10 | | | | | | 10 |
| 32 | Mafalda Silva | GM 1ºDezembro Queijas | | 10 | | | | | 10 |
| 33 | Margarida Jerónimo | GM 1ºDezembro Queijas | | 9 | | | | | 9 |
| 34 | Mayra Cardoso | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 8 | | | | | | 8 |
| 35 | Rita Silva | GRCD Leião | | 8 | | | | | 8 |

ESCALÃO-JUVENIL-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Manuel Duarte | LX Triathlon | 20 | 15 | | | | | 35 |
| 2 | Simão Guerra | Centro Atletismo de A-D-Cunhados | | | | 18 | 17 | | 35 |
| 3 | Vasco Santos | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 18 | 14 | | | | | 32 |
| 4 | Pedro Almeida | LX Triathlon | 15 | 11 | | | | | 26 |
| 5 | Francisco Azevedo | Associação Desportiva NucleOeiras | | 6 | | 19 | | | 25 |
| 6 | André Costa | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 20 | | | 20 |
| 7 | Pedro Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 20 | | 20 |
| 8 | Santiago Agatão | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 9 | Tiago Salvador | Fundação Salesianos | | | | | | 20 | 20 |
| 10 | Guilherme Cravo | Inglesees Futebol Clube | 19 | | | | | | 19 |
| 11 | Pedro Sayanda | Associação Desportiva NucleOeiras | | 3 | | 16 | | | 19 |
| 12 | Ruben Bipate | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 19 | 19 |
| 13 | Tiago Reis | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 19 | | 19 |
| 14 | Francisco Miranda | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 18 | | 18 |
| 15 | Guilherme Filipe | Associação Desportiva NucleOeiras | | 18 | | | | | 18 |
| 16 | Simão Alves | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | | | 18 | 18 |
| 17 | Rodrigo Gomes | LX Triathlon | 17 | | | | | | 17 |
| 18 | Frederico Ferreira | Fundação Salesianos | | | | | | 17 | 17 |
| 19 | Rodrigo Viciosa | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 20 | Tiago Mateus | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 17 | | | 17 |
| 21 | António Vicente | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 16 | 16 |
| 22 | Nuno Matos | Inglesees Futebol Clube | 16 | | | | | | 16 |
| 23 | Tiago Casinha | CNCVG | | 16 | | | | | 16 |
| 24 | Guilherme Cabral | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 15 | | | 15 |
| 25 | Diogo Pinheiro | Clube Atletismo Vale Figueira | 13 | 1 | | | | | 14 |
| 26 | Santinho Kneissler | GM 1ºDezembro Queijas | 14 | | | | | | 14 |
| 27 | João Silva | Run Tejo- Prevent Sprain | | 12 | | | | | 12 |
| 28 | Virgilio Teixeira | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 12 | | | | | | 12 |
| 29 | João Cruz | Sporting Clube de Portugal | 11 | | | | | | 11 |
| 30 | Miguel Dias | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 10 | 1 | | | | | 11 |
| 31 | Cristiano Santinho | GM 1ºDezembro Queijas | | 9 | | | | | 9 |
| 32 | Mário Francisco | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 9 | | | | | | 9 |
| 33 | Shuncheng Ke | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 34 | António Crisóstomo | Run Tejo- Prevent Sprain | | 7 | | | | | 7 |
| 35 | Gustavo Martins | GM 1ºDezembro Queijas | | 5 | | | | | 5 |
| 36 | David Vieira | GM 1ºDezembro Queijas | | 4 | | | | | 4 |
| 37 | Gonçalo Queiroz | GM 1ºDezembro Queijas | | 3 | | | | | 3 |
| 38 | Rodrigo Prudêncio | GM 1ºDezembro Queijas | | 2 | | | | | 2 |
| 39 | Diego Fernandez da Silva | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 40 | Lourenço Velhinho | Sporting Clube de Portugal | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-JUVENIL-MASC-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-----------------|-------------------------------|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | André Correia | Sporting Clube de Portugal | | 1 | | | | | 1 |
| 42 | Ricardo Liberio | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 43 | Ricardo Sousa | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 44 | Simão Cruz | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 45 | Tiago Nuno | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 46 | Álvaro Martins | Clube Atletismo Vale Figueira | | 1 | | | | | 1 |
| 47 | André Correia | Sporting Clube de Portugal | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-JUNIOR-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|--|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Jéssica Pereira | Clube Atletismo Vale Figueira | 15 | 13 | 20 | | | | 48 |
| 2 | Diana Sousa | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 20 | | 20 | | | 40 |
| 3 | Raquel Ribeiro | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 19 | | 19 | | | 38 |
| 4 | Teresa Ramalho | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 20 | | | 18 | | | 38 |
| 5 | Laura Gonçalves | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 16 | | | 16 | | | 32 |
| 6 | Carolina Chapa | Fundação Salesianos | | | | | | 20 | 20 |
| 7 | Inês Jorge | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 20 | | 20 |
| 8 | Ana Lopes | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 19 | | | | | | 19 |
| 9 | Inês Faia | OS GALGOS | | | | | | 19 | 19 |
| 10 | Beatriz Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 19 | | 19 |
| 11 | Mariana Paulino | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 19 | | | | | 19 |
| 12 | Beatriz Correia | Grupo Desportivo De Chelas | 18 | | | | | | 18 |
| 13 | Margarida Santos | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 18 | 18 |
| 14 | Matilde Marques | Associação Desportiva NucleOeiras | | 18 | | | | | 18 |
| 15 | Catarina Rodrigues | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 16 | Énia Catanho | CIA Ilha Azul | | | | 17 | | | 17 |
| 17 | Beatriz Cardoso | OS GALGOS | | | | | | 17 | 17 |
| 18 | Viviana Costa | Grupo Desportivo De Chelas | 17 | | | | | | 17 |
| 19 | Eliana Costa | Grupo Desportivo De Chelas | 16 | | | | | | 16 |

ESCALÃO-JUNIOR-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-------------------|--|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | David Leitão | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 19 | | 19 | | | 38 |
| 2 | Evandro Pires | Run Tejo- Prevent Sprain | | 20 | | 17 | | | 37 |
| 3 | Rafael Salgado | Clube Atletismo Vale Figueira | 20 | 15 | | | | | 35 |
| 4 | Luca Robinson | Run Tejo- Prevent Sprain | | 13 | | 14 | | | 27 |
| 5 | Micael Escaleira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 10 | | 15 | | | 25 |
| 6 | André Freitas | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | | | 20 | | | 20 |
| 7 | Rafael Estevão | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 20 | | 20 |
| 8 | Martim Martins | Fundação Salesianos | | | | | | 20 | 20 |
| 9 | Tiago Sousa | Juventude Operária Monte Abraão | | | 20 | | | | 20 |
| 10 | Bernardo Rolim | Sporting Clube Lourinhanense | 19 | | | | | | 19 |
| 11 | Lourenço Frazão | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 12 | David Covaci | Sport Lisboa e Benfica | | | | | | 19 | 19 |
| 13 | Miguel Aguiar | Associação Desportiva NucleOeiras | | 19 | | | | | 19 |
| 14 | André Cunha | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 18 | | | | | 18 |
| 15 | Dinis Kaiseler | Ingleses Futebol Clube | 18 | | | | | | 18 |
| 16 | Gonçalo Almeida | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | | | 18 | | | 18 |
| 17 | Guilherme Brito | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 18 | 18 |
| 18 | Inelio Silva | Associação Desportiva Leões Apelaçenenses | 17 | | | | | | 17 |
| 19 | Joel Barros | Associação Desportiva NucleOeiras | | 17 | | | | | 17 |
| 20 | Pedro Coelho | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 17 | 17 |
| 21 | Bruno Sousa | GRCD Leião | | | | 16 | | | 16 |
| 22 | Daniel Gonçalves | OS GALGOS | | | | | | 16 | 16 |
| 23 | Raul Martins | Desportivo Monte Real | | | | | | 15 | 15 |
| 24 | Miguel Patrício | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | 14 | | | | | 14 |
| 25 | Gonçalo Pereira | CNA-Pentatlo Moderno | | | | 13 | | | 13 |
| 26 | Miguel Jesus | Sporting Clube de Portugal | | 13 | | | | | 13 |
| 27 | Pedro Nuno | GM 1ºDezembro Queijas | | 12 | | | | | 12 |
| 28 | Vasco Sequeira | CNCVG | | 11 | | | | | 11 |
| 29 | Gonçalo Magalhães | Academia R. de Linda-a-Velha | | 10 | | | | | 10 |
| 30 | Tiago Nogueira | GM 1ºDezembro Queijas | | 9 | | | | | 9 |
| 31 | Gonçalo Sousa | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 32 | Ricardo Silva | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | | 0 |

ESCALÃO-Sub23-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|--------------|----------------------|--------------------------------------|--|---------------------------------------|--|--|-------------------------------------|---|---------------|
| 1 | Petra Santos | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 20 | | 17 | 37 |
| 2 | Gabriela Sobral | Ingleses Futebol Clube | | 20 | | | | 10 | 30 |
| 3 | Beatriz Oliveira | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 20 | | 20 |
| 4 | Cátia Costa | Individual | | | 20 | | | | 20 |
| 5 | Soraia Oliveira | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 6 | Maria Rodrigues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 20 | 20 |
| 7 | Daniela Almeida | GM 1ºDezembro Queijas | | 19 | | | | | 19 |
| 8 | Joana Costa | Correr Queluz | | | 19 | | | | 19 |
| 9 | Raquel Anjos | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 10 | Fabiana Carrasqueiro | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 18 | | 18 |
| 11 | Madalena Preciso | GM 1ºDezembro Queijas | | 18 | | | | | 18 |
| 12 | Rita Bacelar | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 13 | Marta Castro | Sporting Clube de Portugal | | | | | | 16 | 16 |
| 14 | Sofia Gonçalves | GRCD Leião | | 16 | | | | | 16 |

ESCALÃO-Sub23-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" Lisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|--------------|-------------------|--|---|--------------------------------|---|--|------------------------------|------------------------------------|---------------|
| 1 | Mohamed Diakhabi | Ingleses Futebol Clube | 20 | 18 | 19 | 20 | 18 | 11 | 106 |
| 2 | Afonso Antunes | GRCD Leião | | 16 | 20 | 18 | | | 54 |
| 3 | Tiago Maniés | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | 17 | 20 | | 37 |
| 4 | Tiago Simões | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 18 | | | 19 | 37 |
| 5 | Luis Messias | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 17 | 15 | | | | | 32 |
| 6 | Diogo Cancela | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | 14 | | 14 | | | 28 |
| 7 | Alexandre Pereira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 20 | | | | | 20 |
| 8 | Diogo Nunes | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 20 | 20 |
| 9 | Alex Valador | Clube Atletismo Vale Figueira | 19 | | | | | | 19 |
| 10 | Bernardo Magina | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 19 | | | 19 |
| 11 | Diogo Silva | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 12 | José Carlos | Associação Desportiva NucleOeiras | | 19 | | | | | 19 |
| 13 | David Nogueira | Clube Atletismo Vale Figueira | 18 | | | | | | 18 |
| 14 | Gonçalo Coelho | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 18 | 18 |
| 15 | João Antunes | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 17 | | 17 |
| 16 | Rodrigo Brito | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 17 | 17 |
| 17 | Francisco Almeida | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 17 | | | | 17 |
| 18 | Afonso Claro | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 16 | | | | | | 16 |
| 19 | André Cunha | Soc Filarmonica Recreativa Atletismo Amadora | | | | 16 | | | 16 |
| 20 | Edson Carvalho | Associação Desportiva NucleOeiras | | 16 | | | | | 16 |
| 21 | Anton Puscas | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 16 | 16 |
| 22 | Alfredo Veiga | CNA-Pentatlo Moderno | | | | 15 | | | 15 |
| 23 | Dulié Fontes | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 15 | | | 15 |
| 24 | Carlos Silva | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 15 | 15 |
| 25 | João Primor | OS GALGOS | | | | | | 14 | 14 |
| 26 | Filipe Lopes | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 14 | | | 14 |
| 27 | Flavio Bipate | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 13 | 13 |
| 28 | Eliel Natal | Individual | | | | 13 | | | 13 |

