



CM 4KM

1ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 14:00
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	286	Pedro Rodrigues	POR	1984	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	14:23
2	128	Rodolfo Vilela	BRA	1988	V35	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	14:38
3	33	André Alves	POR	1986	V35	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	15:06
4	235	André Corvo	POR	1981	V40	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	15:21
5	181	Pedro Porfírio	POR	1983	V40	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	15:24
6	276	Manuel Mascarenhas	POR	1983	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	15:42
7	381	Tiago Delgado	POR	1985	V40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:12
8	246	José Junior	BRA	1987	V35	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	19:13
9	185	Ricardo Conceição	POR	1985	V40	GRUPO DESPORTIVO SÃO DOMINGOS	22:47



CM 4KM

2ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 14:25
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	227	Nelson Fonseca	POR	1978	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:57
2	119	Jose Gaspar	POR	1977	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:25
3	242	Hugo Palmeiro	POR	1975	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	15:28
4	177	Daniel Costa	POR	1978	V45	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	16:17
5	291	Nuno Ruela	POR	1972	V50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	16:23
6	217	Isidro Simões	POR	1975	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:37
7	281	Nuno Miguel Ferreira	POR	1974	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	16:39
8	223	Jorge Pardal	POR	1972	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:57
9	284	Paulo Costa	POR	1974	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	17:01
10	201	António Reis	POR	1974	V50	Individual - Lisboa	17:14
11	139	José Silva	POR	1973	V50	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	17:19
12	228	Paulo Tavares	POR	1978	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:35
13	378	Nuno Mendes	POR	1973	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:48
14	126	Nuno Queija	POR	1972	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:53
15	108	Artur Oliveira	POR	1972	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:55
16	105	Alexandre Pedrosa	POR	1975	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:58
17	191	Fernando Francisco	POR	1973	V50	INGLESES FUTEBOL CLUBE	18:04
18	282	Nuno Silva	POR	1971	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	18:24
19	292	Jorge Pereira	POR	1977	V45	RUN17K LOURES - ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA	18:34
20	138	Hugo Brás	POR	1980	V45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	18:50
21	255	Rui Lacerda	POR	1972	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:55
22	313	José Fernandes	POR	1978	V45	---	19:00
23	237	Bernardo Cayolla	POR	1979	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	19:14
24	193	Luís Franco	POR	1974	V50	INGLESES FUTEBOL CLUBE	19:29
25	184	Filipe Ferreira	POR	1979	V45	GRUPO DESPORTIVO SÃO DOMINGOS	19:54
26	236	Bento Quaresma	POR	1972	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:16
27	143	Pedro Eloy	POR	1975	V50	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	22:03
28	60	Vítor Pinhão	POR	1975	V50	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	22:36
29	114	Francisco Machado	POR	1978	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	24:43
30	123	Luís Palma	POR	1973	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	24:55



CM 4KM

3ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 14:50
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	206	Álvaro Oliveira	POR	1969	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:43
2	244	João Ginja	POR	1965	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	15:29
3	285	Paulo Rola	POR	1965	V60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	15:34
4	279	Mário Fernandes	POR	1967	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	16:03
5	180	Luís Gomes	POR	1968	V55	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	16:19
6	87	Rui Grazina	POR	1961	V60	CENTRO DE CULTURA E DESPORTO SINTRENSE	16:53
7	16	Joaquim Oliveira	POR	1966	V55	ACADEMIA MUSICAL 1º JUNHO 1893	16:59
8	147	Abel Costa	POR	1964	V60	DESPORTIVO MONTE REAL	17:07
9	270	João Bogalheiro	POR	1969	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	17:34
10	35	Sebastião Barata	POR	1969	V55	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	17:38
11	239	Diamantino Gamito	POR	1966	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	17:49
12	224	José Veríssimo	POR	1966	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:06
13	208	António Martinho	POR	1963	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:40
14	112	Fernando M Santos	POR	1962	V60	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	19:25
15	230	Vítor Vaz	POR	1968	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	19:37
16	131	José Maio	POR	1963	V60	CLUBE DESPORTIVO DO ARNEIRO	19:46
17	145	Rui Graça	POR	1967	V55	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	19:59
18	247	José Proença	POR	1962	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	20:09
19	273	José Brito	POR	1961	V60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	20:32
20	25	Joaquim Martins	POR	1963	V60	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	25:50
21	257	Vitor Lourenço	POR	1968	V55	MSTT TRAIL TEAM ASSOCIAÇÃO	25:56



