

Campeonato Regional de Estrada

I G. P. ATLETISMO BERNARDINO MACHADO

ASSOCIAÇÃO FAMILIAR CONCELHO COM FUTURO

13 DE JUNHO DE 2010

GERAL 10.000 MTS				INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Tempo Final
1	361	OSCAR MENDES	LIBERDADE F.C.	B-SENIORES - MASC.	00:32:48.92
2	77	DELFIN CONCEIÇÃO	N.A. JOANE	B-SENIORES - MASC.	00:33:00.14
3	362	HUGO DANIEL	LIBERDADE F.C.	B-SENIORES - MASC.	00:34:01.66
4	187	JOÃO ANIBAL	G.D. AIRÃO CURVIA	B-SENIORES - MASC.	00:34:06.42
5	87	DAVID FIGUEIREDO	CAFÉ PONTO FINAL	B-SENIORES - MASC.	00:34:20.17
6	76	MARCO OLIVEIRA	N.A. JOANE	B-SENIORES - MASC.	00:34:28.55
7	360	ANDRÉ FILIPE	LIBERDADE F.C.	A-JUNIORES - MASC.	00:34:39.50
8	75	LUÍS CARVALHO	N.A. JOANE	B-SENIORES - MASC.	00:35:08.00
9	366	MÁRIO BARBOSA	LIBERDADE F.C.	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:35:10.61
10	33	ALCINO SILVA	C.I.A. - ALPENDORADA	B-SENIORES - MASC.	00:35:13.21
11	113	LUÍS FARIA	A.R.C.VALE S. COSME-M. TIBÃES	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:35:23.19
12	47	JOSÉ QUEIRÓS	DESPORTIVO ASES S.JORGE	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:35:40.14
13	122	MANUEL CARDOSO	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	B-SENIORES - MASC.	00:35:42.35
14	32	ORLANDO NEVES	A.R. BRIOSOS VALBOENSES	B-SENIORES - MASC.	00:35:56.75
15	216	MANUEL SILVA	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:36:09.21
16	238	HENRIQUE PAREDES	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:36:15.97
17	132	DIOGO FERNANDES	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	B-SENIORES - MASC.	00:36:20.05
18	21	AUGUSTO CASTRO	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:36:28.42
19	318	ANDRÉ MACHADO	A. MOINHOS VERMOIM	A-JUNIORES - MASC.	00:36:37.28
20	319	AMÉRICO OLIVEIRA	A. MOINHOS VERMOIM	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:36:44.25
21	235	JOSÉ GOMES	SPRINT PARAMOS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:36:50.70
22	48	CESÁRIO PACHECO	DESPORTIVO ASES S.JORGE	B-SENIORES - MASC.	00:36:54.18
23	201	JOSÉ MONTEIRO	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:37:01.10
24	320	PAULO OLIVEIRA	A. MOINHOS VERMOIM	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:37:25.45
25	13	JOAQUIM FERREIRA	NCL SPORT CLUB	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:37:33.17
26	391	CARLOS RODRIGUES	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:37:41.29