ESCALÃO-SENIOR-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Telma Silva | Run Tejo- Prevent Sprain | | 16 | 20 | 13 | 20 | | 69 |
| 2 | Sara Monteiro | Associação Desportiva NucleOeiras | | 19 | | 18 | | 13 | 50 |
| 3 | Joana Ogura | Grupo Desportivo Eirense | | | | 20 | | 18 | 38 |
| 4 | Sara Baptista | Club Sport Marítimo | 20 | | | | | 15 | 35 |
| 5 | Barbara Rita Abreu | Run Tejo- Prevent Sprain | | 17 | | 12 | | | 29 |
| 6 | Luciana Viengo | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 17 | | 11 | 28 |
| 7 | Catarina Borges | GM 1ºDezembro Queijas | | 14 | | 11 | | | 25 |
| 8 | Catarina Távora | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 20 | 20 |
| 9 | Camila Gomes | SC Braga | | | | | | 20 | 20 |
| 10 | Jessara Xavier | Olimpico Vianense | | 20 | | | | | 20 |
| 11 | Carollinag | Correr Queluz | | | 19 | | | | 19 |
| 12 | Inês Oliveira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 19 | 19 |
| 13 | Kcénia Bougrova | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 19 | | | 19 |
| 14 | Catia Pereira | Individual | | | | | | 19 | 19 |
| 15 | Rita Coelho | Individual | 19 | | | | | | 19 |
| 16 | Susana Vicente | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 17 | Catarina Vieira | GDRC Ponterrolense | | | | | 18 | | 18 |
| 18 | Joana Oliveira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 18 | 18 |
| 19 | Marta Ferreira | Club Sport Marítimo | 18 | | | | | | 18 |
| 20 | Sofia Vaz | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | 18 | | | | 18 |
| 21 | Cátia Santos | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 17 | 17 |
| 22 | Débora Monteiro | Individual | | | 17 | | | | 17 |
| 23 | Rafaela Norte | Herdade Moderna | 17 | | | | | | 17 |
| 24 | Susana Casimiro | Sport Clube União Torreense | | | | | 17 | | 17 |
| 25 | Anabela Aguiar | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 16 | | | 16 |
| 26 | Andresa Dantier | OS GALGOS | | | | | | 16 | 16 |
| 27 | Daniela Vinagre | Individual | | | 16 | | | | 16 |
| 28 | Leticia Oliveira | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 16 | | | | | | 16 |
| 29 | Teresa Fortunato | GDRC Ponterrolense | | | | | 16 | | 16 |
| 30 | Ana Rola | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 15 | 15 |
| 31 | Kimberly Dumont | GRCD Leião | | | | 15 | | | 15 |
| 32 | Rita Cardoso | União Desportiva de Alfoanelos | 15 | | | | | | 15 |
| 33 | Sofia Geraldés | Correr Queluz | | | 15 | | | | 15 |
| 34 | Susana Santos | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 15 | | | | | 15 |
| 35 | Joana Figueiredo | OS GALGOS | | | | | | 14 | 14 |
| 36 | Maria Arez | Correr Queluz | | | 14 | | | | 14 |
| 37 | Mónica Domingos | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 14 | | | 14 |
| 38 | Margarida Silva | ACD-Jardim da Serra EF | | | | | | 14 | 14 |
| 39 | Adriana Silva | OS GALGOS | | | | | | 13 | 13 |
| 40 | Alexandra Paulo | Individual | | | 13 | | | | 13 |

ESCALÃO-SENIOR-FEM-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Samira Buhler | CNCVG | | 13 | | | | | 13 |
| 42 | Diana Pedro | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | | | 12 | 12 |
| 43 | Filipa Almendra | Individual | | | 12 | | | | 12 |
| 44 | Marta Barbosa | CNCVG | | 12 | | | | | 12 |
| 45 | Joana Pinto | OS GALGOS | | | | | | 12 | 12 |
| 46 | Andreia Baiôa | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 11 | 11 |
| 47 | Cláudia Jerónimo | SIMECO | | 11 | | | | | 11 |
| 48 | Inês Santos | Correr Queluz | | | 11 | | | | 11 |
| 49 | Ana Catarina Mateus | Vitória de Janes | | | | | | 10 | 10 |
| 50 | Andreia Miranda | Associação Desportiva NucleOeiras | | 10 | | | | | 10 |
| 51 | Claudia Lopes | GM 1ºDezembro Queijas | | 9 | | | | | 9 |
| 52 | Rita Dias | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 9 | 9 |
| 53 | Camila Anjos | O Muchacho | | 8 | | | | | 8 |
| 54 | Rita Teixeira | Sport Lisboa e Benfica | | | | | | 8 | 8 |
| 55 | Rita Maio | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 8 | 8 |
| 56 | Diana Esik | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 7 | | | | | 7 |
| 57 | Inês Saraiva | Juventude Operária Monte Abraão | | | | | | 7 | 7 |
| 58 | Joana Baranita | Individual | | | | | | 7 | 7 |
| 59 | Cathy Silva | Individual | | | | | | 6 | 6 |
| 60 | Tatiana Rocha | União Atlético Povoense | | | | | | 6 | 6 |
| 61 | Mafalda Bação | GRCD Leão | | 6 | | | | | 6 |
| 62 | Carla Almeida | ACRSD | | | | | | 5 | 5 |
| 63 | Inês Lopes | GM 1ºDezembro Queijas | | 5 | | | | | 5 |
| 64 | Sofia Cristina Oliveira | Fundação Salesianos | | | | | | 5 | 5 |
| 65 | Filipa Fernandes | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 4 | 4 |
| 66 | Soraia Paraíso | GRCD Leão | | 4 | | | | | 4 |
| 67 | Célia Gonçalves | Individual | | | | | | 3 | 3 |
| 68 | Mónica Teixeira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 3 | 3 |
| 69 | Maria Rodrigues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 2 | 2 |
| 70 | Joana Parreira | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 2 | 2 |
| 71 | Sónia Palmela | Desportivo Monte Real | | | | | | 1 | 1 |
| 72 | Sara Nunes | Individual | | | | | | 1 | 1 |

ESCALÃO-SENIOR-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01- 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11- 05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|----------------------|---|---|---------------------------------|---|---|-------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | João Sequeira | Ingleses Futebol Clube | 16 | 16 | 14 | 9 | 14 | 13 | 82 |
| 2 | Miguel Pinto | Run Tejo- Prevent Sprain | | 19 | 20 | | 19 | | 58 |
| 3 | Diogo Batista | Associação Desportiva NucleOeiras | | 18 | | 18 | | 19 | 55 |
| 4 | Abdulai Djaló | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 18 | | | 20 | 38 |
| 5 | António Moura | CSS João Madeira (individual??) | | | | 19 | | 18 | 37 |
| 6 | Gelson Gonçalves | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 19 | 13 | | | 32 |
| 7 | Miguel Vilares | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 14 | 17 | | | | | 31 |
| 8 | Joel Ponces | Ingleses Futebol Clube | | 17 | | 8 | | | 25 |
| 9 | Jorge Carvalheiro | Herdade Moderna (RB Running) | 13 | | | 11 | | | 24 |
| 10 | António Boné | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 10 | 13 | | 23 |
| 11 | Miguel Cruz | Ingleses Futebol Clube | 11 | 12 | | | | | 23 |
| 12 | Duarte Cunha | Maia Atlético Clube | | | | | | 20 | 20 |
| 13 | António Pinto | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 13 | | | 7 | 20 |
| 14 | Felisberto Alves | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 15 | Ismael Carvalho | Run Tejo- Prevent Sprain | | 20 | | | | | 20 |
| 16 | Rúben Amaral | Sporting Clube de Portugal | | | | 20 | | | 20 |
| 17 | Said Amegrane | GDRC Ponterrolense | | | | | 20 | | 20 |
| 18 | João Santos | OS GALGOS | | | | | | 19 | 19 |
| 19 | Miguel Lopez | Ingleses Futebol Clube | 19 | | | | | | 19 |
| 20 | Bruno Sabido | Desportivo Monte Real | | | | | | 18 | 18 |
| 21 | Daniel Martins | Clube Atletismo Vale Figueira | 7 | 11 | | | | | 18 |
| 22 | Paulo Batista | GDRC "OS Carregueirenses" | | | | | 18 | | 18 |
| 23 | Ricardo Ferreira | Ingleses Futebol Clube | 18 | | | | | | 18 |
| 24 | Ricardo Paixão | Bac. Beja | | | | | | 17 | 17 |
| 25 | Luis Silva | Ingleses Futebol Clube | 17 | | | | | | 17 |
| 26 | Mário Firmino | GDRC Ponterrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 27 | Miguel Pinto | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 17 | | | 17 |
| 28 | Tiago Pires da Silva | Clube Atletismo de Sintra | | | 17 | | | | 17 |
| 29 | Vitor Hugo | Desportivo Monte Real | | | | | | 17 | 17 |
| 30 | Carlos Carita | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 16 | | | | 16 |
| 31 | Filipe Rebelo | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 16 | | | 16 |
| 32 | João Pereira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | 4 | | 12 | | 16 |
| 33 | André Ferreira | CPT Sobral da Ceira EM | | | | | | 16 | 16 |
| 34 | Miguel Marques | OS GALGOS | | | | | | 16 | 16 |
| 35 | Patrick Lima | GDRC Ponterrolense | | | | | 16 | | 16 |
| 36 | Diogo Guerra | Correr Queluz | | | 15 | | | | 15 |
| 37 | Duarte Brito | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 15 | 15 |
| 38 | Hugo Gil | Ingleses Futebol Clube | 15 | | | | | | 15 |
| 39 | Joni Jacinto | GDRC Ponterrolense | | | | | 15 | | 15 |
| 40 | Luís Teixeira | Run Tejo- Prevent Sprain | | 15 | | | | | 15 |

ESCALÃO-SENIOR-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Rodrigo Freitas | Sport Lisboa e Benfica | | | | | | 15 | 15 |
| 42 | Ricardo Reis | S.L.Benfica | | | | | | 14 | 14 |
| 43 | José Ferreira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 14 | 14 |
| 44 | Marco Pinto | União Desportiva de Alfornelos | | 14 | | | | | 14 |
| 45 | Tomás Ribeiro | Atlético da Póvoa | | | | | | 13 | 13 |
| 46 | André Viseu | SIMECO | | 13 | | | | | 13 |
| 47 | Tiago Luis | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 12 | 12 |
| 48 | Henrique Santos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 12 | | | 12 |
| 49 | Justin Vos | Correr Queluz | | | 12 | | | | 12 |
| 50 | Filipe Fialho | Ingleses Futebol Clube | 12 | | | | | | 12 |
| 51 | Diogo Jacinto | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | | 11 | | 11 |
| 52 | Paulo Caldas | Correr Queluz | | | 11 | | | | 11 |
| 53 | João Mendes | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 11 | 11 |
| 54 | Gonçalo Ferreira | GDR "OS Carregueirenses" | | | | | 10 | | 10 |
| 55 | João Figueiredo | Ingleses Futebol Clube | 10 | | | | | | 10 |
| 56 | Diogo Gonzaga | Sport União Colarenses | | 10 | | | | | 10 |
| 57 | João Amaral | Individual | | | 10 | | | | 10 |
| 58 | Miguel Costa | Desportivo Monte Real | | | | | | 10 | 10 |
| 59 | Rui Santos | União Atlético Povoense | | | | | | 10 | 10 |
| 60 | Alessandro Marongiu | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 9 | | | | | 9 |
| 61 | André Silva | GDR Ponterrrolense | | | | | 9 | | 9 |
| 62 | David Vilas | Ingleses Futebol Clube | 9 | | | | | | 9 |
| 63 | Miguel Costa | Individual | | | 9 | | | | 9 |
| 64 | Tiago Pires | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 65 | Ilidio Dias | Individual | | | | | | 9 | 9 |
| 66 | Fábio junior | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 8 | | | | | | 8 |
| 67 | José Figueiredo | GDR Ponterrrolense | | | | | 8 | | 8 |
| 68 | Nuno Chicória | Individual | | | 8 | | | | 8 |
| 69 | Ricardo Albuquerque | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 70 | Ricardo Albuquerque | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 71 | David Silva | Fundação Salesianos | | | | | | 8 | 8 |
| 72 | Nuno Ruela | OS GALGOS | | | | | | 8 | 8 |
| 73 | João Rebelo | Individual | | 7 | | | | | 7 |
| 74 | Jorge Almeida | GDR Reboleira | | | | 7 | | | 7 |
| 75 | Mário Lourenço | Correr Queluz | | | 7 | | | | 7 |
| 76 | Tiago Pinto | GDR Ponterrrolense | | | | | 7 | | 7 |
| 77 | Sérgio Paiva | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | | | 7 | 7 |
| 78 | João Paulo Roxo | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | 6 | | | | 6 |
| 79 | João Pinto | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 6 | | | | | | 6 |
| 80 | Rafael Costa | Individual | | | | 6 | | | 6 |