CM 3KM

1ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 15:15
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	358	Rosália Saldanha	POR	1973	V50	MONTE AGRAÇO FUTEBOL CLUBE	19
2	232	Ana Frutuoso	POR	1974	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	22
3	365	Carla Mendes	POR	1974	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	25
4	107	Anabela Ferreira	POR	1970	V55	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	1:20
5	212	Elsa Oliveira	POR	1965	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	1:34
6	207	Ângela Fonseca	POR	1973	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	2:15
7	384	Zulmira Rodrigues	POR	1966	V55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:17
8	366	Catarina Quintas	POR	1972	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:45
9	288	Susana Figueira	POR	1975	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	2:49
10	32	Anabela Carvalho	POR	1964	V60	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	2:59
11	293	Maria Duarte	POR	1968	V55	RUN17K LOURES - ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA	3:04
12	225	Lucelia Silva	BRA	1973	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	3:08
13	190	Dora Silva	POR	1975	V50	INGLESES FUTEBOL CLUBE	3:13
14	278	Maria Guedes	POR	1968	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	3:21
15	142	Paula Almeida	POR	1971	V50	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	3:24
16	252	Madalena Pina	POR	1967	V55	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	3:28
17	368	Elisa Sampaio	POR	1967	V55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4:02
18	277	Maria Bica	POR	1973	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	4:08
19	188	Alexandra Coelho	POR	1968	V55	INGLESES FUTEBOL CLUBE	4:17
20	21	Filomena Gonçalves	POR	1975	V50	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4:39
21	211	Cristina Cunha	POR	1970	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	4:51
22	264	Cristina Paiva	POR	1971	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:02
23	189	Ana Rolo	POR	1966	V60	INGLESES FUTEBOL CLUBE	5:12
24	110	Carla Pedrosa	POR	1973	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	5:14
25	267	Ilda Sousa	CPV	1961	V60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:42
26	308	Aurora Correia	POR	1971	V50	---	10:37



CM 3KM

1ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 15:15
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	261	Artur André Parreira	POR	1961	V65	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5
2	136	Carlos Moreira	POR	1958	V65	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	8
3	248	José Simões	POR	1959	V65	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	11
4	218	Jaime Pinto	POR	1959	V65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16
5	182	Rui Merujo	POR	1959	V65	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	35
6	249	Luís Prego	POR	1957	V65	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	44
7	85	João Soares	POR	1953	V70	CASA DO BENFICA EM ALGUEIRÃO MEM MARTINS - SINTRA	1:17
8	176	António Inácio	POR	1956	V70	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	1:58
9	370	José Bordalo	POR	1952	V70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:08
10	86	José Inocêncio	POR	1952	V70	CASA DO BENFICA EM ALGUEIRÃO MEM MARTINS - SINTRA	2:11
11	210	Carlos Baptista	POR	1960	V65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	2:36
12	283	Paulino Pacheco	POR	1956	V65	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	2:38
13	371	José Piçarra	POR	1956	V65	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:40
14	135	António Dos Santos	POR	1953	V70	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	2:42
15	260	Armando Santos	POR	1955	V70	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	2:52
16	219	Jaime Silva	POR	1952	V70	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	2:55
17	192	João Oliveira	POR	1959	V65	INGLESES FUTEBOL CLUBE	3:10
18	118	Jorge Freitas	POR	1959	V65	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	3:18
19	266	Herculano Domingues	POR	1955	V70	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	3:51
20	299	José Dos Santos	POR	1948	V75	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	3:57
21	253	Mário Gomes	POR	1951	V75	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:00
22	124	Luis Pedro	POR	1954	V70	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	5:27
23	69	José Lindo	POR	1946	V75	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	8:13



CM 4KM

1ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 15:35
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	140	Maria Do Céu Nunes	POR	1976	V45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	16:57
2	316	Sónia Palmela	POR	1977	V45	---	17:56
3	34	Carla Bernardino	POR	1976	V45	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	18:36
4	106	Ana Mendes	POR	1979	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	19:31
5	234	Ana Sofia Aleixo	POR	1977	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:47
6	144	Qinqin ma	HKG	1981	V40	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	22:22
7	57	Sandra Santos	POR	1979	V45	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	22:38
8	141	Mónica Lopes	POR	1977	V45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	22:46
9	287	Susana Fernandes	POR	1982	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	22:53
10	238	Céu Fernandes	POR	1977	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	23:08
11	117	Joana Craveiro	POR	1982	V40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	23:11
12	233	Ana Neto	POR	1978	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	23:43
13	17	Ana Rema	POR	1982	V40	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	27:30

400 M

1ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:00
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	321	Madalena Silva	POR	2017	Sub10	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	1:25
2	309	Bianca Luz	POR	2017	Sub10	---	1:57
3	389	Maria Macário	POR	2017	Sub10	UNIÃO SPORT CLUBE MIRA SINTRA	2:07
4	11	Leonor Garcia	POR	2018	Sub10	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	2:23
5	46	Inês Primor	POR	2017	Sub10	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	2:26
6	344	Louroanatiny Silva	STP	2018	Sub10	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	2:31
7	197	Pilar Matias	POR	2017	Sub10	INGLESES FUTEBOL CLUBE	2:34
8	376	Matilde Bagagem	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:38
9	305	Sara Ezzaouia	MAR	2017	Sub10	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	2:44
10	18	Carolina Fonseca	POR	2019	Sub10	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	2:47
11	194	Luísa Matias	POR	2019	Sub10	INGLESES FUTEBOL CLUBE	2:50
12	202	Inês Nogueira	POR	2019	Sub10	Individual - Lisboa	3:03



400 M

1ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:00
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	307	Tomás Querido	POR	2017	Sub10	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	1:48
2	375	Martim Delgado	POR	2017	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:52
3	94	Diogo Ramos	POR	2017	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	2:09
4	383	Vicente Coelho	POR	2018	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:13
5	350	Rafael Fausto	POR	2017	Sub10	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	2:16
6	353	Vasco Guerreiro	POR	2017	Sub10	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	2:18
7	97	João Borges	POR	2017	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	2:40
8	91	Bernardo Braz	POR	2019	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	2:59
9	96	Guilherme Borges	POR	2019	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	3:11

