



Comunicado de Resultados

10000 METROS

1ª SÉRIE M

13 JUNHO 2026

23° C
TEMPERATURA69%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR09:04
INÍCIO09:42
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1366	Nelson Fonseca	POR	1978	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	36:17.6 0
2	814	Frederico Lázaro	POR	1979	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	36:27.1 8
3	2545	Nuno Ruela	POR	1972	V50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	38:26.3 4
4	3828	Nuno Dantas	POR	1979	V45	GRUPO RECREATIVO CULTURAL E DESPORTIVO DE LEIÃO	38:31.3 4
5	1427	Hugo Palmeiro	POR	1975	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	38:43.6 4
6	1558	Manuel Mascarenhas	POR	1983	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	40:05.2 0
7	1455	Pedro Oliveira	POR	1977	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	40:54.2 8
8	1354	Marco Santos	POR	1997	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	41:33.0 3
9	1206	Hugo Boura	POR	1988	V35	ASSOCIAÇÃO 2600TR	42:13.4 2
10	812	Francisco Machado	POR	1978	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	43:26.0 7
11	1429	João Ginja	POR	1965	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	43:37.1 4
12	840	José Massuça	POR	1971	V55	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	43:52.4 1
13	1318	Hugo Borges	POR	1982	V40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	44:13.8 0
14	1437	José Ferreira	POR	1964	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	49:17.4 8
15	2350	José Bordalo	POR	1952	V70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	50:59.7 4
16	1327	Jaime Silva	POR	1952	V70	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	57:07.0 6
17	1143	João Oliveira	POR	1959	V65	INGLESES FUTEBOL CLUBE	57:25.9 5

10000 METROS

1ª SÉRIE F

13 JUNHO 2026

26° C
TEMPERATURA53%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR10:09
INÍCIO10:54
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	2694	Fernanda Santinha	POR	1972	V50	GRUPO RECREATIVO CULTURAL E DESPORTIVO DE LEIÃO	45:00.5 9
2	2383	Susana Ferreira	POR	1976	V45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:05:55. 72



Comunicado de Resultados

5000 METROS

1ª SÉRIE M

14 JUNHO 2026

23° C
TEMPERATURA67%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR17:03
INÍCIO17:20
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	1278	Álvaro Oliveira	POR	1969	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:17.78
2	2545	Nuno Ruela	POR	1972	V50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	17:44.17
3	1427	Hugo Palmeiro	POR	1975	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:32.87
4	1429	João Ginja	POR	1965	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:43.91
5	1325	Isidro Simões	POR	1975	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:44.39
6	1180	António Reis	POR	1974	V50	Individual - Lisboa	19:51.12
7	2369	Nuno Mendes	POR	1973	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	20:40.73
8	862	Nuno Queija	POR	1972	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:46.33
9	820	Horácio Oliveira	POR	1974	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:54.38
10	1437	José Ferreira	POR	1964	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:34.79
11	1289	Carlos Baptista	POR	1960	V65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	22:11.68
12	1457	Rui Lacerda	POR	1972	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	22:46.20
13	1336	Joaquim Saldanha	POR	1972	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	23:23.47
15	1327	Jaime Silva	POR	1952	V70	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	26:47.32
16	795	Carlos Crespo	POR	1962	V60	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	29:02.62
17	789	Bernardino Pereira	POR	1936	V90	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	29:02.80



Comunicado de Resultados

5000 METROS

2ª SÉRIE M

14 JUNHO 2026

23° C
TEMPERATURA67%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR17:44
INÍCIO18:01
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	801	Celso Pinto	POR	1984	V40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	16:23.6 6
2	1366	Nelson Fonseca	POR	1978	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:04.5 3
3	2902	Daniel Araujo	POR	1983	V40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:12.9 6
4	1165	Tiago Correia	POR	1985	V40	INGLESES FUTEBOL CLUBE	17:39.0 4
5	899	Yuri Pushkin	RUS	1982	V40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:47.7 2
6	1426	Hugo Domingos	POR	1978	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:55.3 5
7	1318	Hugo Borges	POR	1982	V40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	20:39.8 8
8	1410	Bernardo Cayolla	POR	1979	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	20:57.6 4
9	812	Francisco Machado	POR	1978	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	21:00.6 2
10	877	Ricardo Santos	POR	1981	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	22:20.7 1



