

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES

13 de Março de 2011

BENJAMINS FEMININOS**CLS. INDIVIDUAL**

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escaão	Sx	Corr.
1	535	BEATRIZ FELIX	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	02'13	Benjamim Fem	F	1
2	536	SOFIA PAIVA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	02'14	Benjamim Fem	F	1
3	562	BEATRIZ FERNANDES	44	NAC	02'20	Benjamim Fem	F	1
4	249	MARA RESENDE	12	ARADA ATLETICO CLUB	02'22	Benjamim Fem	F	1
5	614	MIRAARIANA OLIVEIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	02'30	Benjamim Fem	F	1
6	412	TELMA VALENTE	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	02'34	Benjamim Fem	F	1
7	407	DANIELA MARTINS	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	02'38	Benjamim Fem	F	1
8	106	BEATRIZ MELO	2	A R D ESCAPAES	02'39	Benjamim Fem	F	1
9	658	FILIPA COSTA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	02'41	Benjamim Fem	F	1
10	694	BARBARA PESSOA	5	A.D.SANJOANENSE	02'42	Benjamim Fem	F	1
11	139	JESSICA DUARTE	4	A D C C J CLARK	02'43	Benjamim Fem	F	1
12	660	ANGELA CARDOSO	46	VILLA CESARI/OPINLUX	02'44	Benjamim Fem	F	1
13	317	SARA COSTA	18	CAO	02'44	Benjamim Fem	F	1
14	138	SARA SOUSA	4	A D C C J CLARK	02'45	Benjamim Fem	F	1
15	107	BEATRIZ MONTEIRO	2	A R D ESCAPAES	02'46	Benjamim Fem	F	1
16	534	ANA CORDEIRO	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	02'47	Benjamim Fem	F	1
17	619	BRUNA PEREIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	02'51	Benjamim Fem	F	1
18	316	RITA COSTA	18	CAO	02'54	Benjamim Fem	F	1
19	411	JULIANA COELHO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	02'54	Benjamim Fem	F	1
20	621	DIANA OLIVEIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	02'55	Benjamim Fem	F	1
21	189	FABIANA VIEIRA	8	ADEC	02'58	Benjamim Fem	F	1
22	280	JOANA ESTEVES	15	ASS. CULTURAL BUNHEIRENSE	03'00	Benjamim Fem	F	1
23	532	MARIANA RELVAS	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	03'01	Benjamim Fem	F	1
24	405	CAROLINA SANTANA	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	03'04	Benjamim Fem	F	1
25	408	MEILINE BONIFACIO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	03'08	Benjamim Fem	F	1
26	140	ERICA DUARTE	4	A D C C J CLARK	03'11	Benjamim Fem	F	1
27	279	CATARINA GARRIDO	15	ASS. CULTURAL BUNHEIRENSE	03'13	Benjamim Fem	F	1
28	155	ANA FERREIRA	6	ACDL S. JOAO DE VER	03'14	Benjamim Fem	F	1
29	656	MARGARIDA OLIVEIRA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	03'16	Benjamim Fem	F	1
30	616	JESICA PINHO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'19	Benjamim Fem	F	1
31	141	DIANA BARBOSA	4	A D C C J CLARK	03'20	Benjamim Fem	F	1
32	105	ANA OLIVEIRA	2	A R D ESCAPAES	03'22	Benjamim Fem	F	1
33	615	CATIA PINHO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'28	Benjamim Fem	F	1
34	657	DANIELA LEAL	46	VILLA CESARI/OPINLUX	03'30	Benjamim Fem	F	1
35	659	MARIANA OLIVEIRA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	03'33	Benjamim Fem	F	1
36	288	BRUNA CARDOSO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	03'36	Benjamim Fem	F	1
37	617	PAULA PEREIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'37	Benjamim Fem	F	1
38	409	TANIA SOARES	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	03'40	Benjamim Fem	F	1
39	618	MARTA PINHO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'47	Benjamim Fem	F	1
40	402	ANA SOARES	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	04'04	Benjamim Fem	F	1
41	696	BEATRIZ OLIVEIRA	8	ADEC	04'13	Benjamim Fem	F	1
42	613	CINTIA BENTO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	04'29	Benjamim Fem	F	1
43								
44								

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES

13 de Março de 2011

BENJAMINS MASCULINOS	CLS. INDIVIDUAL
-----------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	506	ALEXANDRE RODRIGUES	38	INDIVIDUAL	02'16	Benjamim Masc	M	2
2	454	JOAO PEREIRA	35	G D LOUROCOOP	02'17	Benjamim Masc	M	2
3	680	BRUNO OLIVEIRA	26	CENTRO REC. ESTARREJA	02'17	Benjamim Masc	M	2
4	668	SAMUEL RIOS	46	VILLA CESARI/OPINLUX	02'20	Benjamim Masc	M	2
5	164	DIOGO SOUSA	6	ACDL S. JOAO DE VER	02'26	Benjamim Masc	M	2
6	199	FLAVIO VIEIRA	8	ADEC	02'28	Benjamim Masc	M	2
7	163	GONÇALO CADETE	6	ACDL S. JOAO DE VER	02'30	Benjamim Masc	M	2
8	198	JOSE OLIVEIRA	8	ADEC	02'31	Benjamim Masc	M	2
9	165	ROBERTO SA	6	ACDL S. JOAO DE VER	02'32	Benjamim Masc	M	2
10	114	FILIPE FERREIRA	2	A R D ESCAPAES	02'36	Benjamim Masc	M	2
11	571	GONÇALO ALMEIDA	44	NAC	02'41	Benjamim Masc	M	2
12	115	RUBEN ROCHA	2	A R D ESCAPAES	02'42	Benjamim Masc	M	2
13	652	JOAO SOUSA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	02'44	Benjamim Masc	M	2
14	636	LEANDRO SOUSA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	02'44	Benjamim Masc	M	2
15	431	RAFAEL FREITAS	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	02'45	Benjamim Masc	M	2
16	420	MARCELO CARVALHO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	02'51	Benjamim Masc	M	2
17	632	EUGENIO XEVENCO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	02'55	Benjamim Masc	M	2
18	570	GOMÇALO PINHO	44	NAC	02'56	Benjamim Masc	M	2
19	419	PEDRO CARVALHO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	03'02	Benjamim Masc	M	2
20	633	TIAGO ANDRADE	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'05	Benjamim Masc	M	2
21	108	MARCO MONTEIRO	2	A R D ESCAPAES	03'08	Benjamim Masc	M	2
22	418	RAFAEL ANDRE	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	03'10	Benjamim Masc	M	2
23	125	EDGAR COSTA	3	A C R VALE CAMBRA	03'12	Benjamim Masc	M	2
24	635	TIAGO BARRELEIRO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'14	Benjamim Masc	M	2
25	667	IVO TAVARES	46	VILLA CESARI/OPINLUX	03'15	Benjamim Masc	M	2
26	634	HELDER FERREIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	03'16	Benjamim Masc	M	2
27	110	HELDER ALMEIDA	2	A R D ESCAPAES	03'17	Benjamim Masc	M	2
28	546	JOSE SILVA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	03'21	Benjamim Masc	M	2
29	197	FRANCISCO OLIVEIRA	8	ADEC	03'27	Benjamim Masc	M	2
30	112	JORGE ROCHA	2	A R D ESCAPAES	03'41	Benjamim Masc	M	2
31	109	LEANDRO ALMEIDA	2	A R D ESCAPAES	03'46	Benjamim Masc	M	2
32	111	LEONARDO ALMEIDA	2	A R D ESCAPAES	03'54	Benjamim Masc	M	2
33	637	TIAGO BENTO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	04'11	Benjamim Masc	M	2
34	505	GONÇALO RODRIGUES	38	INDIVIDUAL	04'22	Benjamim Masc	M	2