CM 1 KM

1ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:05
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	342	Laura Cardoso	POR	2015	Sub12	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	4:15
2	332	Christiane Silva	STP	2015	Sub12	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	4:31
3	240	Francisca Corvo	POR	2015	Sub12	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:00
4	327	Sofia Lapas	POR	2015	Sub12	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:05
5	379	Sofia Carvalho	POR	2015	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:11
6	367	Clara Delgado	POR	2015	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:13
7	13	Valentyna Dziuba	POR	2015	Sub12	SPORT LISBOA E BENFICA	5:17
8	251	Madalena Corvo	POR	2015	Sub12	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:18
9	38	Alice Nobre	POR	2015	Sub12	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	5:23
10	45	Francisca Pinhão	POR	2016	Sub12	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	5:33
11	167	Kyara Borges	POR	2016	Sub12	EDP CLUBE RUNNERS	5:34
12	289	Teresa Seco	POR	2015	Sub12	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	6:47
13	88	Alice Alexandre	POR	2015	Sub12	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	6:56
14	274	Leonor Fernandes	POR	2016	Sub12	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:41



CM 1 KM

1ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:05
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	382	Tomás Pombeiro	POR	2015	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4:23
2	12	Pedro Rodrigues	POR	2016	Sub12	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	4:35
3	204	Pedro Nogueira	POR	2015	Sub12	Individual - Lisboa	4:44
4	304	Santiago Rosa	POR	2015	Sub12	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	4:52
5	89	André Pequeno	POR	2016	Sub12	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	4:54
6	153	Dylan Tavares	POR	2016	Sub12	EDP CLUBE RUNNERS	4:56
7	200	André Nogueira	POR	2016	Sub12	Individual - Lisboa	5:03
8	320	Gustavo Torres	POR	2016	Sub12	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:08
9	256	Simão Pinto	POR	2015	Sub12	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:15
10	20	Felix Utecht	GER	2016	Sub12	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5:21
11	23	Henrique Nunes	POR	2016	Sub12	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5:37
12	348	Miguel Campos	POR	2015	Sub12	SOCIEDADE FILARMÓNICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	5:44
13	31	Tomás Ribeiro	POR	2016	Sub12	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	7:47



CM 1 KM

2ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:15
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	323	Maria Serrano	POR	2014	Sub14	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	4:19
2	329	Alexandra Ajetunmobi	NGR	2013	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	4:33
3	42	Carolina Gomes	POR	2013	Sub14	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	4:37
4	356	Luísa Coutinho	POR	2013	Sub14	SPORT LISBOA E BENFICA	4:49
5	24	Joana Pãozinho	POR	2014	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4:54
6	302	Parker Yvonne	USA	2014	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	5:01
7	335	Francileia Vicente	POR	2013	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	5:03
8	391	Ranya Santos	POR	2013	Sub14	UNIÃO SPORT CLUBE MIRA SINTRA	5:07
9	44	Filipa Pinhão	POR	2013	Sub14	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	5:14
10	343	Laura Rocha	POR	2014	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTÍSTICO DA AMADORA	5:19
11	265	Francisca Seco	POR	2013	Sub14	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:29
12	169	Michel Pinho	POR	2013	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	5:32
13	19	Eva Fonseca	POR	2014	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5:33
14	199	Sofia Silva	POR	2013	Sub14	INGLESSES FUTEBOL CLUBE	5:39
15	295	Constança Caxaria	POR	2014	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	5:40
16	164	Kelly Vaz	POR	2013	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	5:45
17	171	Paula có	POR	2013	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	5:59
18	27	Marta Marcelino	POR	2013	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	6:10
19	150	Aline Almeida	POR	2014	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	6:38

CM 1 KM

2ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:15
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	297	Francisco Querido	POR	2014	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	4:14
2	159	Ivanilson Mendes	POR	2013	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	4:25
3	157	Hegson Ceita	CPV	2013	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	4:27
4	26	Leonardo Nunes	POR	2013	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4:40
5	175	William Semedo	POR	2014	Sub14	EDP CLUBE RUNNERS	4:55
6	298	Gonçalo Feernandes	POR	2014	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	5:12
7	319	Francisco Fonseca	POR	2014	Sub14	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:17



CM 2KM

1ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:25
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	39	Benedita Caldeira	POR	2011	Sub16	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	7:03
2	318	Carlota Macedo	POR	2011	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	7:38
3	326	Rafaela Lapas	POR	2012	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	7:51
4	294	Ana Costa	POR	2011	Sub16	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	8:17
5	41	Carolina Ferreira	POR	2012	Sub16	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	8:22
6	121	Letícia Oliveira	POR	2012	Sub16	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	8:27
7	151	Beatriz Andrade	CPV	2012	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	9:12
8	162	Joana Pina	POR	2012	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	9:16
9	161	Janira có	POR	2011	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	10:25
10	268	Inês Caldeira	POR	2011	Sub16	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	10:32