ESCALÃO-SENIOR-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-----------------------|----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 81 | Sérgio Reis | GM 1ºDezembro Queijas | | 6 | | | | | 6 |
| 82 | Daniel Silva | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 6 | 6 |
| 83 | Rui Cordeiro | Correr Queluz | | | 5 | | | | 5 |
| 84 | Tiago Pádua | GRCD Leião | | 5 | | | | | 5 |
| 85 | João Augusto Oliveira | Fundação Salesianos | | | | | | 5 | 5 |
| 86 | Tiago Vinhas | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 4 | 4 |
| 87 | António Quaresma | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 3 | | | | | 3 |
| 88 | José Santos | Clube Atletismo Vale Figueira | 3 | | | | | | 3 |
| 89 | Pedro Magalhães | Correr Queluz | | | 3 | | | | 3 |
| 90 | Rui Torres | OS GALGOS | | | | | | 3 | 3 |
| 91 | Leonardo Santos | Futebol Clube Rossão | 2 | | | | | | 2 |
| 92 | Diogo Henriques | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 2 | 2 |
| 93 | João Pedro Barros | Individual | | | 2 | | | | 2 |
| 94 | Bernardo Tavares | GM 1ºDezembro Queijas | | 2 | | | | | 2 |
| 95 | Afonso Vicente | Individual | | | 1 | | | | 1 |
| 96 | André Mendes | Individual | | | 1 | | | | 1 |
| 97 | Eurico Silva | Individual | | 1 | | | | | 1 |
| 98 | Filipe Simões | O Muchacho | | 1 | | | | | 1 |
| 99 | Nuno Santos | União Desportiva de Alfoanelos | | 1 | | | | | 1 |
| 100 | Iúri Fragoso | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 101 | Diogo Figueiredo | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 102 | Xavier Oliveira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-VET35-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Carla Almeida | ACRS Desterro | | 20 | | 18 | | | 38 |
| 2 | Sandra Protásio | Ass. Académica Coimbra | | 18 | 20 | | | | 38 |
| 3 | Ana G. Ferreira | Clube Atletismo Vale Figueira | 20 | 14 | | | | | 34 |
| 4 | Mónica Teixeira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 20 | 20 |
| 5 | Sara Neto | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 20 | | | 20 |
| 6 | Sófia Gaspar | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 20 | | 20 |
| 7 | Alexandra Carvalho | Strong Team OCR-Trail e Atletismo Clube | | | 19 | | | | 19 |
| 8 | Alexandra Slayton | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 19 | | | 19 |
| 9 | Catarina Neto | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 19 | 19 |
| 10 | Joseline Santos | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 11 | Tânia Pinto | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 19 | | | | | 19 |
| 12 | Ana Sónia Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 18 | 18 |
| 13 | Ana Vicente | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 18 | | 18 |
| 14 | Célia Lopes | SIMECO | | 18 | | | | | 18 |
| 15 | Tania Azevedo | Correr Queluz | | | 18 | | | | 18 |
| 16 | Evelina Kocharova | GRCD Leião | | 17 | | | | | 17 |
| 17 | Helena Inácio | Sport Clube União Torreense | | | | | 17 | | 17 |
| 18 | Inês Almeida | Individual | | | | 17 | | | 17 |
| 19 | Joana Santos | Individual | | | 17 | | | | 17 |
| 20 | Joana Santos | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 17 | 17 |
| 21 | Ana Figueiredo | Correr Queluz | | | 16 | | | | 16 |
| 22 | Ângela Ricardo | A Natureza Ensina | | | | 16 | | | 16 |
| 23 | Susana Almeida | Associação Desportiva NucleOeiras | | 16 | | | | | 16 |
| 24 | Vanessa Lima | Vitória de Janes | | | | | | 16 | 16 |
| 25 | Joana Tranca | GRCD Leião | | 15 | | | | | 15 |
| 26 | Raquel Subtil | GR Quinta da Lomba | | | | 15 | | | 15 |
| 27 | Joana Cortes | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 15 | 15 |
| 28 | Victória da Quintã | Ingleses Futebol Clube | | | | 14 | | | 14 |
| 29 | Cristiane Roxo | Individual | | | | | | 14 | 14 |
| 30 | Ivalésia Cruz | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 13 | | | 13 |
| 31 | Sara Amorim | GRCD Leião | | 13 | | | | | 13 |
| 32 | Ana Roxa | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 33 | Ana Maria Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | 12 | | | | | 12 |
| 34 | Ana Silveira | Run Tejo- Prevent Sprain | | | | 12 | | | 12 |
| 35 | Monique Pegoretti | Individual | | 11 | | | | | 11 |

ESCALÃO-VET35-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-------------------|---|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Tiago Corvo | Sport União Colareense | | 19 | 20 | | | | 39 |
| 2 | Ricardo Rêgo | Sporting Clube Lourinhanense/Individual | 5 | 16 | | 9 | | | 30 |
| 3 | Philip José | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 14 | | 8 | | | 22 |
| 4 | David Eiras | GM 1ºDezembro Queijas | | 20 | | | | | 20 |
| 5 | Hugo Nobre | Sport Clube União Torreense | | | | | 20 | | 20 |
| 6 | Ricardo Paixão | Beja Atlético Clube | | | | 20 | | | 20 |
| 7 | Tiago Castela | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 8 | Carlos Papacinha | ND Cultura Odemira | | | | 19 | | | 19 |
| 9 | Carlos Vieira | Clube Atletismo Vale Figueira | 19 | | | | | | 19 |
| 10 | João Gomes | GDRC Ponterrolense | | | | | 19 | | 19 |
| 11 | Leonel Fonte | Os Caracois do Asfalto | | | 19 | | | | 19 |
| 12 | David Patricio | GDRC Ponterrolense | | | | | 18 | | 18 |
| 13 | Eduardo Matos | LX Triathlon | 18 | | | | | | 18 |
| 14 | Filipe Gomes | Individual | | 18 | | | | | 18 |
| 15 | Tiago Graça | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 18 | | 12 | 30 |
| 16 | Celso Pinto | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 17 | | | 17 |
| 17 | Leonardo Lana | SIMECO | | 17 | | | | | 17 |
| 18 | André Alves | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 16 | | | 16 |
| 19 | João Lopes | Individual | | | | 15 | | | 15 |
| 20 | Tiago Andrade | SIMECO | | 15 | | | | | 15 |
| 21 | Célio Khibo | CIA Ilha Azul | | | | 14 | | | 14 |
| 22 | David Carço Nunes | Tramagal Sport União | | | | 13 | | | 13 |
| 23 | Vitor Teixeira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 13 | | | | | 13 |
| 24 | Luís Fradinho | GRCD Leião | | 12 | | | | | 12 |
| 25 | Steven Santos | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 12 | | | 12 |
| 26 | Gustavo Silva | Individual | | 11 | | | | | 11 |
| 27 | Paulo Carvalho | Individual | | | | 11 | | | 11 |
| 28 | Tiago Ribeiro | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 10 | | | 10 |

ESCALÃO-VET40-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 2023 18-11- | 3ª Milha de Queijas 12-2023 01 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|---|--|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Daniela Rêgo | Sporting Clube Lourinhanense | 18 | 12 | | 11 | | | 41 |
| 2 | Alexandra Machado | SIMECO/CCD Pessoal M. Cascais | | 19 | | | | 19 | 38 |
| 3 | Isabel Costa | Clube Atletismo Vale Figueira | 19 | 18 | | | | | 37 |
| 4 | Anabela Vinha | Individual | | | 20 | 15 | | | 35 |
| 5 | Catarina Palma | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 20 | | | | | 20 |
| 6 | Mariana Domingues | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 20 | | | 20 |
| 7 | Paula Martins | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 8 | Vanda Anjos | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 20 | | 20 |
| 9 | Sandrina Cunha | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 20 | 20 |
| 10 | Sónia Parreira | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 11 | Rita Rosa | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 19 | | | 19 |
| 12 | Elisabete Fonseca | Individual | | | 18 | | | | 18 |
| 13 | Miriam Silva | A Natureza Ensina | | | | 18 | | | 18 |
| 14 | Andreia Rijo | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 18 | 18 |
| 15 | Maria João Coronha | OCR Portugal Lab Club | 17 | | | | | | 17 |
| 16 | Naide Gomes | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 17 | Priscila Oliveira | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 17 | | | | 17 |
| 18 | Liliana Rodrigues | Sport Clube União Torreense | | | | | 17 | | 17 |
| 19 | A. Rita Veloso | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 20 | Catarina Rodrigues | GRCD Leião | | 16 | | | | | 16 |
| 21 | Elisabete Macedo | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 16 | | | 16 |
| 22 | Maria Correia | Individual | | | 16 | | | | 16 |
| 23 | Sandra Santos | Sport Clube União Torreense | | | | | 16 | | 16 |
| 24 | Susana Fernandes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 16 | 16 |
| 25 | Ana Carvalho | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 15 | | | | | | 15 |
| 26 | Catarina Costa | UDR Zona Alta | | 15 | | | | | 15 |
| 27 | Célia Corte | Correr Queluz | | | 15 | | | | 15 |
| 28 | Cátia Amaro | GDRC Ponterrolense | | | | | 15 | | 15 |
| 29 | Liliane Ruge | OS GALGOS | | | | | | 15 | 15 |
| 30 | Teresa Ribeiro | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 14 | 14 |
| 31 | Sandra M Cruz | A Natureza Ensina | | | | 14 | | | 14 |
| 32 | Sónia Nicandro | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 33 | Inês Bernardo | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 12 | | | 12 |
| 34 | Sandra Rodrigues | OS GALGOS | | | | | | 12 | 12 |
| 35 | Soraia Caria | GDRC Ponterrolense | | | | 13 | 18 | | 31 |
| 36 | Vera Santos | Futebol Clube Recreativo Rossão | 16 | | | | | 10 | 26 |
| 37 | Tânia Rodrigues | Individual | | | 19 | | | | 19 |
| 38 | Sofia Monteiro | A Natureza Ensina | | | | 17 | | | 17 |
| 39 | Sandra Oliveira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 14 | | | | | 14 |
| 40 | Sofia Pereira | GRCD Leião | | 13 | | | | | 13 |

ESCALÃO-VET40-FEM-(Continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-------------------|-------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Gleiziane Alves | Individual | | 11 | | | | | 11 |
| 42 | Sónia Dickmeyer | União Rec. Da Charneca | | | | | | 11 | 11 |
| 43 | Andreia Batista | União Rec. Da Charneca | | | | | | 9 | 9 |
| 44 | Mónica Cruz | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 8 | 8 |
| 45 | Rita Nunes | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 7 | 7 |
| 46 | Verónica Caxalcar | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 6 | 6 |