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES

13 de Março de 2011

INFANTIS FEMININOS	CLS. INDIVIDUAL
---------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalaão	Sx	Corr.
1	121	INES PINHO	3	A C R VALE CAMBRA	04'58	Infantil Fem	F	3
2	503	ANA RITA SANTOS	38	INDIVIDUAL	05'02	Infantil Fem	F	3
3	563	SILVIA MAIA	44	NAC	05'11	Infantil Fem	F	3
4	622	SONIA PEREIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	05'18	Infantil Fem	F	3
5	190	JOANA OLIVEIRA	8	ADEC	05'22	Infantil Fem	F	3
6	443	ANA RESENDE	35	G D LOUROCOOP	05'23	Infantil Fem	F	3
7	239	RENATA BARBOSA	11	ALUNOS MEIRIM	05'26	Infantil Fem	F	3
8	593	DANIELA CRUZ	45	OS ILHAVOS	05'27	Infantil Fem	F	3
9	540	LARA BASTOS	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	05'30	Infantil Fem	F	3
10	662	VANESSA RODRIGUES	46	VILLA CESARI/OPINLUX	05'33	Infantil Fem	F	3
11	661	MARIANA ALMEIDA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	05'36	Infantil Fem	F	3
12	414	ANA SARAIVA	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	05'42	Infantil Fem	F	3
13	237	CAROLINA CASTRO	11	ALUNOS MEIRIM	05'46	Infantil Fem	F	3
14	594	MARIA CASTRO	45	OS ILHAVOS	05'56	Infantil Fem	F	3
15	625	CAROLINA PINHO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	05'59	Infantil Fem	F	3
16	623	RAFAELA ANDRADE	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	06'04	Infantil Fem	F	3
17	541	RENATA ANDRADE	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	06'09	Infantil Fem	F	3
18	156	MARIANA SOARES	6	ACDL S. JOAO DE VER	06'12	Infantil Fem	F	3
19	324	VANESSA OLIVEIRA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	06'24	Infantil Fem	F	3
20	144	FILIPA MARTINS	4	A D C C J CLARK	07'14	Infantil Fem	F	3
21								

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES

13 de Março de 2011

INFANTIS MASCULINOS					CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalaão	Sx	Corr.
1	250	PEDRO NADAIS	12	ARADA ATLETICO CLUB	04'30	Infantil Masc	M	4
2	388	ROMEU GOMES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	04'41	Infantil Masc	M	4
3	128	ANDRE RODRIGUES	3	A C R VALE CAMBRA	04'43	Infantil Masc	M	4
4	282	NUNO SOUSA	15	ASS. CULTURAL BUNHEIRENSE	04'49	Infantil Masc	M	4
5	127	NUNO FERNANDES	3	A C R VALE CAMBRA	04'57	Infantil Masc	M	4
6	221	TOMÁS SILVA	10	AFIS	04'58	Infantil Masc	M	4
7	551	JOSE MOTA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	05'03	Infantil Masc	M	4
8	387	SANDRO NOGUEIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	05'05	Infantil Masc	M	4
9	640	MARCOS SOUSA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	05'07	Infantil Masc	M	4
10	549	PEDRO BERNARDES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	05'08	Infantil Masc	M	4
11	126	ANDRE HENRIQUES	3	A C R VALE CAMBRA	05'20	Infantil Masc	M	4
12	574	RICARDO NASCIMENTO	44	NAC	05'21	Infantil Masc	M	4
13	550	GONÇALO BRITO	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	05'22	Infantil Masc	M	4
14	330	MIGUEL PACHECO	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	05'25	Infantil Masc	M	4
15	572	JOAO ALMEIDA	44	NAC	05'26	Infantil Masc	M	4
16	332	ISMAEL PINHO	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	05'32	Infantil Masc	M	4
17	333	TIAGO NOGUEIRA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	05'42	Infantil Masc	M	4
18	552	RICARDO FIGUEIREDO	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	05'42	Infantil Masc	M	4
19	389	JORGE LIMA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	05'59	Infantil Masc	M	4
20	547	DANIEL BASTOS	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	06'00	Infantil Masc	M	4
21	573	VASCO ALVES	44	NAC	06'00	Infantil Masc	M	4
22	507	MARCELO SILVA	38	INDIVIDUAL	DESCL.	Infantil Masc	M	4
23								
24								

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

INICIADOS FEMININOS	CLS. INDIVIDUAL
----------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	596	ANAIS PEREIRA	45	OS ILHAVOS	3	10'40	Iniciado Fem	F	5
2	466	CATARINA BARBOSA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	4	10'50	Iniciado Fem	F	5
3	465	PATRICIA PAIS	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	5	11'03	Iniciado Fem	F	5
4	565	SARA LEAL	44	NAC	6	11'09	Iniciado Fem	F	5
5	325	MARA SOARES	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	8	11'31	Iniciado Fem	F	5
6	191	RUTE SILVA	8	ADEC	9	11'36	Iniciado Fem	F	5
7	542	JESICA BRITO SILVA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	13	12'10	Iniciado Fem	F	5
8	488	MARTA FERREIRA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	14	12'30	Iniciado Fem	F	5
9	416	ANDREIA CARVALHO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	16	12'52	Iniciado Fem	F	5
10	664	ANA GONÇALVES	46	VILLA CESARI/OPINLUX	17	12'56	Iniciado Fem	F	5
11	415	ANA RITA AZEVEDO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	18	13'51	Iniciado Fem	F	5

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

INICIADOS MASCULINOS	CLS. INDIVIDUAL
-----------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx.	Corr.
1	671	ISAAC RIOS	46	VILLA CESARI/OPINLUX	09'04	Iniciado Masc	M	6
2	678	JORGE MOREIRA	20	CASA BENFICA PAREDES	09'19	Iniciado Masc	M	6
3	654	SERGIO NOLASCO	46	UNIÃO DESPORTIVA VALMAIOR	09'22	Iniciado Masc	M	6
4	201	JOAO PEDRO	8	ADEC	09'32	Iniciado Masc	M	6
5	168	EDUARDO LEÇA	6	ACDL S. JOAO DE VER	09'47	Iniciado Masc	M	6
6	643	CARLOS PINHO	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	10'10	Iniciado Masc	M	6
7	169	PEDRO RIOS	6	ACDL S. JOAO DE VER	10'26	Iniciado Masc	M	6
8	167	FABIO CASTRO	6	ACDL S. JOAO DE VER	10'30	Iniciado Masc	M	6
9	474	JOAO COSTA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	10'34	Iniciado Masc	M	6
10	646	GABRIEL ALVES	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	11'19	Iniciado Masc	M	6
11	644	JOAO XICALE	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	11'22	Iniciado Masc	M	6
12	645	RUBEM ALVES	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	11'38	Iniciado Masc	M	6
13	222	JOAO CARVALHO	10	AFIS	11'43	Iniciado Masc	M	6
14	473	FLAVIO DIONISIO	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	12'01	Iniciado Masc	M	6
15	421	ANTONIO COELHO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	12'42	Iniciado Masc	M	6
16	391	TONY ALMEIDA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	13'05	Iniciado Masc	M	6
17	360	FABIO SILVA	25	CENAP	14'39	Iniciado Masc	M	6
18	553	FRANCISCO ALMEIDA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	15'45	Iniciado Masc	M	6
19								

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

JUVENIS FEMININOS

CLS. INDIVIDUAL

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	193	CLÁUDIA SANTOS	8	ADEC	1	10'20	Juvenil Fem	F	7
2	566	SUSANA RIBEIRO	44	NAC	2	10'31	Juvenil Fem	F	7
3	568	DIANA AGUIAR	44	NAC	7	11'24	Juvenil Fem	F	7
4	326	SOFIA COELHO	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	10	11'39	Juvenil Fem	F	7
5	218	MARIA PINTO	10	AFIS	11	11'54	Juvenil Fem	F	7
6	429	SARA PEREIRA	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	12	12'00	Juvenil Fem	F	7
7	653	ANA MAGALI	46	UNIÃO DESPORTIVA VALMAIOR	15	12'44	Juvenil Fem	F	7
8									