CM 2KM

1ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:25
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	349	Miguel Costa	POR	2011	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	6:46
2	306	Simão Damião	POR	2011	Sub16	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	6:48
3	300	Lourenço Rodrigues	POR	2011	Sub16	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	7:26
4	165	Kelson Gonçalves	POR	2011	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	7:35
5	325	Pedro Nunes	POR	2012	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	7:46
6	160	Jaime Pontes	POR	2012	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	7:49
7	95	Filipe Andrade	POR	2012	Sub16	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	7:53
8	280	Martim Silva	POR	2011	Sub16	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	8:07
9	322	Manuel Nunes	POR	2012	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	8:10
10	158	Hélio Simão	STP	2011	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	8:13
11	339	Henrique Ruela	POR	2012	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	8:46
12	352	Tiago Timóteo	POR	2012	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	8:50
13	198	Rafael Duarte	POR	2012	Sub16	INGLESSES FUTEBOL CLUBE	9:13
14	173	Sandro Mendes	CPV	2012	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	9:40
15	22	Gustavo Fonseca	POR	2011	Sub16	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	9:48
16	149	Abnildo Escrivanes	CPV	2012	Sub16	EDP CLUBE RUNNERS	11:43



CM ADAPTADO 2KM

1ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:25
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	245	Jorge Miranda	POR	1967	V55	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	1:46:36
2	338	Hélio Brito	CPV	2009	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	9:42

CM 3KM

2ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:45
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	324	Mariana Isidro	POR	2009	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	11:32
2	100	Leticia Lourenço	POR	2009	Sub18	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	11:45
3	203	Madalena Fernandes	POR	2010	Sub18	Individual - Lisboa	11:54
4	53	Matilde Quinteiro	POR	2010	Sub18	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	12:36
5	49	Leonor Pinhão	POR	2009	Sub18	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	13:37
6	334	Djamila Lima	POR	2009	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	15:38

CM 3KM

2ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 16:45
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	341	Ítalo Santos	POR	2010	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	9:11
2	258	Afonso Sequeira	POR	2010	Sub18	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	10:33

CM 4KM

2ª SÉRIE F

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 17:05
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	374	Mariana Vieira	POR	2000	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	18:19
2	259	Ana Rola	POR	1994	Seniores	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	18:55
3	52	Marta Belchior	POR	2008	Sub20	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	19:00
4	296	Daniela Fourré	POR	2008	Sub20	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	21:26
5	29	Raquel Bispo	BRA	1996	Seniores	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	23:46
6	372	Leonor Fernandes	POR	2000	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	25:18



CM 4KM

4ª SÉRIE M

21 MARÇO 2026

CROSS CROSS

🕒 17:30
HORA INÍCIO

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	104	Afonso Antunes	POR	2004	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	13:52
2	229	Tiago Simões	POR	2004	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	13:56
3	214	Gonçalo Peixoto	POR	1996	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:10
4	146	Pedro Silva	POR	1992	Seniores	C P REC A-DO-BARBAS	15:01
5	220	João Albino	POR	2000	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:04
6	209	António Pinto	POR	1991	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:23
7	216	Hugo Leal	POR	1997	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:25
8	380	Tiago Cardoso	POR	2008	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	15:40
9	148	Miguel Costa	POR	1997	Seniores	DESPORTIVO MONTE REAL	15:57
10	231	Aeverton Oliveira	BRA	1997	Seniores	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	16:28
11	226	Marco Santos	POR	1997	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:41
12	315	Sérgio Quitério	POR	2005	Sub23	---	17:04
13	303	Renato Martins	POR	2007	Sub20	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	17:47
14	205	Abdulai Djaló	GBS	1998	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:13



CLASSIFICAÇÕES

Regional Jovem

CM 3KM (SUB18 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	341	Ítalo Santos	POR	Sub18	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	9:11
2	258	Afonso Sequeira	POR	Sub18	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	10:33

CM 3KM (SUB18 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	324	Mariana Isidro	POR	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	11:32
2	100	Leticia Lourenço	POR	Sub18	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	11:45
3	203	Madalena Fernandes	POR	Sub18	Individual - Lisboa	11:54
4	53	Matilde Quinteiro	POR	Sub18	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	12:36
5	49	Leonor Pinhão	POR	Sub18	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	13:37

400 M (SUB10 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	307	Tomás Querido	POR	Sub10	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	1:48
2	375	Martim Delgado	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:52
3	94	Diogo Ramos	POR	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	2:09
4	383	Vicente Coelho	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:13
5	350	Rafael Fausto	POR	Sub10	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	2:16
6	353	Vasco Guerreiro	POR	Sub10	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	2:18
7	97	João Borges	POR	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	2:40
8	91	Bernardo Braz	POR	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	2:59
9	96	Guilherme Borges	POR	Sub10	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	3:11



Comunicado de Resultados

400 M (SUB10 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	321	Madalena Silva	POR	Sub10	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	1:25
2	11	Leonor Garcia	POR	Sub10	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	2:23
3	46	Inês Primor	POR	Sub10	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	2:26
4	197	Pilar Matias	POR	Sub10	INGLESES FUTEBOL CLUBE	2:34
5	376	Matilde Bagagem	POR	Sub10	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:38
6	305	Sara Ezzaouia	MAR	Sub10	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	2:44
7	18	Carolina Fonseca	POR	Sub10	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	2:47
8	194	Luísa Matias	POR	Sub10	INGLESES FUTEBOL CLUBE	2:50
9	202	Inês Nogueira	POR	Sub10	Individual - Lisboa	3:03