Comunicado de Resultados

5000 METROS

3ª SÉRIE M

14 JUNHO 2026

22° C
TEMPERATURA66%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:20
INÍCIO18:35
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	3849	Isaias Gomes	POR	1994	Seniores	Individual - Lisboa	14:59.4 6
2	4096	Samuel Freire	POR	1990	V35	GDR SANTA TECLA	14:59.7 1
3	2157	David Leitão	POR	2006	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	14:59.9 2
4	870	Pedro Alves	POR	1993	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:10.7 6
5	2159	Gonçalo Almeida	POR	2006	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	15:11.3 8
6	3049	Afonso Antunes	POR	2004	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:32.8 2
7	1389	Tiago Simões	POR	2004	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:57.9 9
8	3199	Gonçalo Peixoto	POR	1996	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:30.2 1
9	2385	Tiago Cardoso	POR	2008	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:34.4 0
10	2622	Francisco Domingos	POR	2004	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	18:35.4 9
11	1250	Pedro Sousa	POR	2002	Seniores	Individual - Lisboa	18:44.2 7
	845	Lourenço Ferreira	POR	2003	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNF
	2816	Natanael Guerreiro	POR	1993	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNF
	1785	António Silva	POR	2009	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	DNS



Comunicado de Resultados

5000 METROS

1ª SÉRIE F

14 JUNHO 2026

21° C
TEMPERATURA71%
HUMIDADEAR LIVRE
OUTDOOR18:49
INÍCIO19:08
FIM

Posição	Dorsal	Nome	Nac	Ano	Escalão	Equipa	Marca
1	2000	Maria Bernardo	POR	1999	Seniores	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	17:55.3 6
2	3879	Joana Bagagem	POR	2002	Seniores	C A MARINHA GRANDE	17:59.2 5
3	3614	Rita Costa	POR	2004	Sub23	MARATONA CLUBE DE PORTUGAL	18:24.8 5
4	734	Erica Dias	POR	2007	Sub20	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	19:13.7 0
5	787	Beatriz Fernandes	POR	1969	V55	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:00.7 5
6	827	Jessica Oliveira	POR	1996	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:23.6 4
7	752	Sofia Reis	POR	2007	Sub20	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	20:27.0 4
8	2161	Inês Veredas	POR	2007	Sub20	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	20:45.6 3
9	2362	Mariana Vieira	POR	2000	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	21:21.4 0
10	1400	Ana Frutuoso	POR	1974	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:42.5 6
11	382	Marta Borges	POR	1978	V45	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA O RELÂMPAGO	23:10.2 0
12	1304	Elsa Oliveira	POR	1965	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	23:15.4 0
13	1132	Fernanda Gil	POR	1969	V55	INGLESES FUTEBOL CLUBE	24:17.5 9
14	2389	Zulmira Rodrigues	POR	1966	V55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	24:32.2 4
	1475	Arina Stonozhenko	RUS	2004	Sub23	MARATONA CLUBE DE PORTUGAL	DNF



Comunicado de Resultados

CLASSIFICAÇÕES

5000 metros Veteranos

5000 METROS (V35 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	4096	Samuel Freire	POR	V35	GDR SANTA TECLA	14:59.71	8,0

5000 METROS (V40 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	801	Celso Pinto	POR	V40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	16:23.66	8,0
2	2902	Daniel Araujo	POR	V40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:12.96	7,0
3	1165	Tiago Correia	POR	V40	INGLESES FUTEBOL CLUBE	17:39.04	6,0
4	899	Yuri Pushkin	RUS	V40	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	17:47.72	5,0
5	1318	Hugo Borges	POR	V40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	20:39.88	4,0