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

JUVENIS MASCULINOS	CLS. INDIVIDUAL
---------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	577	TIAGO SILVA	44	NAC	12'56	Juvenil Masc	M	8
2	252	PAULO FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	13'29	Juvenil Masc	M	8
3	334	JORGE SOARES	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	13'37	Juvenil Masc	M	8
4	394	CRISTIANO NEVES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	14'11	Juvenil Masc	M	8
5	422	PEDRO MELO	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	14'21	Juvenil Masc	M	8
6	284	JORGE MATOS	15	ASS. CULTURAL BUNHEIRENSE	14'48	Juvenil Masc	M	8
7	246	BRUNO SILVA	11	ALUNOS MEIRIM	15'02	Juvenil Masc	M	8
8	245	MIGUEL CARDOSO	11	ALUNOS MEIRIM	15'23	Juvenil Masc	M	8
9	285	MARCO VENANCIO	15	ASS. CULTURAL BUNHEIRENSE	15'37	Juvenil Masc	M	8
10	224	FILIPPE LEITE	10	AFIS	15'38	Juvenil Masc	M	8
11	493	JOSE MACHADO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	15'48	Juvenil Masc	M	8
12	336	PEDRO SILVA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	16'00	Juvenil Masc	M	8
13	672	CARLOS OLIVEIRA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	16'26	Juvenil Masc	M	8
14	223	DIOGO AMARO	10	AFIS	16'59	Juvenil Masc	M	8
15	226	SERGIO ALMEIDA	10	AFIS	17'16	Juvenil Masc	M	8
16	494	DAVID SANTOS	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	17'25	Juvenil Masc	M	8
17	171	JOAO ALMEIDA	6	ACDL S. JOAO DE VER	17'50	Juvenil Masc	M	8
18	202	PEDRO MAGALHAES	8	ADEC	17'56	Juvenil Masc	M	8
19	203	RUI SILVA	8	ADEC	18'01	Juvenil Masc	M	8
20	225	PEDRO LEAL	10	AFIS	18'18	Juvenil Masc	M	8
21	490	DANIEL SILVA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	21'16	Juvenil Masc	M	8
22	335	MICAEL AGUIAR	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	21'20	Juvenil Masc	M	8
23	508	RUI ALVES	38	INDIVIDUAL	DESCL.	Juvenil Masc	M	8
24								

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

PROVA PRINCIPAL				CLS. INDIVIDUAL				
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Cor.
1	684	VITOR OLIVEIRA	42	MAIA ATLETICO CLUBE	25'30	Senior Masc	M	12
2	524	BRUNO HENRIQUES	39	JOBRA	25'34	Senior Masc	M	12
3	582	ARTUR RODRIGUES	44	NAC	25'39	Senior Masc	M	12
4	130	ANDRE ANICETO	3	A C R VALE CAMBRA	25'46	Senior Masc	M	12
5	278	NELSON OLIVEIRA	14	ASS. ACADEMICA COIMBRA	26'00	Senior Masc	M	12
6	133	ANTONIO FERNANDES	3	A C R VALE CAMBRA	26'11	Veterano Masc (A)	M	14
7	260	MANUEL FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	26'34	Veterano Masc (A)	M	14
8	214	LUIS SILVA	9	ADERCUS	26'54	Senior Masc	M	12
9	525	ROGERIO BESSA	39	JOBRA	27'12	Senior Masc	M	12
10	276	JOAQUIM SILV	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	27'16	Veterano Masc (B)	M	14
11	579	HENRIQUE VILAÇA	44	NAC	27'23	Senior Masc	M	12
12	261	MANUEL URBANO	12	ARADA ATLETICO CLUB	27'28	Veterano Masc (A)	M	14
13	583	ORLANDO SANTOS	44	NAC	27'39	Senior Masc	M	12
14	432	BRUNO FREITAS	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	27'43	Senior Masc	M	12
15	588	FERNANDO ADRIAO	44	NAC	27'46	Veterano Masc (A)	M	14
16	273	HENRIQUES DIAS	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	27'53	Veterano Masc (A)	M	14
17	585	JOSE SILAV	44	NAC	27'57	Veterano Masc (A)	M	14
18	258	JOSE RESENDE	12	ARADA ATLETICO CLUB	28'01	Veterano Masc (A)	M	14
19	277	CASIMIRO GALHARDO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	28'06	Veterano Masc (B)	M	14
20	692	JOAO PIRES	34	CYCLONES- SANITOP	28'10	Junior Masc	M	12
21	398	MANUEL OLIVEIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	28'14	Veterano Masc (A)	M	14
22	433	ANTONIO SILVA	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	28'18	Veterano Masc (A)	M	14
23	287	ADERITO FONTES	16	ATLETISMO CLUBE CORDILHA	28'20	Veterano Masc (A)	M	14
24	274	PEDRO SOARES	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	28'25	Veterano Masc (B)	M	14
25	340	JOAQUIM ROCHA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	28'30	Veterano Masc (A)	M	14
26	458	FLAVIO SILVA	35	G D LOUROCOOP	28'33	Senior Masc	M	12
27	286	LUIS EVA	16	ATLETISMO CLUBE CORDILHA	28'33	Veterano Masc (A)	M	14
28	275	BENJAMIM SOARES	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	28'35	Veterano Masc (B)	M	14
29	262	FERNANDO FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	28'37	Veterano Masc (A)	M	14
30	480	ANTONIO FERNANDES	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	28'38	Senior Masc	M	12
31	131	CARLOS TEIXEIRA	3	A C R VALE CAMBRA	28'47	Senior Masc	M	12
32	175	LINO FERREIRA	6	ACDL S. JOAO DE VER	28'55	Veterano Masc (A)	M	14
33	512	MARO PAIVA	38	INDIVIDUAL	28'58	Senior Masc	M	12
34	319	HELDER PIRES	18	CAO	28'59	Senior Masc	M	12
35	682	MARIO NOLASCO	22	CASA POVO VALONGO VOUGA	29'13	Veterano Masc (A)	M	14
36	254	ANDRE NADAIS	12	ARADA ATLETICO CLUB	29'16	Junior Masc	M	12
37	307	MANUEL VALENTE	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	29'21	Veterano Masc (A)	M	14
38	247	RUI RIBEIRO	11	ALUNOS MEIRIM	29'37	Junior Masc	M	12
39	354	RUI LOPES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	29'47	Senior Masc	M	12
40	228	JOAO PEREIRA	10	AFIS	29'51	Veterano Masc (A)	M	14
41	356	RUI RODRIGUES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	29'57	Senior Masc	M	12
42	586	JOSE FERREIRA	44	NAC	29'58	Veterano Masc (A)	M	14
43	233	ANTONIO VIEIRA	10	AFIS	29'58	Veterano Masc (B)	M	14
44	383	HUGO ALMEIDA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	30'00	Senior Masc	M	12
45	129	TIAGO PINHO	3	A C R VALE CAMBRA	30'03	Senior Masc	M	12
46	272	SALVADOR MONSILHO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	30'11	Veterano Masc (A)	M	14
47	339	JOAO CAVADAS	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	30'15	Veterano Masc (A)	M	14
48	172	DANIEL FERREIRA	6	ACDL S. JOAO DE VER	30'22	Junior Masc	M	12
49	434	MANUEL GOMES	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	30'25	Veterano Masc (B)	M	14
50	529	LUIS MAGALHAES	39	JOBRA	30'27	Veterano Masc (A)	M	14
51	134	CELSO PAIVA	3	A C R VALE CAMBRA	30'29	Veterano Masc (A)	M	14
52	305	ANGELO RAMOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	30'30	Veterano Masc (A)	M	14
53	479	BRUNO SANTOAGO	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	30'31	Senior Masc	M	12
54	268	LUISA OLIVEIRA	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	30'31	Senior Fem	F	11
55	180	JORGE LUZ	6	ACDL S. JOAO DE VER	30'34	Veterano Masc (A)	M	14
56	693	MARCIO PEREIRA	36	GIRASOL	30'34	Senior Masc	M	12
57	526	VITOR MARTINS	39	JOBRA	30'35	Senior Masc	M	12