CM 1 KM (SUB12 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	382	Tomás Pombeiro	POR	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4:23
2	12	Pedro Rodrigues	POR	Sub12	ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DA MEALHADA	4:35
3	204	Pedro Nogueira	POR	Sub12	Individual - Lisboa	4:44
4	304	Santiago Rosa	POR	Sub12	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	4:52
5	89	André Pequeno	POR	Sub12	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	4:54
6	200	André Nogueira	POR	Sub12	Individual - Lisboa	5:03
7	320	Gustavo Torres	POR	Sub12	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:08
8	256	Simão Pinto	POR	Sub12	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:15
9	20	Felix Utecht	GER	Sub12	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5:21
10	23	Henrique Nunes	POR	Sub12	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5:37
11	348	Miguel Campos	POR	Sub12	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	5:44
12	31	Tomás Ribeiro	POR	Sub12	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	7:47

CM 1 KM (SUB14 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	297	Francisco Querido	POR	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	4:14
2	26	Leonardo Nunes	POR	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4:40
3	298	Gonçalo Feernandes	POR	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	5:12
4	319	Francisco Fonseca	POR	Sub14	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:17



Comunicado de Resultados

CM 1 KM (SUB12 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	342	Laura Cardoso	POR	Sub12	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	4:15
2	240	Francisca Corvo	POR	Sub12	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:00
3	327	Sofia Lapas	POR	Sub12	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	5:05
4	379	Sofia Carvalho	POR	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:11
5	367	Clara Delgado	POR	Sub12	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	5:13
6	251	Madalena Corvo	POR	Sub12	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:18
7	38	Alice Nobre	POR	Sub12	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	5:23
8	45	Francisca Pinhão	POR	Sub12	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	5:33
9	88	Alice Alexandre	POR	Sub12	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	6:56
10	274	Leonor Fernandes	POR	Sub12	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	7:41

CM 1 KM (SUB14 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	323	Maria Serrano	POR	Sub14	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	4:19
2	329	Alexandra Ajetunmobi	NGR	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	4:33
3	42	Carolina Gomes	POR	Sub14	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	4:37
4	356	Luísa Coutinho	POR	Sub14	SPORT LISBOA E BENFICA	4:49
5	24	Joana Pãozinho	POR	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4:54
6	302	Parker Yvonne	USA	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	5:01
7	44	Filipa Pinhão	POR	Sub14	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	5:14
8	343	Laura Rocha	POR	Sub14	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	5:19
9	19	Eva Fonseca	POR	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5:33
10	199	Sofia Silva	POR	Sub14	INGLESES FUTEBOL CLUBE	5:39
11	295	Constança Caxaria	POR	Sub14	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	5:40
12	27	Marta Marcelino	POR	Sub14	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	6:10



Comunicado de Resultados

CM 2KM (SUB16 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	349	Miguel Costa	POR	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	6:46
2	306	Simão Damião	POR	Sub16	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	6:48
3	300	Lourenço Rodrigues	POR	Sub16	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	7:26
4	325	Pedro Nunes	POR	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	7:46
5	95	Filipe Andrade	POR	Sub16	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	7:53
6	280	Martim Silva	POR	Sub16	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	8:07
7	322	Manuel Nunes	POR	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	8:10
8	339	Henrique Ruela	POR	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	8:46
9	352	Tiago Timóteo	POR	Sub16	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	8:50
10	198	Rafael Duarte	POR	Sub16	INGLESES FUTEBOL CLUBE	9:13
11	22	Gustavo Fonseca	POR	Sub16	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	9:48

CM 2KM (SUB16 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca
1	39	Benedita Caldeira	POR	Sub16	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	7:03
2	318	Carlota Macedo	POR	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	7:38
3	326	Rafaela Lapas	POR	Sub16	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	7:51
4	294	Ana Costa	POR	Sub16	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	8:17
5	41	Carolina Ferreira	POR	Sub16	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	8:22
6	121	Letícia Oliveira	POR	Sub16	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	8:27
7	268	Inês Caldeira	POR	Sub16	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	10:32



Regional Jovem

FEMININO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	SCP	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	6	43
2	CATV	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	9	38
3	SCLOU	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	4	11
4	AVB	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4	6

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	SCLOU	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	6	40
2	SFRAA	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTÍCO DA AMADORA	7	24
3	CDVP	CLUBE DESPORTIVO DA VENDA DO PINHEIRO	6	17
4	SCP	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	4	14
5	AVB	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	5	7



Regional Corta Mato Absoluto

CM 4KM (SUB20 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	380	Tiago Cardoso	POR	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	15:40	8,0
2	303	Renato Martins	POR	Sub20	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	17:47	7,0

CM 4KM (SUB23 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	104	Afonso Antunes	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	13:52	8,0
2	229	Tiago Simões	POR	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	13:56	7,0

CM 4KM (SENIORES MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	214	Gonçalo Peixoto	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:10	8,0
2	220	João Albino	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:04	7,0
3	209	António Pinto	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:23	6,0
4	216	Hugo Leal	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:25	5,0
5	226	Marco Santos	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:41	4,0
6	205	Abdulai Djaló	GBS	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:13	3,0