27	130	BRUNO SILVA	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	B-SENIORES - MASC.	00:37:41.52
28	163	ARMANDO MARQUES	A.R. NEGRELOS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:37:57.07
29	120	ARTUR CEPÊDA	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:38:00.55
30	78	MANUEL ALVES	MOREIRENSE F.C.	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:38:01.61
31	242	JOSÉ MONTEIRO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:38:06.17
32	45	CELIO RIBEIRO	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:38:07.62
33	331	JOAQUIM COSTA	A.T.C	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:38:13.44
34	191	RICARDO NEVES	G.D. AIRÃO CURVIA	B-SENIORES - MASC.	00:38:15.90
35	2	ROSA OLIVEIRA	A. MOINHOS VERMOIM	C-SENIORS - FEM.	00:38:20.26
36	193	MANUEL FERREIRA	G.D. AIRÃO CURVIA	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:38:31.44
37	418	AUGUSTO CRUZ	CASA DO BENFICA V.P.ÂNCORA	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:38:39.47
38	110	PAULO COSTA	A.R.C.VALE S. COSME-M. TIBÃES	B-SENIORES - MASC.	00:38:44.52
39	161	SÉRGIO MARTINS	A.R. NEGRELOS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:38:45.00
40	14	PAULO AMORIM	NCL SPORT CLUB	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:38:45.63
41	195	MAURICIO TORRINHA	G.D. AIRÃO CURVIA	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:38:49.85
42	383	JOAQUIM NUNES	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:38:52.08
43	413	FERNANDO CAMELO	G.A.INDEPENDENTES GAIA	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:38:59.64
44	404	JOSÉ RIBEIRO	SOARENSE S.C.	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:39:02.31
45	16	JACINTO OLIVEIRA	NCL SPORT CLUB	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:39:05.29
46	376	FILIPE LIMA	TARTARUGAS	B-SENIORES - MASC.	00:39:06.89
47	371	MANUEL SILVA	SOARENSE S.C.	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:39:06.90
48	196	JOSÉ ALVES	G.D. AIRÃO CURVIA	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:39:24.24
49	162	MANUEL GOMES	A.R. NEGRELOS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:39:24.70
50	334	JOAQUIM COELHO	A.T.C	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:39:25.55
51	112	ANTÓNIO RODRIGUES	A.R.C.VALE S. COSME-M. TIBÃES	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:39:27.07