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

PROVA PRINCIPAL					CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Cor.
58	478	BRUNO COSTA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	30'37	Senior Masc	M	12
59	323	JOAQUIM COSTA	18	CAO	30'37	Veterano Masc (B)	M	14
60	265	DAVID FERNANDES	12	ARADA ATLETICO CLUB	30'39	Veterano Masc (B)	M	14
61	497	NINO PINTO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	30'41	Senior Masc	M	12
62	132	ANTONIO SILVA	3	A C R VALE CAMBRA	30'42	Veterano Masc (A)	M	14
63	477	DIOGO NOGUEIRA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	30'46	Senior Masc	M	12
64	395	VALTER LARANGEIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	30'47	Senior Masc	M	12
65	370	AMERICO COELHO	27	CIRAC	30'49	Veterano Masc (A)	M	14
66	608	ANTONIO MONTEIRO	46	RINGOS F C	30'51	Senior Masc	M	12
67	686	ERNESTO ALMEIDA	41	KAGADOS	30'53	Veterano Masc (A)	M	14
68	152	FERNANDO SOUSA	4	A D C C J CLARK	30'55	Senior Masc	M	12
69	364	LUIS SIMÕES	25	CENAP	31'00	Veterano Masc (B)	M	14
70	435	CAMILO GUEDES	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	31'02	Veterano Masc (A)	M	14
71	483	ANTONIO FONSECA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	31'07	Veterano Masc (A)	M	14
72	341	ILIDIO OLIVEIRA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	31'11	Veterano Masc (A)	M	14
73	153	CARLOS SOUSA	4	A D C C J CLARK	31'15	Senior Masc	M	12
74	299	MANUEL AUGUSTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	31'18	Veterano Masc (A)	M	14
75	271	JOSE ROCHA	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	31'22	Senior Masc	M	12
76	303	JOSE TAVARES	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	31'25	Veterano Masc (A)	M	14
77	210	JOSE MANUEL	8	ADEC	31'30	Veterano Masc (A)	M	14
78	263	RODRIGO SILVA	12	ARADA ATLETICO CLUB	31'30	Veterano Masc (A)	M	14
79	259	JOAQUIM FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	31'32	Veterano Masc (A)	M	14
80	691	PAULO COSTA	46	S.S.C.M. OVAR	31'34	Senior Masc	M	12
81	231	ARTUR VIEIRA	10	AFIS	31'37	Veterano Masc (B)	M	14
82	438	JOSE ADELINO	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	31'41	Veterano Masc (A)	M	14
83	396	FERNANDO SOARES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	31'43	Senior Masc	M	12
84	697	ANTONIO SA	18	CAO	31'46	Veterano Masc (B)	M	14
85	248	TIAGO OLIVEIRA	11	ALUNOS MEIRIM	31'51	Junior Masc	M	12
86	297	JOSE CARVALHO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	31'54	Veterano Masc (A)	M	14
87	295	MARIO COSTA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	31'56	Veterano Masc (A)	M	14
88	174	PAULO CASTRO	6	ACDL S. JOAO DE VER	31'58	Senior Masc	M	12
89	346	JOSE SEQUEIRA	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	32'00	Veterano Masc (B)	M	14
90	462	PAULO FIGUEIRA	36	GIRASOL	32'01	Veterano Masc (A)	M	14
91	530	JOSE MOUTELA	39	JOBRA	32'04	Veterano Masc (B)	M	14
92	179	ANTONIO CASTRO	6	ACDL S. JOAO DE VER	32'06	Veterano Masc (A)	M	14
93	204	JORGE MAGALHAES	8	ADEC	32'06	Junior Masc	M	12
94	337	MARIO DIAS	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	32'12	Junior Masc	M	12
95	293	ARMANDFO BASTOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	32'15	Senior Masc	M	12
96	244	SONIA PINTO	11	ALUNOS MEIRIM	32'16	Junior Fem	F	5
97	322	ARTUR REIS	18	CAO	32'17	Veterano Masc (B)	M	14
98	173	BRUNO ROCHA	6	ACDL S. JOAO DE VER	32'24	Senior Masc	M	12
99	355	FERNANDO CARVALHO	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	32'29	Senior Masc	M	12
100	352	DIOGO CARVALHO	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	32'32	Junior Masc	M	12
101	528	ANTONIO SOUSA	39	JOBRA	32'33	Veterano Masc (A)	M	14
102	498	ALBERTO RODRIGUES	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	32'35	Senior Masc	M	12
103	655	FABIO FONSECA	46	VALE DÁGUA	32'40	Junior Masc	M	12
104	610	JACINTO OLIVEIRA	46	SEIXO SPOR CLUB	32'43	Veterano Masc (B)	M	14
105	358	COSRA MARQUES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	32'34	Veterano Masc (B)	M	14
106	359	ANTONIO PERPETUA	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	32'46	Veterano Masc (B)	M	14
107	496	AVELINO FREITAS	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	32'49	Senior Masc	M	12
108	569	MONICA SIMÕES	44	NAC	32'50	Senior Fem	F	11
109	580	FABIO PAIVA	44	NAC	32'50	Senior Masc	M	12
110	255	PAULO CASTANHEIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	32'51	Senior Masc	M	12
111	209	ALVES PINHO	8	ADEC	32'55	Veterano Masc (A)	M	14
112	343	JOAQUIM POCINHO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	32'57	Veterano Masc (B)	M	14
113	500	MANUEL FREITAS	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	33'03	Veterano Masc (A)	M	14
114	502	MARIO NOGUEIRA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	33'07	Veterano Masc (A)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