CM 4KM (SUB20 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	52	Marta Belchior	POR	Sub20	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	19:00	8,0
2	296	Daniela Fourré	POR	Sub20	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	21:26	7,0

CM 4KM (SENIORES FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	374	Mariana Vieira	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	18:19	8,0
2	29	Raquel Bispo	BRA	Seniores	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	23:46	7,0
3	372	Leonor Fernandes	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	25:18	6,0

*Comunicado de Resultados***Regional Corta Mato Absoluto****MASCULINO**

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	7	40



Regional de Corta Mato Veterano

CM 4KM (V35 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	128	Rodolfo Vilela	BRA	V35	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	14:38	8,0
2	33	André Alves	POR	V35	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	15:06	7,0

CM 4KM (V40 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	286	Pedro Rodrigues	POR	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	14:23	8,0
2	235	André Corvo	POR	V40	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	15:21	7,0
3	181	Pedro Porfírio	POR	V40	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	15:24	6,0
4	276	Manuel Mascarenhas	POR	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	15:42	5,0
5	381	Tiago Delgado	POR	V40	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:12	4,0
6	185	Ricardo Conceição	POR	V40	GRUPO DESPORTIVO SÃO DOMINGOS	22:47	3,0

CM 4KM (V45 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	227	Nelson Fonseca	POR	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:57	8,0
2	119	Jose Gaspar	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:25	7,0
3	177	Daniel Costa	POR	V45	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	16:17	6,0
4	228	Paulo Tavares	POR	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:35	5,0
5	292	Jorge Pereira	POR	V45	RUN17K LOURES - ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA	18:34	4,0
6	138	Hugo Brás	POR	V45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	18:50	3,0
7	237	Bernardo Cayolla	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	19:14	2,0
8	184	Filipe Ferreira	POR	V45	GRUPO DESPORTIVO SÃO DOMINGOS	19:54	1,0
9	114	Francisco Machado	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	24:43	1,0



Comunicado de Resultados

CM 4KM (V50 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	242	Hugo Palmeiro	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	15:28	8,0
2	291	Nuno Ruela	POR	V50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	16:23	7,0
3	217	Isidro Simões	POR	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRÃO	16:37	6,0
4	281	Nuno Miguel Ferreira	POR	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	16:39	5,0
5	223	Jorge Pardal	POR	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRÃO	16:57	4,0
6	201	António Reis	POR	V50	Individual - Lisboa	17:14	3,0
7	139	José Silva	POR	V50	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	17:19	2,0
8	378	Nuno Mendes	POR	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:48	1,0
9	126	Nuno Queija	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:53	1,0
10	108	Artur Oliveira	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:55	1,0
11	105	Alexandre Pedrosa	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:58	1,0
12	191	Fernando Francisco	POR	V50	INGLESES FUTEBOL CLUBE	18:04	1,0
13	282	Nuno Silva	POR	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	18:24	1,0
14	255	Rui Lacerda	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:55	1,0
15	193	Luís Franco	POR	V50	INGLESES FUTEBOL CLUBE	19:29	1,0
16	236	Bento Quaresma	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:16	1,0
17	143	Pedro Eloy	POR	V50	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	22:03	1,0
18	60	Vítor Pinhão	POR	V50	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	22:36	1,0
19	123	Luís Palma	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	24:55	1,0



Comunicado de Resultados

CM 4KM (V55 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	206	Álvaro Oliveira	POR	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:43	8,0
2	279	Mário Fernandes	POR	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	16:03	7,0
3	180	Luís Gomes	POR	V55	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	16:19	6,0
4	16	Joaquim Oliveira	POR	V55	ACADEMIA MUSICAL 1º JUNHO 1893	16:59	5,0
5	270	João Bogalheiro	POR	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	17:34	4,0
6	35	Sebastião Barata	POR	V55	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	17:38	3,0
7	230	Vítor Vaz	POR	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	19:37	2,0
8	145	Rui Graça	POR	V55	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	19:59	1,0
9	257	Vítor Lourenço	POR	V55	MSTT TRAIL TEAM ASSOCIAÇÃO	25:56	1,0

CM 4KM (V60 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	244	João Ginja	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	15:29	8,0
2	285	Paulo Rola	POR	V60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	15:34	7,0
3	239	Diamantino Gamito	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	17:49	6,0
4	224	José Veríssimo	POR	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:06	5,0
5	208	António Martinho	POR	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:40	4,0
6	112	Fernando M Santos	POR	V60	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	19:25	3,0
7	247	José Proença	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	20:09	2,0
8	25	Joaquim Martins	POR	V60	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	25:50	1,0

CM 4KM (V40 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	144	Qinqin ma	HKG	V40	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	22:22	8,0
2	287	Susana Fernandes	POR	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	22:53	7,0
3	117	Joana Craveiro	POR	V40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	23:11	6,0
4	17	Ana Rema	POR	V40	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	27:30	5,0