ESCALÃO-VET40-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------------|--|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Pedro Guimarães | Ingleses Futebol Clube | 20 | 20 | 20 | 17 | 20 | 19 | 116 |
| 2 | Duarte Costa | Federação Da Família Para A Paz Mundial/Individual | 17 | 13 | 13 | 5 | 13 | 12 | 73 |
| 3 | Joel Pena | Run Tejo- Prevent Spraim | | | 19 | 16 | 18 | | 53 |
| 4 | Ricardo Santos | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | 16 | 9 | 14 | 14 | 53 |
| 5 | Hugo Brás | Correr Lisboa | 16 | 10 | 11 | | 8 | | 45 |
| 6 | Carlos Raposo | Sporting Clube Lourinhanense | 14 | | | 7 | 12 | | 33 |
| 7 | Rui Silva | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 15 | | 10 | | | 25 |
| 8 | André Corvo | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 20 | | | 20 |
| 9 | Rui Alves | OS GALGOS | | | | | | 20 | 20 |
| 10 | Bruno Carvalho | Futebol Clube Recreativo Rossão | 19 | | | | | | 19 |
| 11 | Ivo Coelho | A Natureza Ensina | | | | 19 | | | 19 |
| 12 | João Silva | GM 1ºDezembro Queijas | | 19 | | | | | 19 |
| 13 | Luís Ferreira | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 14 | Bruno Patinha da Costa | G. D. R. de Manique de Cima | | | 18 | | | | 18 |
| 15 | Carlos Miguel Silva | GDR Reboleira | | | | 18 | | | 18 |
| 16 | Manuel Júlio | GRCD Leião | | 18 | | | | | 18 |
| 17 | Ricardo Carvalho | Casa Do Concelho De Arcos De Valdevez | 18 | | | | | | 18 |
| 18 | Pedro Rodrigues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 18 | 18 |
| 19 | João Pereira | GRCD Leião | | 17 | | | | | 17 |
| 20 | Miguel Sequeira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 9 | | 8 | | | 17 |
| 21 | Pedro Porfírio | GDRC Ponterrrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 22 | Ricardo Pereira | Correr Queluz | | | 17 | | | | 17 |
| 23 | Manuel Mascarenhas | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 24 | Nelson Lapas | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 16 | | 16 |
| 25 | Rui dos Santos | GM 1ºDezembro Queijas | | 16 | | | | | 16 |
| 26 | Rui Tavares | OS GALGOS | | | | | | 16 | 16 |
| 27 | Bruno Ferreira | Valejas A. C. | | | 15 | | | | 15 |
| 28 | Daniel Araujo | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | 15 | | | 15 |
| 29 | Dúlio Parreira | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 15 | | 15 |
| 30 | Pedro Brás | Clube Atletismo Vale Figueira | 15 | | | | | | 15 |
| 31 | Miguel Bernardo | Individual | | | | | | 15 | 15 |
| 32 | Filipe Correia | A Natureza Ensina | | | | 14 | | | 14 |
| 33 | Nuno Varela | Clube Atletismo Vale Figueira | | 14 | | | | | 14 |
| 34 | Rui Maneta | Correr Queluz | | | 14 | | | | 14 |
| 35 | Frederico Lázaro | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 13 | | | 13 |

| | | | | | | | | |
|----|-----------------|------------------------------------|----|--|----|----|----|----|
| 36 | Pedro Gonçalves | LX Triathlon | 13 | | | | | 13 |
| 37 | Tiago Chiquito | OS GALGOS | | | | | 13 | 13 |
| 38 | José Lino Costa | Sporting Clube Lourinhanense | | | | 2 | 11 | 13 |
| 39 | Daniel Alves | Caracois de Pedra | | | 12 | | | 12 |
| 40 | Hugo Borges | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | 12 | | 12 |

ESCALÃO-VET40-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|--|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Miguel Martins | Inglesees Futebol Clube | 12 | | | | | | 12 |
| 42 | Nuno Dantas | GRCD Leião | | 12 | | | | | 12 |
| 43 | Miguel Sousa | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 11 | | | 11 |
| 44 | Ricardo Carvalho | Academia R. de Linda-a-Velha | | 11 | | | | | 11 |
| 45 | Ricardo Correia | Clube Atletismo Vale Figueira | 11 | | | | | | 11 |
| 46 | Nuno Lino | OS GALGOS | | | | | | 11 | 11 |
| 47 | André Raposo | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 10 | | | | 10 |
| 48 | António Veríssimo | Sport Clube União Torreense | | | | | 10 | | 10 |
| 49 | Nelson Diogo | OS GALGOS | | | | | | 10 | 10 |
| 50 | Marco Primor | Sport Clube União Torreense | | | | | 9 | | 9 |
| 51 | Pedro Carrasqueira | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 9 | | | | 9 |
| 52 | Miguel Rocha | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 9 | 9 |
| 53 | Daniel Silva | Individual | | | 8 | | | | 8 |
| 54 | Nuno Salgado | Clube Atletismo Vale Figueira | | 8 | | | | | 8 |
| 55 | Tiago Teixeira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 8 | 8 |
| 56 | Bruno Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | | 7 | | | | 7 |
| 57 | Marco Costa | Ass. Vale Grande | | 7 | | | | | 7 |
| 58 | André Leandro | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 7 | 7 |
| 59 | Filipe Cera | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 6 | | | | 6 |
| 60 | Gonçalo Porêlo | UDR Zona Alta | | 6 | | | | | 6 |
| 61 | Gustavo Couto | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 6 | | | 6 |
| 62 | Sérgio Aureliano | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 6 | 6 |
| 63 | Alfredo Miguel | Individual | | | 5 | | | | 5 |
| 64 | Vinícius Guedes | GRCD Leião | | 5 | | | | | 5 |
| 65 | Pedro Pereira | OS GALGOS | | | | | | 5 | 5 |
| 66 | Henrique Ferreira | Correr Queluz | | | 4 | | | | 4 |
| 67 | Paulo Velez | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 4 | | | 4 |
| 68 | Ricardo Nobre | SIMECO | | 4 | | | | | 4 |
| 69 | Rafael Rodrigues | OS GALGOS | | | | | | 4 | 4 |
| 70 | Bruno Bacalhau | GM 1ºDezembro Queijas | | 3 | | | | | 3 |
| 71 | David Patricio | GDRC Ponterrrolense | | | | 3 | | | 3 |
| 72 | Hugo Belo | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 3 | | | | 3 |
| 73 | André Martins | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 3 | 3 |
| 74 | Luis Rego | Individual | | 2 | | | | | 2 |
| 75 | Pedro Marques | GM 1ºDezembro Queijas | | 2 | | | | | 2 |
| 76 | José Camilo | Individual | | | | | | 2 | 2 |
| 77 | Bruno Catambas | Individual | | | | 1 | | | 1 |
| 78 | Bruno Militão | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 79 | Diogo Almeida | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 80 | Diogo Rodrigues | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-VET40-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|--------------|-------------------|---|--|---------------------------------------|--|--|-------------------------------------|---|---------------|
| 81 | Tiago Oliveira | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | | | | 1 |
| 82 | Evandro Hernández | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 1 | | | 1 |
| 83 | Gonçalo Ferraz | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 1 | | | 1 |
| 84 | Helder Vilareal | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 85 | Jorge Ramos | SIMECO | | 1 | | | | | 1 |
| 86 | Orlando Ramos | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 87 | Paulo Soares | UDR Zona Alta | | 1 | | | | | 1 |
| 88 | Elder Vaz | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 89 | Bruno Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 90 | Henrique Ribeiro | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 1 | 1 |
| 91 | Hugo Frazão | Individual | | | | | | 1 | 1 |
| 92 | Pedro Ramos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 93 | Ivan Douglas | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 94 | Luís Santos | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 1 | 1 |
| 95 | Rui Nunes | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 1 | 1 |
| 96 | Pedro Lopes | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 1 | 1 |

ESCALÃO-VET45-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Ana Almeida | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 18 | 19 | 12 | 20 | | 69 |
| 2 | Joana Caldeira | Associação de Moradores da Atibá | | | 20 | 14 | | 19 | 53 |
| 3 | Célia Silva | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 17 | 17 | 10 | | | 44 |
| 4 | Sónia Machado | GM 1ºDezembro Queijas | 16 | 11 | 16 | | | | 43 |
| 5 | Lúcia Costa | Clube Atletismo Vale Figueira | 19 | 16 | | | | | 35 |
| 6 | Paula Cardoso | União Desportiva de Alfornelos | 18 | 14 | | | | | 32 |
| 7 | Dora Silva | Ingleses Futebol Clube | 17 | 12 | | | | | 29 |
| 8 | Rute Queiroz | GM 1ºDezembro Queijas | | 15 | | 11 | | | 26 |
| 9 | Sandra Teixeira | Sporting Clube de Portugal | | | | 20 | | | 20 |
| 10 | Sónia Neves | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 11 | Sónia Palmela | Desportivo Monte Real | | | | | | 20 | 20 |
| 12 | Maria Manuela Ferreira | GDRC Ponderrolense | | | | | 19 | | 19 |
| 13 | Patricia Matos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 19 | | | | | 19 |
| 14 | Paula Fernandes | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 19 | | | 19 |
| 15 | Ana Mendes | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 18 | | | | 18 |
| 16 | Antónia Jordão | A Natureza Ensina | | | | 18 | | | 18 |
| 17 | Céu Fernandes | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | | 18 | | 18 |
| 18 | Élia Pires | GM 1ºDezembro Queijas | 15 | 3 | | | | | 18 |
| 19 | Sonia Ferreira Sequeira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 10 | | 8 | | | 18 |
| 20 | Margarida Amaro | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 18 | 18 |
| 21 | Mónica Lopes | Correr Lisboa | | | 14 | 3 | | | 17 |
| 22 | Olga Almeida | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 17 | | | 17 |
| 23 | Rita Duarte | GDRC Ponderrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 24 | Adilia Rosa | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 17 | 17 |
| 25 | Sara Gabriel | Sporting Clube Lourinhanense | | | | | 16 | | 16 |
| 26 | Susana Raposo | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 16 | | | 16 |
| 27 | Ana Lúcia Henriques | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 16 | 16 |
| 28 | Carla Serrano | Correr Queluz | | | 15 | | | | 15 |
| 29 | Fátima Gaitero | GDRC Ponderrolense | | | | | 15 | | 15 |
| 30 | Joana Raposo | Ingleses Futebol Clube | 14 | 1 | | | | | 15 |
| 31 | Sofia Pinheiro | A Natureza Ensina | | | | 15 | | | 15 |
| 32 | Susana Figueira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 15 | 15 |
| 33 | Cristina Pereira | Amigos do Atletismo de Mafra | | | | | 14 | | 14 |
| 34 | Marisa Rodrigues | OS GALGOS | | | | | | 14 | 14 |
| 35 | Ana Cristina Ferreira | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 13 | | 13 |
| 36 | Ana Isabel Esteves Lopes | Agualva Runners | | | | | | 13 | 13 |
| 37 | Ana Lopes | Agualva Runners | | | 13 | | | | 13 |
| 38 | Ana Rosa | Ingleses Futebol Clube | 13 | | | | | | 13 |
| 39 | Vera Ferreira | UDR Zona Alta | | 13 | | | | | 13 |
| 40 | Paula Gomes | Correr Lisboa | | | | 13 | | | 13 |