5000 METROS (V45 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1366	Nelson Fonseca	POR	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:04.53	8,0
2	1426	Hugo Domingos	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:55.35	7,0
3	1410	Bernardo Cayolla	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	20:57.64	6,0
4	812	Francisco Machado	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	21:00.62	5,0
5	877	Ricardo Santos	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	22:20.71	4,0



Comunicado de Resultados

5000 METROS (V50 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2545	Nuno Ruela	POR	V50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	17:44.17	8,0
2	1427	Hugo Palmeiro	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:32.87	7,0
3	1325	Isidro Simões	POR	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	18:44.39	6,0
4	1180	António Reis	POR	V50	Individual - Lisboa	19:51.12	5,0
5	2369	Nuno Mendes	POR	V50	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	20:40.73	4,0
6	862	Nuno Queija	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:46.33	3,0
7	820	Horácio Oliveira	POR	V50	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:54.38	2,0
8	1457	Rui Lacerda	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	22:46.20	1,0
9	1336	Joaquim Saldanha	POR	V50	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	23:23.47	1,0

5000 METROS (V55 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1278	Álvaro Oliveira	POR	V55	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	17:17.78	8,0

5000 METROS (V60 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1429	João Ginja	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	18:43.91	8,0
2	1437	José Ferreira	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:34.79	7,0
3	795	Carlos Crespo	POR	V60	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	29:02.62	6,0

5000 METROS (V65 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1289	Carlos Baptista	POR	V65	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	22:11.68	8,0

5000 METROS (V70 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1327	Jaime Silva	POR	V70	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	26:47.32	8,0

5000 METROS (V90 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	789	Bernardino Pereira	POR	V90	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	29:02.80	8,0



Comunicado de Resultados

5000 METROS (V45 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	382	Marta Borges	POR	V45	ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA O RELÂMPAGO	23:10.20	8,0

5000 METROS (V50 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1400	Ana Frutuoso	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	21:42.56	8,0

5000 METROS (V55 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	787	Beatriz Fernandes	POR	V55	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:00.75	8,0
2	1132	Fernanda Gil	POR	V55	INGLESES FUTEBOL CLUBE	24:17.59	7,0
3	2389	Zulmira Rodrigues	POR	V55	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	24:32.24	6,0

5000 METROS (V60 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1304	Elsa Oliveira	POR	V60	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	23:15.40	8,0



Comunicado de Resultados

5000 metros Veteranos

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	8	50
2	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	8	41
3	LPSC	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	6	36



Comunicado de Resultados

10 000 metros Veteranos

10000 METROS (V35 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1206	Hugo Boura	POR	V35	ASSOCIAÇÃO 2600TR	42:13.42	8,0

10000 METROS (V40 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1558	Manuel Mascarenhas	POR	V40	NÚCLEO ATLETISMO ZONA ABÓBODA	40:05.20	8,0
2	1318	Hugo Borges	POR	V40	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	44:13.80	7,0

10000 METROS (V45 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1366	Nelson Fonseca	POR	V45	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	36:17.60	8,0
2	814	Frederico Lázaro	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	36:27.18	7,0
3	3828	Nuno Dantas	POR	V45	GRUPO RECREATIVO CULTURAL E DESPORTIVO DE LEIÃO	38:31.34	6,0
4	1455	Pedro Oliveira	POR	V45	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	40:54.28	5,0
5	812	Francisco Machado	POR	V45	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	43:26.07	4,0

10000 METROS (V50 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2545	Nuno Ruela	POR	V50	CLUBE DESPORTIVO OS GALGOS AUDAZES	38:26.34	8,0
2	1427	Hugo Palmeiro	POR	V50	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	38:43.64	7,0

10000 METROS (V55 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	840	José Massuça	POR	V55	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	43:52.41	8,0