PROVA PRINCIPAL					CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Cor.
115	384	MANUEL SOUSA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	33'10	Veterano Masc (A)	M	14
116	362	MANUEL SILVA	25	CENAP	33'21	Senior Masc	M	12
117	517	ARMÉNIO TAVARES MENDES	38	INDIVIDUAL	33'24	Veterano Masc (A)	M	14
118	590	ANTONIO FERNANDES	44	NAC	33'28	Veterano Masc (A)	M	14
119	544	FERNANDO GONÇALVES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	33'29	Veterano Masc (A)	M	14
120	380	MANUEL FERREIRA	27	CIRAC	33'38	Veterano Masc (B)	M	14
121	349	JOSE CARLOS SA	23	CCDR FUNDO DE VILA	33'46	Veterano Masc (A)	M	14
122	687	VASCO MAGALHAES	41	KAGADOS	33'47	Veterano Masc (A)	M	14
123	648	JORGE LOPES	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	33'48	Veterano Masc (A)	M	14
124	264	FERNANDO FERNANDES	12	ARADA ATLETICO CLUB	33'49	Veterano Masc (A)	M	14
125	177	ROGERIO CAMPOS	6	ACDL S. JOAO DE VER	33'54	Veterano Masc (A)	M	14
126	178	MANUEL MENDES	6	ACDL S. JOAO DE VER	34'01	Veterano Masc (A)	M	14
127	598	ANTONIO CRISTOVÃO	46	OS PASSARÕES	34'07	Senior Masc	M	12
128	690	JOSE COSTA	46	S.S.C.M. OVAR	34'12	Veterano Masc (B)	M	14
129	353	FERNANDO AVELINO	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	34'14	Junior Masc	M	12
130	698	JOAQUIM PEREIRA	25	CENAP	34'15	Veterano Masc (A)	M	14
131	294	RUI MOREIRA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	34'16	Senior Masc	M	12
132	296	MARIO ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	34'16	Veterano Masc (A)	M	14
133	309	CARLOS FERREIRA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	34'17	Veterano Masc (B)	M	14
134	679	RUI OLIVEIRA	26	CENTRO REC. ESTARREJA	34'19	Veterano Masc (A)	M	14
135	584	VIRIATO OLIVEIRA	44	NAC	34'19	Veterano Masc (A)	M	14
136	587	RUI NOGUEIRA	44	NAC	34'20	Veterano Masc (A)	M	14
137	589	MARIO OLIVEIRA	44	NAC	34'21	Veterano Masc (A)	M	14
138	236	EDUARDO RESENDE	10	AFIS	34'27	Veterano Masc (B)	M	14
139	310	ANTONIO LAMAS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	34'28	Veterano Masc (B)	M	14
140	401	MANUEL FERREIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	34'29	Veterano Masc (B)	M	14
141	677	ABILIO PINTO	18	CAO	34'30	Veterano Masc (A)	M	14
142	485	JOAO OLIVEIRA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	34'31	Veterano Masc (B)	M	14
143	320	EDGAR COSTA	18	CAO	34'31	Veterano Masc (A)	M	14
144	695	SILVERIO PESSOA	5	A.D.SANJOANENSE	34'34	Veterano Masc (A)	M	14
145	351	ISMAEL SILVA	23	CCDR FUNDO DE VILA	34'36	Veterano Masc (B)	M	14
146	154	EDUARDO MARTINS	4	A D C C J CLARK	34'39	Senior Masc	M	12
147	558	RUI POÇAS	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	34'43	Veterano Masc (B)	M	14
148	463	ADERITO CURTO	36	GIRASOL	34'53	Veterano Masc (B)	M	14
149	430	ROSA BASTOS	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	35'05	Senior Fem	F	11
150	397	ARLINDO NEVES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	35'10	Veterano Masc (A)	M	14
151	557	JOAQUIM SILVA	38	INDIVIDUAL	35'12	Veterano Masc (A)	M	14
152	182	SERAFIM RODRIGUES	6	ACDL S. JOAO DE VER	35'13	Veterano Masc (B)	M	14
153	208	LUIS PINHO	8	ADEC	35'16	Veterano Masc (A)	M	14
154	118	PAULO SANTOS	2	A R D ESCAPAES	35'18	Veterano Masc (A)	M	14
155	685	NORBERTO OLIVEIRA	44	NAC	35'19	Veterano Masc (B)	M	14
156	148	PATRICIA MONTEIRO	4	A D C C J CLARK	35'20	Senior Fem	F	11
157	515	CESAR ALVES	38	INDIVIDUAL	35'27	Senior Masc	M	12
158	292	MANUEL ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	35'28	Senior Masc	M	12
159	376	ALCIDES SALES	27	CIRAC	35'38	Veterano Masc (B)	M	14
160	674	PAULO RIBEIRO	46	VILLA CESARI/OPINLUX	35'40	Veterano Masc (A)	M	14
161	555	CASIMIRO PEREIRA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	35'44	Veterano Masc (A)	M	14
162	120	JOSE SILVA	2	A R D ESCAPAES	35'51	Veterano Masc (A)	M	14
163	650	MANUEL SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	35'55	Veterano Masc (B)	M	14
164	350	MANUEL SOUSA	23	CCDR FUNDO DE VILA	35'59	Veterano Masc (B)	M	14
165	212	TOMÉ SEABRA	8	ADEC	36'01	Veterano Masc (B)	M	14
166	602	ARTUR NADAIS	46	OS PASSARÕES	36'04	Veterano Masc (B)	M	14
167	399	DARIO PEREIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	36'09	Veterano Masc (B)	M	14
168	649	CARLOS OLIVEIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	36'09	Veterano Masc (B)	M	14
169	501	LUIS CONCEIÇÃO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	36'17	Veterano Masc (A)	M	14
170	361	ANTONIO SILVA	25	CENAP	36'20	Senior Masc	M	12
171	437	JORGE SANTOS	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	36'33	Veterano Masc (A)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

PROVA PRINCIPAL					CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Cor.
172	232	JOSE SOUSA	10	AFIS	36'35	Veterano Masc (B)	M	14
173	365	JOSE TEIXEIRA	25	CENAP	36'47	Veterano Masc (B)	M	14
174	612	ADRIANAO QUEIROZ	46	SEIXO SPOR CLUB	36'39	Veterano Masc (B)	M	14
175	439	JOSE BARBOSA	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	36'41	Veterano Masc (B)	M	14
176	211	LUIS LIMA	8	ADEC	36'53	Veterano Masc (B)	M	14
177	470	ANA NUNES	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	37'15	Senior Fem	F	11
178	481	CARLOS SILVA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	37'16	Senior Masc	M	12
179	522	VALDEMAR ALVES	38	INDIVIDUAL	37'17	Veterano Masc (A)	M	14
180	302	JORGE GONÇALVES	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	37'18	Veterano Masc (A)	M	14
181	300	VITOR SILVA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	37'19	Veterano Masc (A)	M	14
182	373	JOSE SANTOS	27	CIRAC	38'04	Veterano Masc (A)	M	14
183	371	JORGE MOTA	27	CIRAC	38'05	Veterano Masc (A)	M	14
184	560	JOSE SILVA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	38'07	Veterano Masc (B)	M	14
185	321	PEDRO LEAL	18	CAO	38'08	Veterano Masc (A)	M	14
186	229	AGOSTINHO LEAL	10	AFIS	38'09	Veterano Masc (B)	M	14
187	366	JOAQUIM AMIEIRO	25	CENAP	38'11	Veterano Masc (B)	M	14
188	363	JOSE RESENDE	25	CENAP	38'23	Veterano Masc (A)	M	14
189	514	NUNO OLIVEIRA	38	INDIVIDUAL	38'23	Senior Masc	M	12
190	137	PAULO ARIEIRO	3	A C R VALE CAMBRA	38'26	Senior Masc	M	12
191	484	VIRGULINO BASTOS	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	38'29	Veterano Masc (A)	M	14
192	592	EDMUNDO GUEDES	44	NAC	38'29	Veterano Masc (B)	M	14
193	521	RUI LUIS	38	INDIVIDUAL	38'33	Veterano Masc (A)	M	14
194	381	FRANCISCO RIBEIRO	27	CIRAC	38'35	Veterano Masc (B)	M	14
195	425	ALBERTO SILVA	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	38'37	Veterano Masc (B)	M	14
196	499	JORGE SILVA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	38'42	Veterano Masc (A)	M	14
197	489	ALZIRA DIREITINHO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	38'43	Veterano Fem	F	13
198	428	LUCIDIO DIAS	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	38'46	Veterano Masc (B)	M	14
199	159	EMA COSTA	6	ACDL S. JOAO DE VER	38'59	Junior Fem	F	5
200	181	ANTONIO COSTA	6	ACDL S. JOAO DE VER	39'00	Veterano Masc (A)	M	14
201	306	JOAO PINTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	39'02	Veterano Masc (A)	M	14
202	440	NARCISO ARROMBA	33	CLUBE VET. ATLETISMO COIMBRA	39'04	Veterano Masc (B)	M	14
203	327	RITA SILVA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	39'07	Junior Fem	F	5
204	267	CATARINA CASTRO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	39'08	Senior Fem	F	11
205	188	MANUEL PINTO	7	ACREFA	39'17	Veterano Masc (B)	M	14
206	176	JORGE SILVA	6	ACDL S. JOAO DE VER	39'20	Veterano Masc (A)	M	14
207	151	ADELIA TAVARES	4	A D C C J CLARK	39'27	Veterano Fem	F	13
208	441	AFONSO MACEDO	33	CLUBE VET. ATLETISMO COIMBRA	39'27	Veterano Masc (B)	M	14
209	368	JOSE AMÉRICO	27	CIRAC	39'27	Senior Masc	M	12
210	683	RICARDO BASTOS	43	MILLENIUN BCP	39'27	Veterano Masc (A)	M	14
211	344	ALCINO COUTINHO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	39'28	Veterano Masc (B)	M	14
212	377	SERAFIM SILVA	27	CIRAC	39'28	Veterano Masc (B)	M	14
213	651	ARMINSDO SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	39'30	Veterano Masc (B)	M	14
214	688	ARLINDO SILVA	41	KAGADOS	39'30	Senior Masc	M	12
215	183	ANA LEITE	7	ACREFA	39'33	Senior Fem	F	11
216	185	GRAÇA LEITE	7	ACREFA	39'35	Veterano Fem	F	13
217	372	AMADEU CRUZ	27	CIRAC	39'37	Veterano Masc (A)	M	14
218	304	ANTONIO G. SILVA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	39'46	Veterano Masc (A)	M	14
219	675	JULIO TAVARES	46	VILLA CESARI/OPINLUX	39'47	Veterano Masc (B)	M	14
220	689	JOÃO MARCELO	41	KAGADOS	39'48	Junior Masc	M	12
221	427	ERNESTO ARVALHO	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	39'55	Veterano Masc (B)	M	14
222	452	MARIA FERNANDES	35	G D LOUROCOOP	39'57	Veterano Fem	F	13
223	426	CONSTANTINO SANTOS	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	40'00	Veterano Masc (B)	M	14
224	673	VITOR SA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	40'06	Veterano Masc (A)	M	14
225	511	FERNANDO CARRAPELHO	38	INDIVIDUAL	40'10	Senior Masc	M	12
226	379	LAUREANO COSTA	27	CIRAC	40'30	Veterano Masc (B)	M	14
227	207	M.AUGUSTO OLIVEIRA	8	ADEC	40'36	Veterano Masc (A)	M	14
228	461	MARIA ODETE CRUZ	36	GIRASOL	40'41	Veterano Fem	F	13