ESCALÃO-VET45-FEM-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de IFC-2023 de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|--------------------------------|--|-----------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Goreti Borges | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 7 | | 5 | | | 12 |
| 42 | Sónia Correia | Correr Queluz | | | 12 | | | | 12 |
| 43 | Tânia Santos | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 12 | | 12 |
| 44 | Patricia Monteiro | OS GALGOS | | | | | | 12 | 12 |
| 45 | Cristina Santos | Alverca Urban Runners | | | 11 | | | | 11 |
| 46 | Vanessa Alves | OS GALGOS | | | | | | 11 | 11 |
| 47 | Sandra Filipe | G. D. R. de Manique de Cima | | | 10 | | | | 10 |
| 48 | Daisy Pereira | Fundação Salesianos | | | | | | 10 | 10 |
| 49 | Ana Sofia Aleixo | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 8 | | 1 | | | 9 |
| 50 | Raluca Martins | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 9 | 9 |
| 51 | Sandra Ferreira | Individual | | | 9 | | | | 9 |
| 52 | Sandra Monteiro | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 9 | | | 9 |
| 53 | Susana Figueira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | 9 | | | | | 9 |
| 54 | Ana Sofia Aleixo | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 8 | | 1 | | | 9 |
| 55 | Cátia Protásio | Individual | | | 8 | | | | 8 |
| 56 | Maria Cruz | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 8 | 8 |
| 57 | Beatriz Matias | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 7 | | | 7 |
| 58 | Mariana Borges | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 6 | | 1 | | | 7 |
| 59 | Rute Vilarinho | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 7 | 7 |
| 60 | Patrícia Luz | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 6 | 6 |
| 61 | Sónia Ribeiro | GM 1ºDezembro Queijas | | | | 6 | | | 6 |
| 62 | Cláudia Bico | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 5 | 5 |
| 63 | Paula Leitão | SIMECO | | 5 | | | | | 5 |
| 64 | Susana Morais | OS GALGOS | | | | | | 4 | 4 |
| 65 | Patricia Monteiro | GM 1ºDezembro Queijas | | 4 | | | | | 4 |
| 66 | Paula Simões | A Natureza Ensina | | | | 4 | | | 4 |
| 67 | Ana Neto | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 2 | | | 2 |
| 68 | Catarina Fontinha | UDR Zona Alta | | 2 | | | | | 2 |
| 69 | Ana Serra | SIMECO | | 1 | | | | | 1 |
| 70 | Ana Sofia Antunes | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 71 | Carla Caeiro | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 72 | Carla Caseiro | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 73 | Catarina Vieira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 74 | Cátia Gil | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 75 | Fernanda Lattuada | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 1 | | | 1 |
| 76 | Liliana Prudêncio | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 77 | Maria Esteves | Individual | | 1 | | | | | 1 |
| 78 | Marina Pantalhão | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 1 | | | 1 |
| 79 | Marisa Bettencourt | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 80 | Mónica Cristovão | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 81 | Raquel Cabacinha | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 82 | Sandra Cortes | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 83 | Susana Morais | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-VET45-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-------------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | José Luís Pereira | Clube Atletismo Vale Figueira | 18 | 18 | 17 | 10 | 15 | 16 | 94 |
| 2 | André Santos | Clube Atletismo Vale Figueira | 16 | 14 | 14 | 4 | 14 | 11 | 73 |
| 3 | Hugo Palmeiro | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 20 | 19 | 12 | | 17 | 68 |
| 4 | Jorge Pinho | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 19 | 18 | 13 | | 13 | 63 |
| 5 | Nuno Carrasqueiro | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | 19 | 20 | | 39 |
| 6 | David Karim | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | 15 | 19 | | 34 |
| 7 | Isidro Simões | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 12 | | | 12 | 24 |
| 8 | Bruno Carvalho | Futebol Clube Recreativo Rossão | | | | | | 20 | 20 |
| 9 | Carlos Gregório | Individual/Escola Moita Tejo | | | 13 | 7 | | | 20 |
| 10 | Luís Rações | ACR Srª Desterro | | | | 20 | | | 20 |
| 11 | Nelson Fonseca | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 20 | | | | 20 |
| 12 | João Pires | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 19 | 19 |
| 13 | Luis Batista | Casa Do Concelho De Arcos De Valdevez | 19 | | | | | | 19 |
| 14 | Cláudio Cardoso | A Cristã Mocidade | | | | 18 | | | 18 |
| 15 | Francisco Oliveira | Individual | | | | | | 18 | 18 |
| 16 | Joaquim Frazão | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 18 | | 18 |
| 17 | José Alves | GDRC "OS Carregueirenses" | | | | | 17 | | 17 |
| 18 | José Júlio | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 17 | | | 17 |
| 19 | Luis Pinheiro | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 17 | | | | | | 17 |
| 20 | Pedro Burrica | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 21 | Helder Carminé | A Natureza Ensina | | | | 16 | | | 16 |
| 22 | Manuel Oliveira | Individual | | | 16 | | | | 16 |
| 23 | Nuno Tintim | GRCD Leião | | 16 | | | | | 16 |
| 24 | Ricardo Varela | GDRC "OS Carregueirenses" | | | | | 16 | | 16 |
| 25 | Sérgio Almeida | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | 15 | | | | 16 |
| 26 | André Coelho | GM 1ºDezembro Queijas | | 15 | | | | | 15 |
| 27 | Bruno Barata | UD Alfoanelos | 15 | | | | | | 15 |
| 28 | Pedro Marques | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 15 | 15 |
| 29 | Amândio Gouveia | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 14 | | | | | | 14 |
| 30 | Nuno Naia | ACD dos Colaboradores do Grupo -BCP | | | | 14 | | | 14 |
| 31 | Rui Alves | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 14 | 14 |
| 32 | Bruno Oliveira | União Desportiva de Alfoanelos | | 10 | | | | 3 | 13 |
| 33 | Fernando Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 13 | | 13 |
| 34 | Luis Franco | Ingleses Futebol Clube | 13 | | | | | | 13 |
| 35 | Manuel Mendes | Ingleses Futebol Clube | 12 | 1 | | | | | 13 |
| 36 | Rui Alves | SIMECO | | 13 | | | | | 13 |
| 37 | Luis Franco | GDRC Ponterrolense | | | | | 12 | | 12 |
| 38 | Nuno Marques | Ingleses Futebol Clube | 11 | 1 | | | | | 12 |
| 39 | Pedro Gonçalves | GM 1ºDezembro Queijas | | 12 | | | | | 12 |
| 40 | Diamantino Dias Serrano | Correr Queluz | | | 11 | | | | 11 |

ESCALÃO-VET45-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-----------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | João Cuterres | GM 1ºDezembro Queijas | | | | 11 | | | 11 |
| 42 | Marco Lourenço | Free Runners/IDentPrint | | 11 | | | | | 11 |
| 43 | Pedro Antunes | GDRC Ponterrolense | | | | | 11 | | 11 |
| 44 | Marco Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 10 | | 10 |
| 45 | Rui Ferreira | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | | | | 10 | 10 |
| 46 | Fernando Almeida | Clube Atletismo Vale Figueira | | 9 | | | | | 9 |
| 47 | Hugo Moreira | Individual | | | 9 | | | | 9 |
| 48 | João Bernardes | GDRC "OS Carregueirenses" | | | | | 9 | | 9 |
| 49 | Luis Antunes | A Natureza Ensina | | | | 9 | | | 9 |
| 50 | Pedro Cardoso | OS GALGOS | | | | | | 9 | 9 |
| 51 | Bruno Afonso | GM 1ºDezembro Queijas | | 8 | | | | | 8 |
| 52 | David Botelho | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 8 | 8 |
| 53 | Jorge Nunes | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 8 | | | 8 |
| 54 | Nuno Antunes | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 8 | | 8 |
| 55 | Pedro Ferreira | Individual | | | 8 | | | | 8 |
| 56 | Duarte Ribeiro | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 7 | 7 |
| 57 | Hugo Alves | Individual | | | 7 | | | | 7 |
| 58 | Nuno Ricardo | SIMECO | | 7 | | | | | 7 |
| 59 | Quirino Caetano | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 7 | | 7 |
| 60 | Joaquim Vaz | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 6 | | | 6 |
| 61 | Miguel Rodrigues | GM 1ºDezembro Queijas | | 6 | | | | | 6 |
| 62 | Pedro Mendonça | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 6 | 6 |
| 63 | Rui Pedro de Oliveira | Sport União Colarenses | | | 6 | | | | 6 |
| 64 | Sérgio Cipriano | Ass. Moradores Cul e Rec da Fonte Grada | | | | | 6 | | 6 |
| 65 | Alfredo José Costa | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 5 | | 5 |
| 66 | Eduardo Melo | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | | | 5 | | | 5 |
| 67 | João Corvo | Sport União Colarenses | | 1 | 4 | | | | 5 |
| 68 | Nuno Santos | GRCD Leião | | 5 | | | | | 5 |
| 69 | Sérgio Alves | OS GALGOS | | | | | | 5 | 5 |
| 70 | Tito Santos | Encontramos-nos na Meta | | | 5 | | | | 5 |
| 71 | David Rodrigues | Amigos do Atletismo de Mafra | | | | | 4 | | 4 |
| 72 | Paulo Serra | SIMECO | | 4 | | | | | 4 |
| 73 | Rui Antunes | Running Club Santa Casa | | | | | | 4 | 4 |
| 74 | Inigo Pereira | GM 1ºDezembro Queijas | | 3 | | | | | 3 |
| 75 | Nuno Rocha | Individual | | | 3 | | | | 3 |
| 76 | Sérgio Ferreira | Ass. Correr Lisboa | | | | 3 | | | 3 |
| 77 | Evelino Magalhães | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 2 | | | 2 |
| 78 | Luis Esteves Braz | G. D. R. de Manique de Cima | | | 2 | | | | 2 |
| 79 | Miguel Videira Dias | SS CGD | | 2 | | | | | 2 |

ESCALÃO-VET45-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|-----------------------------------|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 80 | Miguel Ferreira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 2 | 2 |
| 81 | Anderson Lattuada | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 1 | | | 1 |
| 82 | Artur Cota | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 83 | Bernardo Cayolla | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 1 | | | 1 |
| 84 | Bruno Lopes | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 85 | Carlos Alves | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 86 | Dinis Quitério | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 87 | Emanuel Libério | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 88 | Fernando Anjos | Associação Desportiva NucleOeiras | | 1 | | | | | 1 |
| 89 | Fernando Primor | OS GALGOS | | | | | | 1 | 1 |
| 90 | Gonçalo Santos | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 91 | Hugo Torres | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 92 | Jorge Ferreira | Fundação Salesianos | | | | | | 1 | 1 |
| 93 | José Fernandes | Individual | | | | | | 1 | 1 |
| 94 | José Manuel | AGUALVA RUNNERS | | | | | | 1 | 1 |
| 95 | Luis Cadaxa | O Muchacho | | 1 | | | | | 1 |
| 96 | Mamede Barreiros | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 97 | Miguel Castanheira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 98 | Nuno Almeida | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 99 | Nuno Esperança | OS GALGOS | | | | | | 1 | 1 |
| 100 | Pedro Cabrita | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 101 | Pedro Campos | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 1 | 1 |
| 102 | Pedro Coelho | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 103 | Pedro Ferreira | Individual | | | | | | 1 | 1 |
| 104 | Pedro Gonçalves | OS GALGOS | | | | | | 1 | 1 |
| 105 | Pedro Pinto | GRCD Leião | | 1 | | | | | 1 |
| 106 | Ricardo Salvaterra | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 107 | Rodrigo Pedroso | União Recreativa da Charneca | | | | | | 1 | 1 |
| 108 | Rubén Gonçalves | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 109 | Rui Almeida Santos | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 110 | Valério Mendes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 1 | 1 |
| 111 | Vitor Santos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-VET50-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" Clisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Fernanda Gil | Ingleses Futebol Clube | 18 | 15 | 18 | 14 | 18 | 20 | 103 |
| 2 | Ana Letra | Linda-A-Pastora Sporting Clube | 20 | 18 | 17 | 10 | 19 | 18 | 102 |
| 3 | Alexandra Conceição | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | 19 | 16 | 16 | | | | 51 |
| 5 | Sandra Bação | GRCD Leião | | 14 | 19 | 15 | | | 48 |
| 6 | Elisabete Gomes | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | 20 | 20 | | 40 |
| 7 | Ana Furtuoso | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 20 | | 19 | | | 39 |
| 8 | Ana Cleto | Individual | | 20 | | 17 | | | 37 |
| 9 | Patricia Matos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 19 | | 18 | | | 37 |
| 10 | Anabela Ferreira | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | 20 | 16 | | | 36 |
| 11 | Isabel Rodrigues | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 19 | 15 | | | | 34 |
| 12 | Isabel Santos | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 17 | 16 | | | | 33 |
| 13 | Catarina Quintas | Individual | 17 | 13 | | | | | 30 |
| 14 | Cristina Garcia | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 20 | 20 |
| 15 | Laura Ozzello | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 19 | 19 |
| 16 | Ana Abreu | UD Alfoanelos | 15 | 3 | | | | | 18 |
| 17 | Anabela Santos | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 12 | | 6 | | | 18 |
| 18 | Maria Conceição Varela | Correr Queluz | | | 18 | | | | 18 |
| 19 | Carla Simões | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 12 | | | 5 | 17 |
| 20 | Maria José Ferreira | GDRC Ponterrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 21 | Sónia Pinto | OS GALGOS | | | | | | 17 | 17 |
| 22 | Aldina Marques | OS GALGOS | | | | | | 16 | 16 |
| 23 | Cidália Borges | OCR Portugal Lab Club | 16 | | | | | | 16 |
| 24 | Rosa Estevão | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 16 | | 16 |
| 25 | Deolinda Marques | OS GALGOS | | | | | | 15 | 15 |
| 26 | Ana Quintas | Individual | | | | | | 14 | 14 |
| 27 | Anabela Reis | Correr Queluz | | | 14 | | | | 14 |
| 28 | Clarinda Conceição | Camara Lisboa Clube | 14 | | | | | | 14 |
| 29 | Alexandra Pinto | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 13 | | | | 13 |
| 30 | Ana Rosário | A Natureza Ensina | | | | 13 | | | 13 |
| 31 | Celeste Oliveira | GM 1ºDezembro Queijas | | 10 | | 3 | | | 13 |
| 32 | Isabel Vieira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 33 | Alexandra Portela | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 12 | | | 12 |
| 34 | Maria Bica | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 12 | 12 |
| 35 | Ana Ferreira | GM 1ºDezembro Queijas | | 11 | | | | | 11 |
| 36 | Anabela Salazar | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 11 | | | 11 |
| 37 | Carla Destapado | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 11 | 11 |
| 38 | Rita Mina | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 9 | | 2 | | | 11 |
| 39 | Nelaida Marquez | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 10 | 10 |
| 40 | Sandra Almeida | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 9 | 9 |