Campeonato Regional de Estrada

I G. P. ATLETISMO BERNARDINO MACHADO

ASSOCIAÇÃO FAMILIÇÃO CONCELHO COM FUTURO

13 DE JUNHO DE 2010

GERAL 10.000 MTS				INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Tempo Final
52	225	ALÍPIO FERNANDES	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:39:31.82
53	332	CARLOS FERREIRA	A.T.C	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:39:32.52
54	129	ANTÓNIO MESQUITA	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	B-SENIORES - MASC.	00:39:34.57
55	44	ANTONIO CORREIA	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:39:36.36
56	378	LUÍS DANTAS	TARTARUGAS	B-SENIORES - MASC.	00:39:40.16
57	155	SÉRGIO MONTEIRO	C.I.A. - ALPENDORADA	B-SENIORES - MASC.	00:39:42.78
58	148	NORBERTO OLIVEIRA	OS PASSARÕES	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:39:46.24
59	380	VITOR SOUSA	TARTARUGAS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:39:53.79
60	393	ANTÓNIO PEREIRA	MACHADO SEGUROS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:39:55.89
61	20	MANUEL CARDOSO	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:40:06.52
62	351	ABÍLIO MARQUES	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:40:09.12
63	322	CUSTÓDIO OLIVEIRA	A. MOINHOS VERMOIM	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:40:12.88
64	217	RAÚL CARVALHO	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:40:23.20
65	131	DIOGO CARVALHO	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:40:23.58
66	83	PAULO PINTO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:40:26.18
67	109	ROBERTO MACHADO	A.R.C.VALE S. COSME-M. TIBÃES	B-SENIORES - MASC.	00:40:48.82
68	85	CARLOS FIGUEIREDO	CAFÉ PONTO FINAL	B-SENIORES - MASC.	00:40:50.28
69	387	PAULO CALDAS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:40:54.81
70	183	ADÃO MENDES	A.D.R. OUTEIRENSE	B-SENIORES - MASC.	00:40:58.78
71	51	JOSÉ SILVA	DESPORTIVO ASES S.JORGE	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:01.00
72	99	JOAQUIM MARQUES	TURBO LENTOS-PÓVOA VARZIM	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:01.99
73	219	ALBINO ABREU	DESPORTIVO ASES S.JORGE	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:41:03.22
74	30	JOSE LEITE	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:41:04.14
75	23	ALBERTO CARNEIRO	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	B-SENIORES - MASC.	00:41:07.84
76	86	CELESTINO SILVA	CAFÉ PONTO FINAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:09.38
77	50	LUIS VILELA	DESPORTIVO ASES S.JORGE	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:11.09
78	365	TÂNIA SILVA	LIBERDADE F.C.	C-SENIORS - FEM.	00:41:12.60
79	184	LUÍS RIBEIRO	A.D.R. OUTEIRENSE	B-SENIORES - MASC.	00:41:14.24
80	43	FERNANDO SOUSA	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:41:14.97
81	189	JORGE FERREIRA	G.D. AIRÃO CURVIA	B-SENIORES - MASC.	00:41:16.39
82	55	FERNANDO PEREIRA	DASDIKES	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:41:19.27
83	57	ALVARO SOUSA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:41:21.57
84	111	VICTOR FERREIRA	A.R.C.VALE S. COSME-M. TIBÃES	B-SENIORES - MASC.	00:41:22.15
85	333	ANTÓNIO MACHADO	A.T.C	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:41:28.33
86	181	BERNARDINO GUIMARÃES	A.D.R. OUTEIRENSE	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:41:29.47
87	330	JOSÉ MAGALHÃES	A.T.C	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:41:31.82
88	18	FIRMINO NOGUEIRA	CLUBE MILLENNIUM BCP	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:37.60
89	119	AMÂNDIO SILVA	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:38.27
90	392	ABEL FERREIRA	MACHADO SEGUROS	B-SENIORES - MASC.	00:41:42.70
91	5	JUSTINO PEREIRA	G.D. GAVIÕES	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:41:43.16
92	91	DANIEL ROCHA	CAFÉ PONTO FINAL	B-SENIORES - MASC.	00:41:43.21
93	388	JOSÉ AUGUSTO	SPRINT PARAMOS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:41:45.32
94	234	JOSÉ SÁ	SPRINT PARAMOS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:41:45.79
95	252	ANTÓNIO CORUCHO	ARSENAL CLUBE DEVESA	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:41:55.30
96	160	LUÍS MARTINS	A.R. NEGRELOS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:42:02.49
97	182	FRANCISCO PINTO	A.D.R. OUTEIRENSE	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:42:05.86
98	284	JOÃO CAPA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:14.62
99	363	ZEKITA SILVA	LIBERDADE F.C.	B-SENIORES - MASC.	00:42:20.06
100	356	FERNANDES	G.D. OS GALOS	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:42:20.86
101	170	FILIPE RIBEIRO	C. SLOTCAR TROFA	B-SENIORES - MASC.	00:42:27.06
102	417	ARNALDO RODRIGUES	CASA DO BENFICA V.P.ÂNCORA	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:42:32.85