Comunicado de Resultados

CM 4KM (V45 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	140	Maria Do Céu Nunes	POR	V45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	16:57	8,0
2	34	Carla Bernardino	POR	V45	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	18:36	7,0
3	106	Ana Mendes	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	19:31	6,0
4	234	Ana Sofia Aleixo	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:47	5,0
5	57	Sandra Santos	POR	V45	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	22:38	4,0
6	141	Mónica Lopes	POR	V45	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	22:46	3,0
7	238	Céu Fernandes	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	23:08	2,0
8	233	Ana Neto	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	23:43	1,0

CM 3KM (V65 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	261	Artur André Parreira	POR	V65	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5	8,0
2	136	Carlos Moreira	POR	V65	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	8	7,0
3	248	José Simões	POR	V65	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	11	6,0
4	218	Jaime Pinto	POR	V65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16	5,0
5	182	Rui Merujo	POR	V65	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	35	4,0
6	249	Luís Prego	POR	V65	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	44	3,0
7	210	Carlos Baptista	POR	V65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	2:36	2,0
8	371	José Piçarra	POR	V65	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:40	1,0
9	192	João Oliveira	POR	V65	INGLESES FUTEBOL CLUBE	3:10	1,0
10	118	Jorge Freitas	POR	V65	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	3:18	1,0



Comunicado de Resultados

CM 3KM (V70 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	85	João Soares	POR	V70	CASA DO BENFICA EM ALGUEIRÃO MEM MARTINS - SINTRA	1:17	8,0
2	176	António Inácio	POR	V70	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	1:58	7,0
3	370	José Bordalo	POR	V70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:08	6,0
4	86	José Inocêncio	POR	V70	CASA DO BENFICA EM ALGUEIRÃO MEM MARTINS - SINTRA	2:11	5,0
5	135	António Dos Santos	POR	V70	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	2:42	4,0
6	260	Armindo Santos	POR	V70	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	2:52	3,0
7	219	Jaime Silva	POR	V70	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	2:55	2,0
8	266	Herculano Domingues	POR	V70	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	3:51	1,0
9	124	Luis Pedro	POR	V70	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	5:27	1,0

CM 3KM (V75 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	299	José Dos Santos	POR	V75	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	3:57	8,0
2	253	Mário Gomes	POR	V75	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5:00	7,0
3	69	José Lindo	POR	V75	CLUBE ATLETISMO DE VALE DE FIGUEIRA	8:13	6,0

CM 3KM (V50 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	358	Rosália Saldanha	POR	V50	MONTE AGRAÇO FUTEBOL CLUBE	19	8,0
2	232	Ana Frutuoso	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	22	7,0
3	365	Carla Mendes	POR	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	25	6,0
4	207	Ângela Fonseca	POR	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	2:15	5,0
5	366	Catarina Quintas	POR	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:45	4,0
6	288	Susana Figueira	POR	V50	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	2:49	3,0
7	225	Lucelia Silva	BRA	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	3:08	2,0
8	190	Dora Silva	POR	V50	INGLESES FUTEBOL CLUBE	3:13	1,0
9	142	Paula Almeida	POR	V50	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	3:24	1,0
10	21	Filomena Gonçalves	POR	V50	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	4:39	1,0
11	110	Carla Pedrosa	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	5:14	1,0



Comunicado de Resultados

CM 3KM (V55 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	107	Anabela Ferreira	POR	V55	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	1:20	8,0
2	384	Zulmira Rodrigues	POR	V55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	2:17	7,0
3	293	Maria Duarte	POR	V55	RUN17K LOURES - ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA	3:04	6,0
4	252	Madalena Pina	POR	V55	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	3:28	5,0
5	368	Elisa Sampaio	POR	V55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4:02	4,0
6	188	Alexandra Coelho	POR	V55	INGLESES FUTEBOL CLUBE	4:17	3,0
7	211	Cristina Cunha	POR	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	4:51	2,0
8	264	Cristina Paiva	POR	V55	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:02	1,0

CM 3KM (V60 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	212	Elsa Oliveira	POR	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	1:34	8,0
2	32	Anabela Carvalho	POR	V60	ASSOCIAÇÃO WALK AND RUN PORTUGAL	2:59	7,0
3	189	Ana Rolo	POR	V60	INGLESES FUTEBOL CLUBE	5:12	6,0
4	267	Ilda Sousa	CPV	V60	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	5:42	5,0



Regional de Corta Mato Veterano

FEMININO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	4	21
2	UAP	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4	21
3	CLX	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	4	20
4	LPSC	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	5	20
5	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	4	17
6	NAZA	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	4	16
7	IFC	INGLESES FUTEBOL CLUBE	3	10

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	LPSC	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	11	51
2	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	11	51
3	NAZA	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	10	49
4	GDRCP	GRUPO DESPORTIVO RECREATIVO E CULTURAL PONTERROLENSE	5	29
5	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	10	25
6	CLX	ASSOCIAÇÃO CORRER LISBOA	6	18
7	UAP	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	4	12
8	IFC	INGLESES FUTEBOL CLUBE	3	3



Regional Corta Mato Especial

CM 4KM (FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	374	Mariana Vieira	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	18:19	1,0
2	52	Marta Belchior	POR	Sub20	CATV - CLUBE DE ATLETISMO DE TORRES VEDRAS	19:00	2,0
3	296	Daniela Fourré	POR	Sub20	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	21:26	3,0
4	29	Raquel Bispo	BRA	Seniores	ASSOCIAÇÃO VITOR BAPTISTA	23:46	4,0
5	372	Leonor Fernandes	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	25:18	5,0