ESCALÃO-VET50-FEM-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Fernanda Santinha | GRCD Leão | | | | 9 | | | 9 |
| 42 | Ana Abrunhosa | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 8 | | | 8 |
| 43 | Ana Alves | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 8 | 8 |
| 44 | Eugénia Ribeiro | SIMECO | | 8 | | | | | 8 |
| 45 | Celeste Almeida | SIMECO | | 7 | | | | | 7 |
| 46 | Elisabete Carvalho | Individual | | | | 7 | | | 7 |
| 47 | Rosa Gameiro | Desportivo Monte Real | | | | | | 7 | 7 |
| 48 | Ilda Rodrigues | CNCVG | | 6 | | | | | 6 |
| 49 | Teresa Rodrigues | Desportivo Monte Real | | | | | | 6 | 6 |
| 50 | Esmeralda Arranhado | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | 5 | | | | | 5 |
| 51 | Paula Guerreiro | CDR Águias Unidas | | | | 5 | | | 5 |
| 52 | Cristina Paiva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 4 | 4 |
| 53 | Cristina Soares | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 4 | | | | | 4 |
| 54 | Sílvia Sobreira | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 4 | | | 4 |
| 55 | Sandra Tomé | OS GALGOS | | | | | | 3 | 3 |
| 56 | Teresa Simões | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 2 | 2 |
| 57 | Ana Guerra | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 58 | Ana Monteiro | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 59 | Conceição Nogueira | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 60 | Cristina Francisco | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 61 | Cristina Paiva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | 1 | | | | | 1 |
| 62 | Eliana Pegoretti | Individual | | 1 | | | | | 1 |
| 63 | Inês Humanes | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 64 | Lia Viana | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 65 | Linda Brandão | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 66 | Linda Brandão | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 67 | Paula Cordeiro | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 68 | Paula Rodrigues | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 69 | Paula Silva | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 70 | Susana Carvalho | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 1 | 1 |
| 71 | Teresa Anjos | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |

ESCALÃO-VET50-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Nuno Ruela | OS GALGOS | | 20 | 20 | 19 | 20 | 20 | 99 |
| 2 | João Bogalheiro | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | 16 | 12 | | 1 | 15 | 14 | 58 |
| 3 | Nelson Tembe | GM 1ºDezembro Queijas | 17 | 15 | | 10 | | 15 | 57 |
| 4 | Carlos Oliveira | Clube Atletismo Vale Figueira | 20 | 17 | | | | | 37 |
| 5 | Nuno Silva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | 18 | 13 | | 6 | | | 37 |
| 6 | Francisco Serrano | Urban Run Team | 19 | | | 12 | | | 31 |
| 7 | Augusto Pires | CUA Benaventense | 15 | 11 | | | | | 26 |
| 8 | Rui Cleto | Individual/Amigos do Atletismo de Mafra | | 6 | 15 | 4 | | | 25 |
| 9 | Nuno Ginja | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | 16 | 7 | | | 23 |
| 10 | Miguel Silva | CD Areias S. João | | | | 20 | | | 20 |
| 11 | Hélder Machado | Ingleses Futebol Clube | 14 | 5 | | | | | 19 |
| 12 | João Gomes | Clube Futebol "Os Belenenses" | | 19 | | | | | 19 |
| 13 | Patricio Pereira Patricio | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 14 | Romário Almeida | Individual | | | 19 | | | | 19 |
| 15 | Paulo Silva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 19 | 19 |
| 16 | Gustavo Santos | Clube Futebol "Os Belenenses" | | 18 | | | | | 18 |
| 17 | Joaquim Leal | GDRC Ponterrolense | | | | | 18 | | 18 |
| 18 | Paulo Silva | Individual | | | 18 | | | | 18 |
| 19 | Sérgio Paiva | Associação Desportiva NucleOeiras | | | | 18 | | | 18 |
| 20 | Luís Garcia | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 18 | 18 |
| 21 | Abílio Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 22 | Carlos Saias | A Natureza Ensina | | | | 17 | | | 17 |
| 23 | Miguel Ginja | Agrupamento de Escolas de Algueirão | | | 17 | | | | 17 |
| 24 | Nuno Ferreira | Individual | | | | | | 17 | 17 |
| 25 | Igortchemaguine | Associação Desportiva NucleOeiras | | 16 | | | | | 16 |
| 26 | João Prisal | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 14 | 2 | | | 16 |
| 27 | Júlio Finote | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | | 16 | | | 16 |
| 28 | Luís Cipriano | Ass. Moradores Cul e Rec da Fonte Grada | | | | | 16 | | 16 |
| 29 | Artur Martins | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 16 | 16 |
| 30 | João Carlos Gomes | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 15 | | | 15 |
| 31 | José Geada | Clube Atletismo Vale Figueira | | 14 | | | | | 14 |
| 32 | Mário Cassaca | GDR Reboleira | | | | 14 | | | 14 |
| 33 | Sadiq Kassamo | Urban Run Team | | | | | 14 | | 14 |
| 34 | André Coelho | OS GALGOS | | | | | | 14 | 14 |
| 35 | João Travado | GDRC Ponterrolense | | | | | 13 | | 13 |
| 36 | Luis Barros | Agrupamento de Escolas de Algueirão | | | 13 | | | | 13 |
| 37 | Paulo Garcia | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 13 | | | 13 |
| 38 | Paulo Lopes | Clube Atletismo Vale Figueira | 13 | | | | | | 13 |
| 39 | Miguel Pereira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 13 | 13 |
| 40 | José Barros | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | | | | 12 | 12 |

ESCALÃO-VET50-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Artur Carvalho | Correr Queluz | | | 12 | | | | 12 |
| 42 | Rui Mendes | Clube Atletismo Vale Figueira | 12 | | | | | | 12 |
| 43 | Albertino Pires | Individual | | | 11 | | | | 11 |
| 44 | Carlos Freitas | Run Tejo- Prevent Sprain | | 10 | | 1 | | | 11 |
| 45 | Francisco Gonçalves | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | 11 | | | 11 |
| 46 | Miguel Sousa | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 11 | 11 |
| 47 | Raul Azevedo | GRCD Leião | | 9 | | 1 | | | 10 |
| 48 | Carlos Machado | Santa Clara - Açores | 10 | | | | | | 10 |
| 49 | Joaquim Silva | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 10 | | | | 10 |
| 50 | Vitor Pereira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 10 | 10 |
| 51 | Artur Pereira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 9 | | | 9 |
| 52 | Carlos Craveira | individual | | | 9 | | | | 9 |
| 53 | Pedro Pimentel | Ingleses Futebol Clube | 9 | | | | | | 9 |
| 54 | Paulo Santos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 9 | 9 |
| 55 | Carlos Sá | Clube Atletismo Vale Figueira | 8 | | | | | | 8 |
| 56 | Dinis Morais | Associação Desportiva NucleOeiras | | 8 | | | | | 8 |
| 57 | João Saldanha | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 8 | | | 8 |
| 58 | Paulo Brito | Clube Atletismo de Sintra | | | 8 | | | | 8 |
| 59 | Rui Lacerda | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 7 | | 1 | | | 8 |
| 60 | Joaqui Saldanha | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | | | 8 | 8 |
| 61 | Alexandre Carvalho | Correr Queluz | | | 7 | | | | 7 |
| 62 | Carlos Costa | Clube Anacon | 6 | 1 | | | | | 7 |
| 63 | Paulo Moutinho | Individual | 7 | | | | | | 7 |
| 64 | Luís Nogueira | OS GALGOS | | | | | | 7 | 7 |
| 65 | Bento Quaresma | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | 5 | 1 | | | 6 |
| 66 | Rui Mena | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 6 | | | | 6 |
| 67 | Henrique Coelho | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 6 | 6 |
| 68 | Carlos Correia | Clube Atletismo Vale Figueira | 5 | | | | | | 5 |
| 69 | Gonçalo Ferreira | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 5 | | | 5 |
| 70 | Luis Dias | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 4 | 1 | | | | | 5 |
| 71 | Márinho M | OS GALGOS | | | | | | 5 | 5 |
| 72 | Henrique Ferreira | SIMECO | | 4 | | | | | 4 |
| 73 | Luis Dias | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 1 | 3 | | | | 4 |
| 74 | Luis Oliveira | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 4 | | | | 4 |
| 75 | Cristiano Matos | Running Club Santa Casa | | | | | | 4 | 4 |
| 76 | António Martins | Ingleses Futebol Clube | 3 | | | | | | 3 |
| 77 | Hélder Ferreira | Free Runners/Identprint | | 3 | | | | | 3 |
| 78 | José Leitão | Alverca Urban Runners | | | 3 | | | | 3 |
| 79 | José Massuca | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 3 | | | 3 |
| 80 | Camilo Tarmahomed | Desportivo Monte Real | | | | | | 3 | 3 |

ESCALÃO-VET50-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 12-2023 | 01 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Abóboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|-----------------------------------|-----------------------------|--|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 81 | Rodrigo Ribeiro | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | 11 | 1 | | | | | 12 |
| 82 | João Dias | A. Natureza Ensina | | 2 | | | | | 2 |
| 83 | João Neves | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | 1 | | | 2 |
| 84 | Paulo Sousa | Individual | | | 2 | | | | 2 |
| 85 | Paulo Sousa | Clube Futebol "Os Belenenses" | | 1 | | 1 | | | 2 |
| 86 | Ricardo Faria | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | 1 | | | 2 |
| 87 | Jorge Pinheiro | Individual | | | 1 | | | | 1 |
| 88 | José Véstias | SIMECO | | 1 | | | | | 1 |
| 89 | Nuno Duarte | Individual | | 1 | | | | | 1 |
| 90 | Paulo Gomes | Ass. Correr Lisboa | | | | 1 | | | 1 |
| 91 | Paulo Reis | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 92 | Paulo Salvaterra | Alphaden Wolves Ocor | | | 1 | | | | 1 |
| 93 | Ricardo Moniz | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 94 | Rui Jorge | A Natureza Ensina | | | | 1 | | | 1 |
| 95 | Carlos Costa | Individual | | | | 1 | | | 1 |
| 96 | Carlos Rocha | Correr Queluz | | | 1 | | | | 1 |
| 97 | Dinis Ribas | individual | | | | 1 | | | 1 |
| 98 | António Quaresma | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 1 | | | | | 1 |
| 99 | Fernando Figueiredo | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 2 | 2 |
| 100 | Paulo Brito | Clube Atletismo de Sintra | | | | | | 1 | 1 |
| 101 | Fernando Gil | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 102 | João Véstia | GM 1ºDezembro Queijas | | 1 | | | | | 1 |
| 103 | João Vieira Anjos | Individual | | 1 | | | | | 1 |
| 104 | Jorge Filipe | G. D. R. de Manique de Cima | | | 1 | | | | 1 |
| 105 | Rui Monteiro | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 1 | | | 1 |
| 106 | Rui Pastor | Pastor Racing | | | | 1 | | | 1 |
| 107 | António Pinheiro | OS GALGOS | | | | | | 1 | 1 |
| 108 | Pedro Sarmiento | Fundação Salesianos | | | | | | 1 | 1 |
| 109 | Nelson Caseiro | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 110 | Hugo Lourenço | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 111 | Carlos Grade | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 112 | Carlos Melo | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 1 | 1 |
| 113 | Nuno Domingues | Fundação Salesianos | | | | | | 1 | 1 |
| 114 | Sérgio Ferreira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 115 | Carlos Garcia | OS GALGOS | | | | | | 1 | 1 |
| 116 | Daniel Barata | Amigos do Pedal | | | | | | 1 | 1 |
| 117 | Ricardo Silva | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 118 | Luís Gonçalves | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 1 | 1 |
| 119 | Carlos Matoso | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 1 | 1 |
| 120 | Diego Garcia | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 1 | 1 |