10000 METROS (V60 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1429	João Ginja	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	43:37.14	8,0
2	1437	José Ferreira	POR	V60	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	49:17.48	7,0



Comunicado de Resultados

10000 METROS (V65 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1143	João Oliveira	POR	V65	INGLESES FUTEBOL CLUBE	57:25.95	8,0

10000 METROS (V70 MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2350	José Bordalo	POR	V70	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	50:59.74	8,0
2	1327	Jaime Silva	POR	V70	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	57:07.06	7,0

10000 METROS (V45 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2383	Susana Ferreira	POR	V45	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	1:05:55.72	8,0

10000 METROS (V50 FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2694	Fernanda Santinha	POR	V50	GRUPO RECREATIVO CULTURAL E DESPORTIVO DE LEIÃO	45:00.59	8,0



Comunicado de Resultados

10 000 metros Veteranos

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	LPSC	LINDA-A-PASTORA SPORTING CLUBE	4	27
2	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	3	22
3	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	3	19



Comunicado de Resultados

5000 metros Absolutos

5000 METROS (FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2000	Maria Bernardo	POR	Seniores	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	17:55.36	8,0
2	3879	Joana Bagagem	POR	Seniores	C A MARINHA GRANDE	17:59.25	7,0
3	3614	Rita Costa	POR	Sub23	MARATONA CLUBE DE PORTUGAL	18:24.85	6,0
4	734	Erica Dias	POR	Sub20	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	19:13.70	5,0
5	827	Jessica Oliveira	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:23.64	4,0
6	752	Sofia Reis	POR	Sub20	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	20:27.04	3,0
7	2161	Inês Veredas	POR	Sub20	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	20:45.63	2,0
8	2362	Mariana Vieira	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	21:21.40	1,0
	1475	Arina Stonozhenko	RUS	Sub23	MARATONA CLUBE DE PORTUGAL	DNF	

5000 METROS (MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3849	Isaias Gomes	POR	Seniores	Individual - Lisboa	14:59.46	8,0
2	2157	David Leitão	POR	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	14:59.92	7,0
3	870	Pedro Alves	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:10.76	6,0
4	2159	Gonçalo Almeida	POR	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	15:11.38	5,0
5	3049	Afonso Antunes	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:32.82	4,0
6	1389	Tiago Simões	POR	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:57.99	3,0
7	3199	Gonçalo Peixoto	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:30.21	2,0
8	2385	Tiago Cardoso	POR	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:34.40	1,0
9	2622	Francisco Domingos	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	18:35.49	1,0
10	1250	Pedro Sousa	POR	Seniores	Individual - Lisboa	18:44.27	1,0
	845	Lourenço Ferreira	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNF	
	2816	Natanael Guerreiro	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNF	
	1785	António Silva	POR	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	DNS	



5000 metros Absolutos

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	3	11



10 000 metros Absolutos

10000 METROS (MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	1354	Marco Santos	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	41:33.03	8,0

5000 METROS (FEMININO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	2000	Maria Bernardo	POR	Seniores	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	17:55.36	8,0
2	3614	Rita Costa	POR	Sub23	MARATONA CLUBE DE PORTUGAL	18:24.85	7,0
3	734	Erica Dias	POR	Sub20	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	19:13.70	6,0
4	827	Jessica Oliveira	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	20:23.64	5,0
5	752	Sofia Reis	POR	Sub20	CENTRO DESPORTIVO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA	20:27.04	4,0
6	2161	Inês Veredas	POR	Sub20	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	20:45.63	3,0
7	2362	Mariana Vieira	POR	Seniores	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	21:21.40	2,0
	1475	Arina Stonozhenko	RUS	Sub23	MARATONA CLUBE DE PORTUGAL	DNF	