Campeonato Regional de Estrada

I G. P. ATLETISMO BERNARDINO MACHADO

ASSOCIAÇÃO FAMILIAR CONCELHO COM FUTURO

13 DE JUNHO DE 2010

GERAL 10.000 MTS				INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Tempo Final
103	104	JOAQUIM VIEIRA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:33.71
104	82	MANUEL ARAÚJO	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:34.13
105	236	LUÍS CONCEIÇÃO	SPRINT PARAMOS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:36.38
106	226	RUI EUSÉBIO	ROMPE SOLAS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:39.63
107	255	VÍTOR BARROS	ROMPE SOLAS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:42:40.39
108	321	PINHEIRO DIAS	A. MOINHOS VERMOIM	B-SENIORES - MASC.	00:42:41.18
109	98	SÉRGIO MACHADO	CAFÉ PONTO FINAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:43.38
110	233	VASCO BATISTA	4@FUNDO	B-SENIORES - MASC.	00:42:45.47
111	19	FERNANDO FILIPE	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:47.61
112	246	RUI LIMA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:42:47.74
113	150	JOSÉ CRISTOVÃO	OS PASSARÕES	B-SENIORES - MASC.	00:42:49.87
114	180	ANTÓNIO FERNANDES	A.D.R. OUTEIRENSE	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:42:51.26
115	347	GONÇALO COSTA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:42:54.35
116	115	AUGUSTO MOURÃO	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	B-SENIORES - MASC.	00:42:57.61
117	295	RAQUEL GUIMARÃES	TERRORES ASFALTO	C-SENIORS - FEM.	00:42:57.89
118	264	ANTÓNIO MOTA	ROMPE SOLAS	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:43:01.93
119	46	JOÃO LOPES	DESPORTIVO ASES S.JORGE	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:43:03.73
120	336	JOSÉ PEIXOTO	A.T.C	B-SENIORES - MASC.	00:43:04.16
121	72	JORGE MACHADO	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:43:08.77
122	165	RICARDO ROCHA	G.A.INDEPENDENTES GAIA	B-SENIORES - MASC.	00:43:15.11
123	308	AVELINO NEVES	AMIGOS QUINTA FREIRAS	B-SENIORES - MASC.	00:43:17.28
124	102	JOSÉ TORRES	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:43:20.74
125	38	PEDRO TEIXEIRA	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	B-SENIORES - MASC.	00:43:21.86
126	151	ARTUR NOVAIS	OS PASSARÕES	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:43:24.34
127	105	CARLOS VIEIRA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:43:24.69
128	377	AUGUSTO LIMA	TARTARUGAS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:43:24.95
129	81	JORGE ARAÚJO	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:43:26.40
130	329	JOSÉ SILVA	A.T.C	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:43:32.33
131	302	ANTÓNIO PEREIRA	AMIGOS QUINTA FREIRAS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:43:39.34
132	307	ARMANDO MACEDO	AMIGOS QUINTA FREIRAS	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:43:39.45
133	11	JOSÉ NEVES	G.D. GAVIÕES	B-SENIORES - MASC.	00:43:47.27
134	4	DOMINGOS PEREIRA	G.D. GAVIÕES	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:43:47.57
135	303	CARLOS TAVARES	AMIGOS QUINTA FREIRAS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:43:48.38
136	290	JOAQUIM OLIVEIRA	TURBO LENTOS-PÓVOA VARZIM	B-SENIORES - MASC.	00:43:59.79
137	369	OCTÁVIO SILVA	SOARENSE S.C.	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:44:00.48
138	80	MANUEL COSTA	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:44:02.20
139	241	VÍTOR CASTRO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:44:02.62
140	117	EDUARDO PAQUETE	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:44:05.01
141	8	MANUEL GRANJA	G.D. GAVIÕES	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:44:05.97
142	12	MANUEL SILVA	G.D. GAVIÕES	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:44:06.03
143	370	FERNANDO ANTUNES	SOARENSE S.C.	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:44:13.27
144	190	ÂNGELO FERREIRA	G.D. AIRÃO CURVIA	B-SENIORES - MASC.	00:44:33.32
145	253	FILIPE PACHECO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:44:33.97
146	49	JOSÉ MARINHO	DESPORTIVO ASES S.JORGE	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:44:38.69
147	175	PAULO PIRES	C. SLOTCAR TROFA	B-SENIORES - MASC.	00:44:39.73
148	278	JOÃO GOMES	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:44:43.10
149	222	JOAQUIM FREITAS	A.S.H. MONTE CÓRDOVA	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:44:44.35
150	178	MANUEL PALHARES	"OS PAPA LÉGUAS" C. ATL.	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:44:44.43
151	399	PAULO MATOS	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:44:48.42
152	267	NATALINO PEREIRA	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:44:48.75
153	416	CÉSAR LOMBA	CASA DO BENFICA V.P.ÂNCORA	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:44:48.97