ESCALÃO-VET50-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|------------------|----------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 121 | Manuel Ramos | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 122 | Pedro Serras | Mobiliário com História | | | | | | 1 | 1 |
| 123 | Diogo Bobone | Individual | | | | | | 1 | 1 |
| 124 | Pulo Figueiras | OS GALGOS | | | | | | 1 | 1 |
| 125 | Hélder Rodrigues | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |

ESCALÃO-VET55-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Ana Rolo | Ingleseas Futebol Clube | 19 | 18 | 14 | 14 | 19 | | 84 |
| 2 | Helena Borges | GM 1ºDezembro Queijas | | 19 | | 16 | | | 35 |
| 3 | Alzira Cruz | Casa Do Concelho De Arcos De Valdevez | 20 | | | | | | 20 |
| 4 | Ana Santos | Amigos do Atletismo de Mafra | | | 20 | | | | 20 |
| 5 | Beatriz Fernandes | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 20 | | | 20 |
| 6 | Isabel Silva | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 20 | | 20 |
| 7 | Paula Fernandes | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 20 | | | | | 20 |
| 8 | Chantal Xhervelle | A Natureza Ensina | | | | 19 | | | 19 |
| 9 | Isabel Moreira | Fundação Salesianos | | | | | | 19 | 19 |
| 10 | Maria Clara Augusto | Correr Queluz | | | 19 | | | | 19 |
| 11 | Elsa Oliveira | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | 18 | | | 18 |
| 12 | Fátima Pinto | Grupo Desportivo de Chelas | 18 | | | | | | 18 |
| 13 | Helena Silva | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 18 | | | | 18 |
| 14 | Catarina Nicho | OS GALGOS | | | | | | 18 | 18 |
| 15 | Maria Luísa Caldas | GDRC Ponterrolense | | | | | 18 | | 18 |
| 16 | Anabela Martins | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 17 | Emília Tavares | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 17 | | | 17 |
| 18 | Luisa Xarraz | Correr Queluz | | | 17 | | | | 17 |
| 19 | Maria Guedes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 20 | Maríbel Silva | GDRC Ponterrolense | | | | | 17 | | 17 |
| 21 | Manuela Costa | GM 1ºDezembro Queijas | | 16 | | | | | 16 |
| 22 | Helena Rosa | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 16 | 16 |
| 23 | Mila Lucas | Individual | | | 16 | | | | 16 |
| 24 | Licinia Rego | Correr Queluz | | | 15 | | | | 15 |
| 25 | Ana Cristina Lopes | OS GALGOS | | | | | | 15 | 15 |
| 26 | Natália Dias | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 15 | | | 15 |
| 27 | Aurea Sequeira | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 14 | 14 |
| 28 | Isabel Sampaio | Correr Queluz | | | 13 | | | | 13 |
| 29 | Margarida Ferreira | Individual | | | | | | 13 | 13 |
| 30 | Teresa Jerónimo | Desportivo Monte Real | | | | | | 12 | 12 |
| 31 | Maria Cleonice | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 11 | 11 |
| 32 | Maria Dantier | OS GALGOS | | | | | | 10 | 10 |
| 33 | Ivone Pereira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 9 | 9 |

ESCALÃO-VET55-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-----------------------|--|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Francisco Silveira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | 20 | 18 | 16 | 9 | 19 | 10 | 92 |
| 2 | Mário Fernandes | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | 17 | | 19 | 36 |
| 3 | João Ginja | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | 20 | 13 | | | 33 |
| 4 | Raul Pena | CDR Águas Unidas | | | | 15 | | 18 | 33 |
| 5 | Jorge Marçal | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | 15 | | | | | 32 |
| 6 | José Santos | AD Talentos Team | | 17 | | 11 | | | 28 |
| 7 | Elias Fortes | Individual | | 20 | | | | | 20 |
| 8 | Jorge Rodrigues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 20 | 20 |
| 9 | Luciano Gordo | ADCV-Castelo Vide | | | | 20 | | | 20 |
| 10 | Luis Rebelo | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 20 | | 20 |
| 11 | Álvaro Oliveira | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | 19 | | | 19 |
| 12 | Avelino Soares | Clube Futebol "Os Belenenses" | | 19 | | | | | 19 |
| 13 | José Veríssimo | Futebol Clube Rossão | 19 | | | | | | 19 |
| 14 | Américo Pimenta | Grupo Desportivo De Chelas | 18 | | | | | | 18 |
| 15 | Fernando Reis | Correr Queluz | | | 18 | | | | 18 |
| 16 | José Antunes | GDR Reboleira | | | | 18 | | | 18 |
| 17 | Manuel Pinho | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 18 | | 18 |
| 18 | Paulo Rola | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 19 | Manuel Lino | GDRC "OS Carregueirenses" | | | | | 17 | | 17 |
| 20 | Mário Silva Rodrigues | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 17 | | | | 17 |
| 21 | Carlos Barrento | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 9 | | 7 | | | 16 |
| 22 | José Marques | Clube Atletismo Vale Figueira | | 16 | | | | | 16 |
| 23 | Luis Gouveia | Núcleo SCP-Seixal | | | | 16 | | | 16 |
| 24 | Luis Santos | Urban Run Team | 16 | | | | | | 16 |
| 25 | João Marques | Desportivo Monte Real | | | | | | 16 | 16 |
| 26 | Luis Dias | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 15 | 15 |
| 27 | José António Santos | Individual | | | 15 | | | | 15 |
| 28 | José Costa | Grupo Desportivo De Chelas | 15 | | | | | | 15 |
| 29 | Ernesto Alves | Ingleses Futebol Clube | 14 | | | | | | 14 |
| 30 | Joaquim Cunha | Associação Desportiva de Palmeiros | | | 14 | | | | 14 |
| 31 | Jorge Paiva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | 14 | | | | | 14 |
| 32 | Paulo Arrenega | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | 14 | | | 14 |
| 33 | Emilio Gonçalves | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 7 | | 6 | | | 13 |
| 34 | Helder Martins | Correr Queluz | | | 13 | | | | 13 |
| 35 | José Botelho | Ingleses Futebol Clube | 13 | | | | | | 13 |
| 36 | Orlando Silva | SIMECO | | 13 | | | | | 13 |
| 37 | José Verissimo | Associação Desportiva de Palmeiros | | | | | | 13 | 13 |
| 38 | Carlos Ferreira | GDRC "OS Carregueirenses" | | | | | 12 | | 12 |
| 39 | Luis Calha | Vitória FC | | | | 12 | | | 12 |

ESCALÃO-VET55-MASC-(continuação)

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------------|---|-----------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 41 | Paulo Santos | Ingleses Futebol Clube | 12 | | | | | | 12 |
| 42 | Rui Graça | Correr Lisboa | | | 12 | | | | 12 |
| 43 | Sérgio Sota | GM 1ºDezembro Queijas | | 12 | | | | | 12 |
| 44 | Camilo Vieira | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 12 | 12 |
| 45 | Jorge Monteiro | GM 1ºDezembro Queijas | | 11 | | | | | 11 |
| 46 | João Paulo Antunes | Correr Queluz | | | 11 | | | | 11 |
| 47 | Marcos Mesquita | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 11 | 11 |
| 48 | Eduardo Pinheiro | Individual | | | 10 | | | | 10 |
| 49 | Fernando Coelho | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 10 | | | | | 10 |
| 50 | José Ferreira | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | | | 10 | | | 10 |
| 51 | Alberto Maravilha | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 52 | Vitor Silva | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 9 | | | | 9 |
| 53 | Aurelino Costa | Linda-A-Pastora Sporting Clube | | 8 | | | | | 8 |
| 54 | Nuno Silva | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 8 | 8 |
| 55 | Luis Neiva | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 8 | | | 8 |
| 56 | Ricardo Simões | Correr Queluz | | | 8 | | | | 8 |
| 57 | Carlos Fernandes | Encontramos.nosna Meta | | | 7 | | | | 7 |
| 58 | Ernesto Pereira | OS GALGOS | | | | | | 7 | 7 |
| 59 | Nelson Costa | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 6 | 6 |
| 60 | José Fidalgo | Agualva Runners | | | 6 | | | | 6 |
| 61 | Martinho Cunha | GM 1ºDezembro Queijas | | 6 | | | | | 6 |
| 62 | Armando Dias | OS GALGOS | | | | | | 5 | 5 |
| 63 | Carlos Lomba | GRCD Leião | | 5 | | | | | 5 |
| 64 | Paulo Gordo | Correr Queluz | | | 5 | | | | 5 |
| 65 | Paulo Oliveira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 4 | 4 |
| 66 | José Borges | Correr Queluz | | | 4 | | | | 4 |
| 67 | Vitor Oliveira | GM 1ºDezembro Queijas | | 4 | | | | | 4 |
| 68 | Paulo Correia | Individual | | | | | | 3 | 3 |
| 69 | Virgilio Pinto | OS GALGOS | | | | | | 2 | 2 |
| 70 | Rui Vasquez | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 71 | António Adro | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 72 | José Rodrigues | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 1 | 1 |
| 73 | António Augusto Oliveira | FUNDAÇÃO SALESIANOS | | | | | | 1 | 1 |
| 74 | Alberto Abreu | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |
| 75 | José Januário Lima | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 1 | 1 |

ESCALÃO-VET60-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|----------------------------|---|---------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Clara Mina | Clube Atletismo Vale Figueira | 19 | 19 | | | | | 38 |
| 2 | Conceição Rodrigues | Clube Atletismo Vale Figueira | 18 | 18 | | | | | 36 |
| 3 | Ilda Sousa | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | 16 | | | | 19 | 35 |
| 4 | Conceição Pereira | Clube Atletismo Vale Figueira | | 20 | | | | | 20 |
| 5 | Henriqueta Solipa | OS GALGOS | | | | | | 20 | 20 |
| 6 | Eugénia Izaias | A Natureza Ensina | | | | 20 | | | 20 |
| 7 | Lucilia Soares | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 8 | Maria Dulce Ferreira | GDRC Ponterralense | | | | | 20 | | 20 |
| 9 | Maria Gonçalves | Correr Queluz | | | 20 | | | | 20 |
| 10 | Isabel Maldonado | GR Quinta da Lomba | | | | 19 | | | 19 |
| 11 | Rita Palhinha | Individual | | | 19 | | | | 19 |
| 12 | Elsa Bruxelas | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 18 | | | 18 |
| 13 | Margarida Coelho | Desportivo Monte Real | | | | | | 18 | 18 |
| 14 | Francelina Silva | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 18 | | | | 18 |
| 15 | Ana Sena | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 17 | 17 |
| 16 | Ermelinda Mineiro | Centro Desportivo Universitário de Lisboa | | 17 | | | | | 17 |
| 17 | Aldina Silva | GM 1ºDezembro Queijas | | 15 | | | | | 15 |
| 18 | Maria da Conceição Militão | GM 1ºDezembro Queijas | | 14 | | | | | 14 |
| 19 | Ana Rosa Rodrigues | Individual | | 13 | | | | | 13 |
| 20 | Maria João Silva | SIMECO | | 12 | | | | | 12 |