Comunicado de Resultados

5000 METROS (MASCULINO)

Posição	Dorsal	Nome	País	Escalão	Equipa	Marca	Pontos
1	3849	Isaias Gomes	POR	Seniores	Individual - Lisboa	14:59.46	8,0
2	2157	David Leitão	POR	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	14:59.92	7,0
3	870	Pedro Alves	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:10.76	6,0
4	2159	Gonçalo Almeida	POR	Sub23	SOCIEDADE FILARMONICA DE APOIO SOCIAL E RECREIO ARTISTICO DA AMADORA	15:11.38	5,0
5	3049	Afonso Antunes	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	15:32.82	4,0
6	1389	Tiago Simões	POR	Sub23	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	15:57.99	3,0
7	3199	Gonçalo Peixoto	POR	Seniores	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	16:30.21	2,0
8	2385	Tiago Cardoso	POR	Sub20	UNIÃO ATLÉTICO POVOENSE	17:34.40	1,0
9	2622	Francisco Domingos	POR	Sub23	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	18:35.49	1,0
10	1250	Pedro Sousa	POR	Seniores	Individual - Lisboa	18:44.27	1,0
	845	Lourenço Ferreira	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNF	
	2816	Natanael Guerreiro	POR	Seniores	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	DNF	
	1785	António Silva	POR	Sub18	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	DNS	



Comunicado de Resultados

10 000 metros Absolutos

MASCULINO

Posição	Sigla	Nome Equipa	Nº Atletas	Pontos
1	JOMA	JUVENTUDE OPERÁRIA DO MONTE ABRAÃO	3	13
2	CFB	CLUBE DE FUTEBOL OS BELENENSES	3	11



Comunicado de Resultados

Participações por Clubes

Equipa	Nome	Associação	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
2600TR	Associação 2600tr	Lisboa	1	1	1	1	0	0
ADRR	Associação Desportiva E Recreativa O Relâmpago	Lisboa	1	1	0	0	1	1
CAMG	C A Marinha Grande	Leiria	1	1	0	0	1	1
CDUL	Centro Desportivo Universitário De Lisboa	Lisboa	2	2	0	0	2	2
CFB	Clube De Futebol Os Belenenses	Lisboa	18	17	16	15	2	2
GDRST	Gdr Santa Tecla	Braga	1	1	1	1	0	0
GRCDL	Grupo Recreativo Cultural E Desportivo De Leão	Lisboa	2	2	1	1	1	1
IFC	Inglese Futebol Clube	Lisboa	3	3	2	2	1	1
JOMA	Juventude Operária Do Monte Abraão	Lisboa	15	12	14	11	1	1
LPSC	LindA-A-Pastora Sporting Clube	Lisboa	11	8	10	7	1	1
MCP	Maratona Clube De Portugal	Lisboa	2	2	0	0	2	2
NAZA	Núcleo Atletismo Zona Abóboda	Lisboa	1	1	1	1	0	0
OSGALGO S	Clube Desportivo Os Galgos Audazes	Lisboa	2	1	2	1	0	0
SCP	Sporting Clube De Portugal	Lisboa	2	2	1	1	1	1
SFRAA	Sociedade Filarmonica De Apoio Social E Recreio Artístico Da Amadora	Lisboa	3	3	2	2	1	1
UAP	União Atlético Povoense	Lisboa	6	6	3	3	3	3
IND-LX	Individual - Lisboa	Lisboa	3	3	3	3	0	0
Total			74	66	57	49	17	17

Participações por Escalão

Escalão	Total Participações	Total Atletas	Participações Masculinos	Atletas Masculinos	Participações Femininas	Atleta Femininas
SUB18	3	1	3	1	0	0
SUB20	12	4	3	1	9	3
SUB23	21	7	15	5	6	2
Seniores	33	11	21	7	12	4
V35	6	2	6	2	0	0
V40	21	6	21	6	0	0
V45	36	10	30	8	6	2
V50	39	11	33	9	6	2
V55	15	5	6	2	9	3
V60	18	4	15	3	3	1
V65	6	2	6	2	0	0
V70	9	2	9	2	0	0
V90	3	1	3	1	0	0
Total	74	66	57	49	17	17