CM 4KM (MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	104	Afonso Antunes	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	13:52	1,0
2	229	Tiago Simões	POR	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	13:56	2,0
3	214	Gonçalo Peixoto	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	14:10	3,0
4	146	Pedro Silva	POR	Seniores	C P REC A-DO-BARBAS	15:01	4,0
5	220	João Albino	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:04	5,0
6	209	António Pinto	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:23	6,0
7	216	Hugo Leal	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:25	7,0
8	380	Tiago Cardoso	POR	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	15:40	8,0
9	226	Marco Santos	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:41	9,0
10	303	Renato Martins	POR	Sub20	SPORTING CLUBE LOURINHANENSE	17:47	10,0
11	205	Abdulai Djaló	GBS	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:13	11,0



Regional Corta Mato Especial

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	3	10



Comunicado de Resultados

Participações por Clubes

Equipa	Nome	Associação	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
ACRM	Associação Cultural E Recreativa Da Mealhada	Lisboa	2	2	1	1	1	1
AM1J	Academia Musical 1º Junho 1893	Lisboa	1	1	1	1	0	0
AVB	Associação Vítor Baptista	Lisboa	13	13	6	6	7	7
AWRP	Associação Walk And Run Portugal	Lisboa	4	4	2	2	2	2
CATV	Catv - Clube De Atletismo De Torres Vedras	Lisboa	12	12	1	1	11	11
CAVF	Clube Atletismo De Vale De Figueira	Lisboa	1	1	1	1	0	0
CBAM	Casa Do Benfica Em Algueirão Mem Martins - Sintra	Lisboa	2	2	2	2	0	0
CCDS	Centro De Cultura E Desporto Sintrense	Lisboa	1	1	1	1	0	0
CDVP	Clube Desportivo Da Venda Do Pinheiro	Lisboa	8	8	6	6	2	2
CFB	Clube De Futebol Os Belenenses	Lisboa	16	16	11	11	5	5
CLUBEDES PORTIVOD OARNEIRO	Clube Desportivo Do Arneiro	Outras Fed.	1	1	1	1	0	0
CLX	Associação Correr Lisboa	Lisboa	10	10	6	6	4	4
CPRAB	C P Rec A-DO-Barbas	Leiria	1	1	1	1	0	0
DMREAL	Desportivo Monte Real	Lisboa	2	2	2	2	0	0
EDPCLUBE RUNNERS	Edp Clube Runners	Outras Fed.	17	17	9	9	8	8
GDRCP	Grupo Desportivo Recreativo E Cultural Ponterrolense	Lisboa	5	5	5	5	0	0
GDSD	Grupo Desportivo São Domingos	Lisboa	2	2	2	2	0	0
IFC	Inglese Futebol Clube	Lisboa	10	10	4	4	6	6
JOMA	Juventude Operária Do Monte Abraão	Lisboa	22	22	18	18	4	4
LPSC	LindA-A-Pastora Sporting Clube	Lisboa	22	22	15	15	7	7
MSTT	Mstt Trail Team Associação	Lisboa	1	1	1	1	0	0
NAZA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	Lisboa	26	26	15	15	11	11
OSGALGO S	Clube Desportivo Os Galgos Audazes	Lisboa	1	1	1	1	0	0
RUN17K	Run17k Loures - Associação Desportiva	Lisboa	2	2	1	1	1	1
SCLOU	Sporting Clube Lourinhanense	Lisboa	13	13	8	8	5	5
SCP	Sporting Clube De Portugal	Lisboa	10	10	4	4	6	6
SFRAA	Sociedade Filarmonica De Apoio Social E Recreio Artístico Da Amadora	Lisboa	15	15	8	8	7	7
SLB	Sport Lisboa E Benfica	Lisboa	2	2	0	0	2	2
SMAFC	Monte Agraço Futebol Clube	Lisboa	1	1	0	0	1	1



Comunicado de Resultados

Equipa	Nome	Associação	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
UAP	União Atlético Povoense	Lisboa	17	17	8	8	9	9
USCMS	União Sport Clube Mira Sintra	Lisboa	2	2	0	0	2	2
IND-LX	Individual - Lisboa	Lisboa	5	5	3	3	2	2
S-CLUBE	Sem Clube	Lisboa	5	5	2	2	3	3
Total			252	252	146	146	106	106

Participações por Escalão

Escalão	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
Benjamim A	63	21	27	9	36	12
Benjamim B	81	27	39	13	42	14
SUB14	78	26	21	7	57	19
SUB16	78	26	48	16	30	10
SUB18	27	9	9	3	18	6
SUB20	12	4	6	2	6	2
SUB23	9	3	9	3	0	0
Seniores	39	13	27	9	12	4
V35	9	3	9	3	0	0
V40	30	10	18	6	12	4
V45	57	19	30	10	27	9
V50	99	33	60	20	39	13
V55	57	19	30	10	27	9
V60	48	16	36	12	12	4
V65	33	11	33	11	0	0
V70	27	9	27	9	0	0
V75	9	3	9	3	0	0
Total	252	252	146	146	106	106