ESCALÃO-VET60-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01 12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|-----------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | José Proença | Linda-a-Pastora Sport Clube | 20 | 20 | 16 | 14 | 18 | | 88 |
| 2 | João Oliveira | Ingleses Futebol Clube | 13 | 14 | 13 | 7 | 15 | 11 | 73 |
| 3 | João País | Clube Atletismo Vale Figueira | 18 | 18 | | | | | 36 |
| 4 | José Delfino | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | 17 | | | | | 34 |
| 5 | Rui Pombinho | NucleOeiras | 19 | | | 13 | | | 32 |
| 6 | Jaime Pinto | Associacao Desportiva De Palmeiros | 12 | | 17 | | | 18 | 47 |
| 7 | António Aguiar | GDRC Ponterrolense | | | | | 20 | | 20 |
| 8 | António Horta | Clube Praças Armada | | | | 20 | | | 20 |
| 9 | José Jarmela | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 20 | 20 |
| 10 | Rui Grazina | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 20 | | | | 20 |
| 11 | António Mestre | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 19 | | | | 19 |
| 12 | Eugenio Neto | GDR Reboleira | | | | 19 | | | 19 |
| 13 | Eurico Nicho | OS GALGOS | | | | | | 19 | 19 |
| 14 | Rui Merújo | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 19 | | 19 |
| 15 | Américo Pereira | Associacao Desportiva De Palmeiros | | | | 18 | | | 18 |
| 16 | Armando Sampaio | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 18 | | | | 18 |
| 17 | Noel Carr | Individual | | | | | | 18 | 18 |
| 18 | Artur Parreira | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 17 | 17 |
| 19 | José Pinto | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 17 | | | | 17 |
| 20 | Nascimento Dias | Desportivo Operário do Rangel | | | | 17 | | | 17 |
| 21 | Vitor Silva | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 17 | | 17 |
| 22 | Abel Costa | Desportivo Monte Real | | | | | | 16 | 16 |
| 23 | Fernando Guerra | Ass. Melhoramentos de A-dos-Cunhados | | | | | 16 | | 16 |
| 24 | Jorge Santos | Olimpico C Lagos | | | | 16 | | | 16 |
| 25 | José Dias | Clube Atletismo Vale Figueira | 16 | | | | | | 16 |
| 26 | José Pereira | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 16 | | | | | 16 |
| 27 | António Antunes | A Natureza Ensina | | | | 15 | | | 15 |
| 28 | José Heitor | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 15 | 15 |
| 29 | João Infante | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 15 | | | | | 15 |
| 30 | José Silva | Individual | 15 | | | | | | 15 |
| 31 | Luis Romãozinho | Correr Queluz | | | 15 | | | | 15 |
| 32 | Augusto Diogo | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 14 | 14 |
| 33 | Carlos Alegro | Ass. Rec. Soc. Cul. Toledo | | | | | 14 | | 14 |
| 34 | Carlos Folgado | Camara Lisboa Clube | 14 | | | | | | 14 |
| 35 | Manuel Araujo | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 14 | | | | 14 |
| 36 | Alexandre Reis | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 13 | | | | 13 |
| 37 | José Maio | Clube Desportivo do Arneiro | | | | | | 13 | 13 |
| 38 | Vitor Vital | SIMECO | | 13 | | | | | 13 |
| 39 | José Dias | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 12 | 12 |

| 40 | José Salazar | Run Tejo- Prevent Spraim | | | | | 12 | | 12 |
|----------------------------------|----------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| ESCALÃO-VET60-MASC-(Continuação) | | | | | | | | | |
| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
| 41 | Fernando Dias | Correr Queluz | | | 12 | | | | 12 |
| 42 | Aretino Mota | Linda-a-Pastora Sport Clube | | | | 11 | | | 11 |
| 43 | Fernando Jorge Faria | Individual | | | 11 | | | | 11 |
| 44 | José Pisco | Associação de Moradores da Atibá | | | | | | 11 | 11 |
| 45 | José Teixeira | Santa Clara - Açores | 11 | | | | | | 11 |
| 46 | António Pinto | Linda-a-Pastora Sport Clube | | | | 10 | | | 10 |
| 47 | António Pucariço | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 10 | 10 |
| 48 | António Pereira | Santa Clara - Açores | 10 | | | | | | 10 |
| 49 | José Marcelino | GDR Reboleira | | | | 9 | | | 9 |
| 50 | Jorge Paiva | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 51 | José Ideias | Individual | | | | 8 | | | 8 |
| 52 | Luciano Gonçalves | Vitória de Janes | | | | | | 8 | 8 |
| 53 | José Carlos | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 7 | 7 |
| 54 | Carlos Cresso | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 6 | | | 6 |
| 55 | Joaquim Rosa | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 6 | 6 |
| 56 | Mário Vale | Vitória de Janes | | | | | | 5 | 5 |
| 57 | João Carlos Pereira | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 4 | 4 |
| 58 | Joaquim Gamito | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 3 | 3 |

| ESCALÃO-VET65-FEM | | | | | | | | | |
|-------------------|------------------|---|---|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira- IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
| 1 | Lourdes Romero | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 20 | 20 | | | | 40 |
| 2 | Mercedes Fonseca | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 18 | 19 | | | | 37 |
| 3 | Alice Machado | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | 19 | | | 36 |
| 4 | vanda Augusto | A Natureza Ensina | | | | 20 | | | 20 |
| 5 | Paula Machado | SIMECO | | 19 | | | | | 19 |
| 6 | Ana Isabel Silva | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 18 | | | | 18 |
| 7 | Alda Sebastião | SIMECO | | 16 | | | | | 16 |

ESCALÃO-VET65-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12- 2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04- 2024 | 17ª Milha Urbana Falagueira jovem" Clisboa da Milha- 04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05- 2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------------|---|---|--|---|---|--|---|--------|
| 1 | José Simões | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 19 | 16 | 17 | 20 | | 72 |
| 2 | Aires Pratas | Clube Atletismo Vale Figueira | 20 | 20 | 20 | | | | 60 |
| 3 | Albano Ginja | Ingleses Futebol Clube | 13 | 14 | | 12 | | | 39 |
| 4 | João Santos | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | 19 | | | 19 | 38 |
| 5 | Raul Santos | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | 16 | 10 | | | 12 | 38 |
| 6 | Luis Prego | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 19 | | 18 | | | 37 |
| 7 | João Carvalho Lopes | Individual | | | | 16 | 19 | | 35 |
| 8 | José Neto | Clube Atletismo Vale Figueira | 17 | 18 | | | | | 35 |
| 9 | Alcindo dos Reis Almeida | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 13 | 11 | | | | 24 |
| 10 | Norberto Coelho | Clube Atletismo Vale Figueira | 12 | 12 | | | | | 24 |
| 11 | Carlos Moreira | Ass. Correr Lisboa | | | | 20 | | | 20 |
| 12 | Jorge Simão | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 20 | 20 |
| 13 | António Alves | Industrial Vieirense | | | | 19 | | | 19 |
| 14 | Gabriel Gonçalves | Ingleses Futebol Clube | 19 | | | | | | 19 |
| 15 | Américo Rodrigues | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 18 | | | | 18 |
| 16 | António Inácio | GDRC Ponterrolense | | | | | 18 | | 18 |
| 17 | Fernando Fernandes | Associação Desportiva Leões Apelaçonenses | 18 | | | | | | 18 |
| 18 | José Colaço | Clube de Atletismo do Oeste | | | | | 17 | | 17 |
| 19 | Martim Del Cura | GM 1ºDezembro Queijas | | 17 | | | | | 17 |
| 20 | Luís Reis | CCD Pessoal M. Cascais | | | | | | 17 | 17 |
| 21 | Francisco Rodrigues | OS GALGOS | | | | | | 16 | 16 |
| 22 | Vitor Rodrigues | GDRC Ponterrolense | | | | | 16 | | 16 |
| 23 | António Nascimento | A Natureza Ensina | | | | 15 | | | 15 |
| 24 | Fernando Ferreira | Individual | | | 15 | | | | 15 |
| 25 | José Branquinho | Casa Do Concelho De Arcos De Valdevez | 15 | | | | | | 15 |
| 26 | Juis Bettencourt | GRCD Leião | | 15 | | | | | 15 |
| 27 | José Brigadeiro | Fundação Salesianos | | | | | | 15 | 15 |
| 28 | Alberto Covas | A Natureza Ensina | | | | 14 | | | 14 |
| 29 | Augusto Aguiar | Centro de Cultura e Desporto Sintrense | | | 14 | | | | 14 |
| 30 | Raul Rodrigues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 14 | 14 |
| 31 | Vitor Amado | Clube Atletismo Vale Figueira | 14 | | | | | | 14 |
| 32 | José Luís Pires | A Natureza Ensina | | | | 13 | | | 13 |
| 33 | António Branco | OS GALGOS | | | | | | 13 | 13 |
| 34 | Pedro Paulo Rodrigues | Individual | | | 12 | | | | 12 |
| 35 | João Moacho | Linda-a-Pastora Sport Clube | | | | 11 | | | 11 |
| 36 | Fernando Gonçalves | Vitória de Janes | | | | | | 10 | 10 |
| 37 | Clive Saffery | Individual | | | 9 | | | | 9 |
| 38 | Herculano Domingues | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 9 | 9 |
| 39 | Joaquim Fonseca | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 8 | | | | 8 |
| 40 | Alexandre Ferreira | Núcleo de Atletismo Os Papagaios de Cascais | | | | | | 8 | 8 |

| | | | | | | | | | |
|----|------------------|---------------------------------------|--|----|----|--|--|----|----|
| 25 | Marcos Leonardo | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 13 | | | | 13 |
| 26 | Fernando Cardoso | Núcleo Atletismo Zona Abóboda | | | | | | 13 | 13 |
| 27 | Vitor Rodrigues | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 13 | | | | | 13 |
| 28 | Ventura Saraiva | GRD Ribeira da Lage | | | 12 | | | | 12 |

ESCALÃO-VET80-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------------|---|---------------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | José Ferreira | Nucleo Desportivo de Vale de Odemira | | | 20 | | | 20 | 40 |
| 2 | Arménio S. Patricio | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 20 | | | | | 20 |
| 3 | António Primor | SC Moitense | | | | | 20 | | 20 |
| 4 | Francisco Cipriano | Ass. Moradores Cul e Rec da Fonte Grada | | | | | 19 | | 19 |

ESCALÃO-VET85-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de IFC-18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12-2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04-2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha-04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05-2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|--------------------|-------------------------------|------------------------------|--------------------------------|---|---|------------------------------|------------------------------------|--------|
| 1 | Armando Aldegalega | Sporting Clube de Portugal | | 20 | | | | | 20 |
| 2 | Bernardino Pereira | Clube Futebol "Os Belenenses" | | | | 20 | | | 20 |
| 2 | Carlos Marques | Linda-a-Pastora Sport Clube | | 19 | | 19 | | | 38 |

DESPORTO ADAPTADO-FEM

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12- 2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04- 2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha- 04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05- 2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|---------------|----------------------------|---|--|---|--|--|---|--------|
| 1 | Beatriz Pires | União Atlético Povoense | 19 | 20 | | 20 | | | 59 |
| 2 | Odete Fiuza | Maratona Clube de Portugal | 20 | | | | | | 20 |

DESPORTO ADAPTADO-MASC

| Class | ATLETA | CLUBE | GP Cândido de Oliveira-IFC- 18-11-2023 | 3ª Milha de Queijas 01-12- 2023 | 15ª Milha Urbana de São Marcos - 20-04- 2024 | XVII Milha Urbana Falagueira jovem" CLisboa da Milha- 04-05-2024 | Milha José Caldas 11-05- 2024 | Milha Urbana da Aboboda 12-05-2024 | Pontos |
|-------|----------------------|---|---|--|---|--|--|---|--------|
| 1 | António Pessoa | Ingleses Futebol Clube | 20 | | | | | | 20 |
| 2 | Jorge Miranda | Individual | | | 20 | | | | 20 |
| 3 | Francisco Muleta | Federação Da Família Para A Paz Mundial | | | 19 | | | | 19 |
| 4 | Fabricio Vieira Dias | Individual | | | 18 | | | | 18 |
| 5 | Luis Esteves | URCA | | | 17 | | | | 17 |
| 6 | Carlos Duarte | Casa do Benfica Algueirão Mem Martins | | | 16 | | | | 16 |
| 7 | Rafael Ramalhete | Clube Atletismo Vale Figueira | 9 | 1 | | | | | 10 |

NOTA: A pontuação em AZUL - Quer disser que o atleta mudou de escalão