Campeonato Regional de Estrada

I G. P. ATLETISMO BERNARDINO MACHADO

ASSOCIAÇÃO FAMILIAR CONCELHO COM FUTURO

13 DE JUNHO DE 2010

GERAL 10.000 MTS				INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Tempo Final
154	7	RICARDO FERREIRA	G.D. GAVIÕES	B-SENIORES - MASC.	00:44:51.02
155	221	LUÍS AZEVEDO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:44:51.54
156	309	AGOSTINHO COSTA	AMIGOS QUINTA FREIRAS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:44:54.68
157	90	JORGE COSTA	CAFÉ PONTO FINAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:44:55.25
158	357	SOUSA	G.D. OS GALOS	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:44:59.65
159	206	JOSÉ CUNHA	MOUTADOS	B-SENIORES - MASC.	00:45:00.86
160	338	ANTÓNIO MACHADO	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:45:01.95
161	139	PAULO SILVA	E.GOSPORT/A.D. CARRIL	B-SENIORES - MASC.	00:45:02.79
162	405	PEDRO MATOS	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:45:04.97
163	96	PAULO MARQUES	CAFÉ PONTO FINAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:45:11.84
164	230	ARMINDO FERREIRA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:45:23.56
165	59	RUI ALVES	AMIGOS QUINTA FREIRAS	B-SENIORES - MASC.	00:45:25.08
166	243	PEDRO BRITO	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:45:28.51
167	386	PAULO FREITAS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:45:29.77
168	408	LUIS PEIXOTO	DESPORTIVO ASES S.JORGE	A-JUNIORES - MASC.	00:45:30.07
169	358	COUTADA	G.D. OS GALOS	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:45:33.34
170	54	ARNALDO T.SANTOS	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:45:51.62
171	401	PAULO RUIVO	AMIGOS PEDAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:45:53.20
172	317	HERMÍNIA PEREIRA	A. MOINHOS VERMOIM	D-VET. F40 - FEM.	00:45:55.71
173	125	ALVARO MARQUES	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:45:59.17
174	172	JOAQUIM FERREIRA	C. SLOTCAR TROFA	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:46:03.73
175	415	AMARO ROCHA	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:46:05.39
176	136	VITOR MARQUES	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:46:10.44
177	42	JOSE PESSOA	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:46:15.51
178	204	HÉLIO MACHADO	MOUTADOS	B-SENIORES - MASC.	00:46:20.14
179	58	EMIDIO SILVA	CLUBE MILLENNIUM BCP	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:46:21.16
180	173	ANTÓNIO FERREIRA	C. SLOTCAR TROFA	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:46:30.74
181	244	FERNANDO QUEIRÓS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:46:33.51
182	300	MANUEL CARDOSO	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:46:33.52
183	210	MARCO VIGÁRIO	AMIGOS ATLETISMO GONDOMAR	B-SENIORES - MASC.	00:46:38.59
184	403	ARMINDO TORRES	LORMYDESORTO	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:46:40.93
185	323	LUIS BESSA	C.D. S. SALVADOR DO CAMPO	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:46:40.99
186	337	ORLANDO OLIVEIRA	A.T.C	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:46:42.45
187	28	JOAO SILVA	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:46:55.15
188	60	OSCAR LOUREIRO	OS LOUREIROS	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:46:57.58
189	274	CUSTÓDIO NETO	INDIVIDUAL	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:46:58.79
190	171	FRANCISCO MIRANDA	C. SLOTCAR TROFA	B-SENIORES - MASC.	00:46:59.78
191	166	CÂNDIDO ROCHA	G.A.INDEPENDENTES GAIA	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:47:04.01
192	3	ANTÓNIO FERREIRA	G.D. GAVIÕES	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:47:07.41
193	6	AUGUSTO LIMA	G.D. GAVIÕES	B-SENIORES - MASC.	00:47:07.54
194	250	JORGE VIEIRA	OPORTO SQUASH RUNNING	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:47:22.93
195	251	PEDRO MESQUITA	OPORTO SQUASH RUNNING	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:47:23.02
196	304	ANTÓNIO MOTA	AMIGOS QUINTA FREIRAS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:47:26.54
197	41	JOAQUIM PINTO	C.ATLETISMO VILA BOA BISPO	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:47:32.43
198	1	PAULO CUNHA	G.D. GAVIÕES	B-SENIORES - MASC.	00:47:45.70
199	326	ALDINA SILVA	A.T.C	C-SENIORS - FEM.	00:47:46.23
200	420	DIOGO COSTA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:47:46.78
201	389	HUMBERTO CRISTINO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:47:50.32
202	53	FERNANDO SANTOS	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:47:54.62
203	344	RICARDO RIBEIRO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:48:03.45
204	208	FRANCISCO OLIVEIRA	AMIGOS ATLETISMO GONDOMAR	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:48:23.63