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

PROVA PRINCIPAL					CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	TEMPO	Escalão	Sx	Cor.
229	184	NATALIA CARRASCAL	7	ACREFA	40'46	Senior Fem	F	11
230	559	CARLOS ALMEIDA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	40'55	Veterano Masc (B)	M	14
231	348	MANUEL CARTAXO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	40'58	Veterano Masc (B)	M	14
232	313	ADRIANO GRILO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	41'07	Veterano Masc (B)	M	14
233	556	CARLOS TAVARES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	41'30	Veterano Masc (A)	M	14
234	606	PAULO RAMOS	46	PAZ BASEBALL	41'33	Senior Masc	M	12
235	604	SIMÃO MENDES	46	OS PASSARÕES	41'41	Veterano Masc (B)	M	14
236	699	JOAQUIM RODRIGUES	38	INDIVIDUAL	42'12	Veterano Masc (A)	M	14
237	603	JOAQUIM FERREIRA	46	OS PASSARÕES	42'17	Veterano Masc (B)	M	14
238	601	ANTONIO SANTOS	46	OS PASSARÕES	42'23	Veterano Masc (B)	M	14
239	298	EMIDIO PINHEIRO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	42'28	Veterano Masc (A)	M	14
240	227	JOSE RODRIGUES	10	AFIS	42'30	Veterano Masc (A)	M	14
241	308	BERNARDO ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	42'36	Veterano Masc (A)	M	14
242	378	JOAQUIM OLIVEIRA	27	CIRAC	42'37	Veterano Masc (B)	M	14
243	450	ANDREIA OELHO	35	G D LOUROCOOP	42'42	Senior Fem	F	11
244	205	DANIEL ASCENCIO	8	ADEC	42'47	Senior Masc	M	12
245	345	MANUEL PEREIRA	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	42'57	Veterano Masc (B)	M	14
246	460	MARIA LEONOR TORRES	36	GIRASOL	42'58	Senior Fem	F	11
247	311	ANTONIO AZEVEDO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	42'59	Veterano Masc (B)	M	14
248	289	LILIANA COSTA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	43'12	Senior Fem	F	11
249	315	ALBANO MIRANDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	43'23	Veterano Masc (B)	M	14
250	162	SUSANA MARQUES	6	ACDL S. JOAO DE VER	43'26	Senior Fem	F	11
251	468	JOANA ALMEIDA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	43'28	Senior Fem	F	11
252	375	ADAO PINHO	27	CIRAC	43'50	Veterano Masc (B)	M	14
253	423	LUIS CONCEIÇÃO	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	44'01	Senior Masc	M	12
254	291	BRUNO COUTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	44'05	Senior Masc	M	12
255	312	MANUEL COUTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	44'17	Veterano Masc (B)	M	14
256	385	CLEMENTINA ANDRADE	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	44'18	Veterano Fem	F	13
257	150	ELISABETE BARBOSA	4	A D C C J CLARK	45'08	Senior Fem	F	11
258	665	CATARINA RIOS	46	VILLA CESARI/OPINLUX	45'12	Junior Fem	F	5
259	216	CLAUDIA RENDILHEIRO	10	AFIS	45'18	Iniciado Fem	F	5
260	681	FERNANDO PINHO	38	INDIVIDUAL	45'57	Veterano Masc (A)	M	14
261	314	ABEL SANTOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	46'10	Veterano Masc (B)	M	14
262	451	ANABELA SANTOS	35	G D LOUROCOOP	46'29	Senior Fem	F	11
263	147	ANDREIA TEIXEIRA	4	A D C C J CLARK	46'37	Junior Fem	F	5
264	628	FATIMA SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	46'38	Veterano Fem	F	13
265	600	MANUEL ANDRADE	46	OS PASSARÕES	47'01	Veterano Masc (A)	M	14
266	471	FATIMA ALMEIDA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	47'02	Veterano Fem	F	13
267	213	ALBINO COSTA	8	ADEC	47'02	Veterano Masc (B)	M	14
268	149	MARTA SOUSA	4	A D C C J CLARK	48'35	Senior Fem	F	11
269	318	MATILDE LEAL	18	CAO	49'32	Veterano Fem	F	13
270	591	ANTONIO SANTOS	44	NAC	49'34	Veterano Masc (A)	M	14
271	605	JOSE RESENDE	46	OS PASSARÕES	54'15	Veterano Masc (B)	M	14
272	666	SUSANA FERREIRA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	54'18	Senior Fem	F	11
273	194	ANA AMÉLIA	8	ADEC	54'18	Junior Fem	F	5
274	515	CESAR ALVES	38	INDIVIDUAL	DESCL.	Senior Masc	M	12
275								