Campeonato Regional de Estrada

I G. P. ATLETISMO BERNARDINO MACHADO

ASSOCIAÇÃO FAMILIAR CONCELHO COM FUTURO

13 DE JUNHO DE 2010

GERAL 10.000 MTS				INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Tempo Final
205	159	ANTÓNIO FERREIRA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:48:32.16
206	313	DOMINGOS SOARES	AMIGOS QUINTA FREIRAS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:48:32.22
207	296	PEDRO BRIZIDO	TERRORES ASFALTO	B-SENIORES - MASC.	00:48:32.81
208	382	FRANCISCO VALDEMAR	CENTRO ATL. SANTO TIRSO	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:48:35.41
209	89	JOAQUIM PINHEIRO	CAFÉ PONTO FINAL	B-SENIORES - MASC.	00:48:39.19
210	282	JOSÉ SANTOS	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:48:48.45
211	263	JOÃO ANDRADE	ROMPE SOLAS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:49:00.13
212	27	EDUARDO MALHEIRO	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:49:03.40
213	25	ANTONIO GOMES	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:49:03.45
214	240	PAULO PEREIRA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:49:15.04
215	176	RICARDO OLIVEIRA	C. SLOTCAR TROFA	B-SENIORES - MASC.	00:49:19.46
216	283	MARCO ALMEIDA	GALPENERGIA	B-SENIORES - MASC.	00:49:20.09
217	349	AGOSTINHO CARVALHEIRA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:49:25.70
218	133	FERNANDO SOARES	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:49:27.77
219	270	DIAMANTINO PEREIRA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:49:38.88
220	116	ANA SALGADO	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	C-SENIORS - FEM.	00:49:54.23
221	280	LINO SILVA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:49:54.45
222	343	JOAQUIM AZEVEDO	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:49:57.22
223	36	RUI JESUS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:50:08.37
224	64	PAULO TAVARES	OS LOUREIROS	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:50:18.29
225	261	ANTÓNIO CANELHAS	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:50:22.17
226	419	RAFAEL PINHEIRO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:50:23.45
227	34	JORGE DIAS	C.I.A. - ALPENDORADA	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:50:23.54
228	198	ALFREDO BARBOSA	G.D. LEÕES VENEZA	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:50:26.04
229	69	BRUNO ROCHA	CCD-APDL	B-SENIORES - MASC.	00:50:30.25
230	106	MANUEL CARNEIRO	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:50:36.71
231	73	ANTÓNIO CUNHA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:50:42.62
232	61	ANTÓNIO LOUREIRO	OS LOUREIROS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:50:44.36
233	29	JOAQUIM SANTOS	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	B-SENIORES - MASC.	00:50:49.44
234	141	CUSTÓDIO MENDES	E.GOSPORT/A.D. CARRIL	B-SENIORES - MASC.	00:50:52.55
235	146	ARTUR FERREIRA	E.GOSPORT/A.D. CARRIL	B-SENIORES - MASC.	00:50:52.80
236	56	DELFIN SANTOS	INDIVIDUAL	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:50:53.69
237	260	MÁRIO VILARINHO	INDIVIDUAL	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:50:56.48
238	375	EDUARDO LIMA	TARTARUGAS	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:51:06.45
239	412	ALICE MOUTINHO	INDIVIDUAL	D-VET. F40 - FEM.	00:51:12.60
240	259	ADRIANO SANTOS	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:51:27.00
241	239	JOAQUIM SILVA	INDIVIDUAL	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:51:28.07
242	269	GERMAN AZEVEDO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:51:34.86
243	121	MICHAEL OLIVEIRA	CENTRO P.T. BAIRRO CARCAVELOS	A-JUNIORES - MASC.	00:51:36.57
244	199	ALBERTO MELO	G.D. LEÕES VENEZA	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:51:38.57
245	79	RUI PEREIRA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:51:43.85
246	374	ANTÓNIO RODRIGUES	CAFÉ PONTO FINAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:51:47.28
247	101	ÁLVARO AZEVEDO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:52:03.00
248	271	MARGARIDA MAGALHÃES	INDIVIDUAL	D-VET. F40 - FEM.	00:52:16.25
249	279	GONÇALO ARAÚJO	AMIGOS PEDAL	B-SENIORES - MASC.	00:52:29.64
250	92	JOSÉ MOREIRA	CAFÉ PONTO FINAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:52:30.97
251	402	NUNO MARTINS	AMIGOS PEDAL	B-SENIORES - MASC.	00:52:41.02
252	400	FRANCISCO CARVALHO	AMIGOS PEDAL	B-SENIORES - MASC.	00:52:41.07
253	385	ANTÓNIO SILVA	A.R.REBORDÕES	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:52:41.77
254	390	CONCEIÇÃO CORREIA	C.R.D.C.SANTIAGO	D-VET. F40 - FEM.	00:53:11.96
255	71	FILIPE SANTOS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:53:13.27

Campeonato Regional de Estrada

I G. P. ATLETISMO BERNARDINO MACHADO

ASSOCIAÇÃO FAMILIAR CONCELHO COM FUTURO

13 DE JUNHO DE 2010

GERAL 10.000 MTS				INDIVIDUAL	
Class	Dorsal	Nome	Clube	Escalão	Tempo Final
256	218	AUGUSTO CUNHA	DESPORTIVO ASES S.JORGE	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:53:14.80
257	299	MÁRIO MACEDO	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:53:34.02
258	156	JOSÉ MAGALHÃES	C.I.A. - ALPENDORADA	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:53:47.13
259	291	CARLOS AZEVEDO	PAULO ALBUQUERQUE SEGUROS	B-SENIORES - MASC.	00:53:54.08
260	421	VITOR FERNANDES	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:11.06
261	423	ABILIO MELO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:11.75
262	245	GILBERTO ENES	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:19.62
263	256	JOAQUIM QUEIROZ	ROMPE SOLAS	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:54:23.46
264	31	MIGUEL POLONIA	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:54:28.36
265	213	ALFREDO AZEVEDO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:32.40
266	212	CARLOS FERNANDES	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:32.58
267	372	JOSÉ CALDAS	SOARENSE S.C.	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:54:37.28
268	339	RUI COSTA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:39.22
269	249	RICARDO LOPES	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:39.46
270	273	RUI SANTOS	DASDIKES	B-SENIORES - MASC.	00:54:43.55
271	266	JOSÉ COSTA	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:54:43.74
272	224	ARTUR MONTEIRO	A.S.H. MONTE CÓRDOVA	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:54:48.89
273	384	VITOR CARVALHO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:55:00.16
274	9	GABRIEL LIMA	G.D. GAVIÕES	B-SENIORES - MASC.	00:55:13.94
275	340	LUÍS SILVA	G.D. LEÕES VENEZA	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:55:18.33
276	84	CARLOS COSTA	CAFÉ PONTO FINAL	B-SENIORES - MASC.	00:55:26.38
277	346	CRISTINA SIMÕES	INDIVIDUAL	C-SENIORS - FEM.	00:55:26.60
278	144	MANUEL DIAS	E.GOSPORT/A.D. CARRIL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:55:31.05
279	149	MANUEL ANDRADE	OS PASSARÕES	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:55:50.24
280	237	MANUEL EMÍDIO	INDIVIDUAL	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:55:50.70
281	272	ALFREDO SANTOS	ROMPE SOLAS	H-VET. M55 (55-59 ANOS)	00:56:07.55
282	179	ANTÓNIO VILACOVA	"OS PAPA LÉGUAS" C. ATL.	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	00:56:22.57
283	203	TIAGO CUNHA	MOUTADOS	B-SENIORES - MASC.	00:56:47.92
284	409	VASCO GONÇALVES	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:56:48.17
285	352	FERNANDO CUNHA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:56:53.80
286	424	ABILIO VIEIRA	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:56:54.01
287	285	JOSÉ PEREIRA	AMIGOS PEDAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:57:11.98
288	325	CARLOS SIMÕES	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:57:15.62
289	97	RUI MACHADO	CAFÉ PONTO FINAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:57:15.72
290	138	FÁBIO MACHADO	E.GOSPORT/A.D. CARRIL	B-SENIORES - MASC.	00:57:49.81
291	134	JOÃO CARVALHO	GINÁSIO CLUBE SANTO TIRSO	B-SENIORES - MASC.	00:57:54.95
292	367	ANTÓNIO ARAÚJO	INDIVIDUAL	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:58:09.76
293	341	AGOSTINHO RIBEIRO	INDIVIDUAL	F-VET. M45 (45-49 ANOS)	00:58:17.42
294	123	MANUEL BARBOSA	C.I.A. - ALPENDORADA	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	00:59:03.54
295	407	SIMÃO MATOS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:59:18.29
296	406	PAULO MATOS	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:59:18.94
297	422	MIGUEL BARROSO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:59:35.69
298	397	DAVID RODRIGUES	INDIVIDUAL	E-VET. M40 (40-44 ANOS)	00:59:36.19
299	396	ANTÓNIO BARROSO	INDIVIDUAL	B-SENIORES - MASC.	00:59:45.39
300	137	ÂNGELO CARNEIRO	E.GOSPORT/A.D. CARRIL	B-SENIORES - MASC.	01:01:08.47
301	157	ALBERTO SOUSA	C.I.A. - ALPENDORADA	G-VET. M50 (50-54 ANOS)	01:01:46.61
302	398	ANTÓNIO FIGUEIRAS	INDIVIDUAL	I-VET. M60 (+ 60 ANOS)	01:03:25.92