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES

13 de Março de 2011

JUNIORES-SÉNIORES VETERANAS FEMININOS	CLS. INDIVIDUAL
--	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escação	Sx	Corr.
1	268	LUISA OLIVEIRA	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	54	30'31	Senior Fem	F	11
2	244	SONIA PINTO	11	ALUNOS MEIRIM	96	32'16	Junior Fem	F	5
3	569	MONICA SIMÕES	44	NAC	108	32'50	Senior Fem	F	11
4	430	ROSA BASTOS	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	149	35'05	Senior Fem	F	11
5	148	PATRICIA MONTEIRO	4	A D C C J CLARK	156	35'20	Senior Fem	F	11
6	470	ANA NUNES	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	177	37'15	Senior Fem	F	11
7	489	ALZIRA DIREITINHO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	197	38'43	Veterano Fem	F	13
8	159	EMA COSTA	6	ACDL S. JOAO DE VER	199	38'59	Junior Fem	F	5
9	327	RITA SILVA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	203	39'07	Junior Fem	F	5
10	267	CATARINA CASTRO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	204	39'08	Senior Fem	F	11
11	151	ADELIA TAVARES	4	A D C C J CLARK	207	39'27	Veterano Fem	F	13
12	183	ANA LEITE	7	ACREFA	215	39'33	Senior Fem	F	11
13	185	GRAÇA LEITE	7	ACREFA	216	39'35	Veterano Fem	F	13
14	452	MARIA FERNANDES	35	G D LOUROCOOP	222	39'57	Veterano Fem	F	13
15	461	MARIA ODETE CRUZ	36	GIRASOL	228	40'41	Veterano Fem	F	13
16	184	NATALIA CARRASCAL	7	ACREFA	229	40'46	Senior Fem	F	11
17	450	ANDREIA OELHO	35	G D LOUROCOOP	243	42'42	Senior Fem	F	11
18	460	MARIA LEONOR TORRES	36	GIRASOL	246	42'58	Senior Fem	F	11
19	289	LILIANA COSTA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	248	43'12	Senior Fem	F	11
20	162	SUSANA MARQUES	6	ACDL S. JOAO DE VER	250	43'26	Senior Fem	F	11
21	468	JOANA ALMEIDA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	251	43'28	Senior Fem	F	11
22	385	CLEMENTINA ANDRADE	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	256	44'18	Veterano Fem	F	13
23	150	ELISABETE BARBOSA	4	A D C C J CLARK	257	45'08	Senior Fem	F	11
24	665	CATARINA RIOS	46	VILLA CESARI/OPINLUX	258	45'12	Junior Fem	F	5
25	216	CLAUDIA RENDILHEIRO	10	AFIS	259	45'18	Iniciado Fem	F	5
26	451	ANABELA SANTOS	35	G D LOUROCOOP	262	46'29	Senior Fem	F	11
27	147	ANDREIA TEIXEIRA	4	A D C C J CLARK	263	46'37	Junior Fem	F	5
28	628	FATIMA SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	264	46'38	Veterano Fem	F	13
29	471	FATIMA ALMEIDA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	266	47'02	Veterano Fem	F	13
30	149	MARTA SOUSA	4	A D C C J CLARK	268	48'35	Senior Fem	F	11
31	318	MATILDE LEAL	18	CAO	269	49'32	Veterano Fem	F	13
32	666	SUSANA FERREIRA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	272	54'18	Senior Fem	F	11
33	194	ANA AMÉLIA	8	ADEC	273	54'18	Junior Fem	F	5

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

JUNIORES SÉNIORES - 7000 Mts

CLS. INDIVIDUAL

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Ger.	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	684	VITOR OLIVEIRA	42	MAIA ATLETICO CLUBE	1	25'30	Senior Masc	M	12
2	524	BRUNO HENRIQUES	39	JOBRA	2	25'34	Senior Masc	M	12
3	582	ARTUR RODRIGUES	44	NAC	3	25'39	Senior Masc	M	12
4	130	ANDRE ANICETO	3	A C R VALE CAMBRA	4	25'46	Senior Masc	M	12
5	278	NELSON OLIVEIRA	14	ASS. ACADEMICA COIMBRA	5	26'00	Senior Masc	M	12
6	214	LUIS SILVA	9	ADERCUS	8	26'54	Senior Masc	M	12
7	525	ROGERIO BESSA	39	JOBRA	9	27'12	Senior Masc	M	12
8	579	HENRIQUE VILAÇA	44	NAC	11	27'23	Senior Masc	M	12
9	583	ORLANDO SANTOS	44	NAC	13	27'39	Senior Masc	M	12
10	432	BRUNO FREITAS	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	14	27'43	Senior Masc	M	12
11	692	JOAO PIRES	34	CYCLONES- SANITOP	20	28'10	Junior Masc	M	12
12	458	FLAVIO SILVA	35	G D LOUROCOOP	26	28'33	Senior Masc	M	12
13	480	ANTONIO FERNANDES	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	30	28'38	Senior Masc	M	12
14	131	CARLOS TEIXEIRA	3	A C R VALE CAMBRA	31	28'47	Senior Masc	M	12
15	512	MARO PAIVA	38	INDIVIDUAL	33	28'58	Senior Masc	M	12
16	319	HELDER PIRES	18	CAO	34	28'59	Senior Masc	M	12
17	254	ANDRE NADAIS	12	ARADA ATLETICO CLUB	36	29'16	Junior Masc	M	12
18	247	RUI RIBEIRO	11	ALUNOS MEIRIM	38	29'37	Junior Masc	M	12
19	354	RUI LOPES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	39	29'47	Senior Masc	M	12
20	356	RUI RODRIGUES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	41	29'57	Senior Masc	M	12
21	383	HUGO ALMEIDA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	44	30'00	Senior Masc	M	12
22	129	TIAGO PINHO	3	A C R VALE CAMBRA	45	30'03	Senior Masc	M	12
23	172	DANIEL FERREIRA	6	ACDL S. JOAO DE VER	48	30'22	Junior Masc	M	12
24	479	BRUNO SANTOAGO	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	53	30'31	Senior Masc	M	12
25	693	MARCIO PEREIRA	36	GIRASOL	56	30'34	Senior Masc	M	12
26	526	VITOR MARTINS	39	JOBRA	57	30'35	Senior Masc	M	12
27	478	BRUNO COSTA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	58	30'37	Senior Masc	M	12
28	497	NINO PINTO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	61	30'41	Senior Masc	M	12
29	477	DIOGO NOGUEIRA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	63	30'46	Senior Masc	M	12
30	395	VALTER LARANGEIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	64	30'47	Senior Masc	M	12
31	608	ANTONIO MONTEIRO	46	RINGOS F C	66	30'51	Senior Masc	M	12
32	152	FERNANDO SOUSA	4	A D C C J CLARK	68	30'55	Senior Masc	M	12
33	153	CARLOS SOUSA	4	A D C C J CLARK	73	31'15	Senior Masc	M	12
34	271	JOSE ROCHA	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	75	31'22	Senior Masc	M	12
35	691	PAULO COSTA	46	S.S.C.M. OVAR	80	31'34	Senior Masc	M	12
36	396	FERNANDO SOARES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	83	31'43	Senior Masc	M	12
37	248	TIAGO OLIVEIRA	11	ALUNOS MEIRIM	85	31'51	Junior Masc	M	12
38	174	PAULO CASTRO	6	ACDL S. JOAO DE VER	88	31'58	Senior Masc	M	12
39	204	JORGE MAGALHAES	8	ADEC	93	32'06	Junior Masc	M	12
40	337	MARIO DIAS	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	94	32'12	Junior Masc	M	12
41	293	ARMANDO BASTOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	95	32'15	Senior Masc	M	12
42	173	BRUNO ROCHA	6	ACDL S. JOAO DE VER	98	32'24	Senior Masc	M	12
43	355	FERNANDO CARVALHO	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	99	32'29	Senior Masc	M	12
44	352	DIOGO CARVALHO	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	100	32'32	Junior Masc	M	12
45	498	ALBERTO RODRIGUES	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	102	32'35	Senior Masc	M	12
46	655	FABIO FONSECA	46	VALE DÁGUA	103	32'40	Junior Masc	M	12
47	496	AVELINO FREITAS	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	107	32'49	Senior Masc	M	12
48	580	FABIO PAIVA	44	NAC	109	32'50	Senior Masc	M	12
49	255	PAULO CASTANHEIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	110	32'51	Senior Masc	M	12
50	362	MANUEL SILVA	25	CENAP	116	33'21	Senior Masc	M	12
51	598	ANTONIO CRISTOVÃO	46	OS PASSARÕES	127	34'07	Senior Masc	M	12
52	353	FERNANDO AVELINO	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	129	34'14	Junior Masc	M	12
53	294	RUI MOREIRA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	131	34'16	Senior Masc	M	12
54	154	EDUARDO MARTINS	4	A D C C J CLARK	146	34'39	Senior Masc	M	12
55	515	CESAR ALVES	38	INDIVIDUAL	157	35'27	Senior Masc	M	12
56	292	MANUEL ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	158	35'28	Senior Masc	M	12
57	361	ANTONIO SILVA	25	CENAP	170	36'20	Senior Masc	M	12
58	481	CARLOS SILVA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	178	37'16	Senior Masc	M	12
59	514	NUNO OLIVEIRA	38	INDIVIDUAL	189	38'23	Senior Masc	M	12
60	137	PAULO ARIEIRO	3	A C R VALE CAMBRA	190	38'26	Senior Masc	M	12
61	368	JOSE AMÉRICO	27	CIRAC	209	39'27	Senior Masc	M	12
62	688	ARLINDO SILVA	41	KAGADOS	214	39'30	Senior Masc	M	12
63	689	JOÃO MARCELO	41	KAGADOS	220	39'48	Junior Masc	M	12
64	511	FERNANDO CARRAPELHO	38	INDIVIDUAL	225	40'10	Senior Masc	M	12
65	606	PAULO RAMOS	46	PAZ BASEBALL	234	41'33	Senior Masc	M	12
66	205	DANIEL ASCENCIO	8	ADEC	244	42'47	Senior Masc	M	12
67	423	LUIS CONCEIÇÃO	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	253	44'01	Senior Masc	M	12

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

JUNIORES SÉNIORES - 7000 Mts

CLS. INDIVIDUAL

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Ger.	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
68	291	BRUNO COUTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	254	44'05	Senior Masc	M	12
69	515	CESAR ALVES	38	INDIVIDUAL	274	DESCL.	Senior Masc	M	12

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANOS A - 40 a 50 ANOS						CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Ger.	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	133	ANTONIO FERNANDES	3	A C R VALE CAMBRA	6	26'11	Veterano Masc (A)	M	14
2	260	MANUEL FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	7	26'34	Veterano Masc (A)	M	14
3	261	MANUEL URBANO	12	ARADA ATLETICO CLUB	12	27'28	Veterano Masc (A)	M	14
4	588	FERNANDO ADRIAO	44	NAC	15	27'46	Veterano Masc (A)	M	14
5	273	HENRIQUES DIAS	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	16	27'53	Veterano Masc (A)	M	14
6	585	JOSE SILAV	44	NAC	17	27'57	Veterano Masc (A)	M	14
7	258	JOSE RESENDE	12	ARADA ATLETICO CLUB	18	28'01	Veterano Masc (A)	M	14
8	398	MANUEL OLIVEIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	21	28'14	Veterano Masc (A)	M	14
9	433	ANTONIO SILVA	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	22	28'18	Veterano Masc (A)	M	14
10	287	ADERITO FONTES	16	ATLETISMO CLUBE CORDILHA	23	28'20	Veterano Masc (A)	M	14
11	340	JOAQUIM ROCHA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	25	28'30	Veterano Masc (A)	M	14
12	286	LUIS EVA	16	ATLETISMO CLUBE CORDILHA	27	28'33	Veterano Masc (A)	M	14
13	262	FERNANDO FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	29	28'37	Veterano Masc (A)	M	14
14	175	LINO FERREIRA	6	ACDL S. JOAO DE VER	32	28'55	Veterano Masc (A)	M	14
15	682	MARIO NOLASCO	22	CASA POVO VALONGO VOUGA	35	29'13	Veterano Masc (A)	M	14
16	307	MANUEL VALENTE	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	37	29'21	Veterano Masc (A)	M	14
17	228	JOAO PEREIRA	10	AFIS	40	29'51	Veterano Masc (A)	M	14
18	586	JOSE FERREIRA	44	NAC	42	29'58	Veterano Masc (A)	M	14
19	272	SALVADOR MONSILHO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	46	30'11	Veterano Masc (A)	M	14
20	339	JOAO CAVADAS	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	47	30'15	Veterano Masc (A)	M	14
21	529	LUIS MAGALHAES	39	JOBRA	50	30'27	Veterano Masc (A)	M	14
22	134	CELSO PAIVA	3	A C R VALE CAMBRA	51	30'29	Veterano Masc (A)	M	14
23	305	ANGELO RAMOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	52	30'30	Veterano Masc (A)	M	14
24	180	JORGE LUZ	6	ACDL S. JOAO DE VER	55	30'34	Veterano Masc (A)	M	14
25	132	ANTONIO SILVA	3	A C R VALE CAMBRA	62	30'42	Veterano Masc (A)	M	14
26	370	AMERICO COELHO	27	CIRAC	65	30'49	Veterano Masc (A)	M	14
27	686	ERNESTO ALMEIDA	41	KAGADOS	67	30'53	Veterano Masc (A)	M	14
28	435	CAMILO GUEDES	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	70	31'02	Veterano Masc (A)	M	14
29	483	ANTONIO FONSECA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	71	31'07	Veterano Masc (A)	M	14
30	341	ILDIO OLIVEIRA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	72	31'11	Veterano Masc (A)	M	14
31	299	MANUEL AUGUSTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	74	31'18	Veterano Masc (A)	M	14
32	303	JOSE TAVARES	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	76	31'25	Veterano Masc (A)	M	14
33	210	JOSE MANUEL	8	ADEC	77	31'30	Veterano Masc (A)	M	14
34	263	RODRIGO SILVA	12	ARADA ATLETICO CLUB	78	31'30	Veterano Masc (A)	M	14
35	259	JOAQUIM FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	79	31'32	Veterano Masc (A)	M	14
36	438	JOSE ADELINO	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	82	31'41	Veterano Masc (A)	M	14
37	297	JOSE CARVALHO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	86	31'54	Veterano Masc (A)	M	14
38	295	MARIO COSTA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	87	31'56	Veterano Masc (A)	M	14
39	462	PAULO FIGUEIRA	36	GIRASOL	90	32'01	Veterano Masc (A)	M	14
40	179	ANTONIO CASTRO	6	ACDL S. JOAO DE VER	92	32'06	Veterano Masc (A)	M	14
41	528	ANTONIO SOUSA	39	JOBRA	101	32'33	Veterano Masc (A)	M	14
42	209	ALVES PINHO	8	ADEC	111	32'55	Veterano Masc (A)	M	14
43	500	MANUEL FREITAS	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	113	33'03	Veterano Masc (A)	M	14
44	502	MARIO NOGUEIRA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	114	33'07	Veterano Masc (A)	M	14
45	384	MANUEL SOUSA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	115	33'10	Veterano Masc (A)	M	14
46	517	ARMÉNIO TAVARES MENDES	38	INDIVIDUAL	117	33'24	Veterano Masc (A)	M	14
47	590	ANTONIO FERNANDES	44	NAC	118	33'28	Veterano Masc (A)	M	14
48	544	FERNANDO GONÇALVES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	119	33'29	Veterano Masc (A)	M	14
49	349	JOSE CARLOS SA	23	CCDR FUNDO DE VILA	121	33'46	Veterano Masc (A)	M	14
50	687	VASCO MAGALHAES	41	KAGADOS	122	33'47	Veterano Masc (A)	M	14
51	648	JORGE LOPES	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	123	33'48	Veterano Masc (A)	M	14
52	264	FERNANDO FERNANDES	12	ARADA ATLETICO CLUB	124	33'49	Veterano Masc (A)	M	14
53	177	ROGERIO CAMPOS	6	ACDL S. JOAO DE VER	125	33'54	Veterano Masc (A)	M	14
54	178	MANUEL MENDES	6	ACDL S. JOAO DE VER	126	34'01	Veterano Masc (A)	M	14
55	698	JOAQUIM PEREIRA	25	CENAP	130	34'15	Veterano Masc (A)	M	14
56	296	MARIO ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	132	34'16	Veterano Masc (A)	M	14
57	679	RUI OLIVEIRA	26	CENTRO REC. ESTARREJA	134	34'19	Veterano Masc (A)	M	14
58	584	VIRIATO OLIVEIRA	44	NAC	135	34'19	Veterano Masc (A)	M	14
59	587	RUI NOGUEIRA	44	NAC	136	34'20	Veterano Masc (A)	M	14
60	589	MARIO OLIVEIRA	44	NAC	137	34'21	Veterano Masc (A)	M	14
61	677	ABILIO PINTO	18	CAO	141	34'30	Veterano Masc (A)	M	14
62	320	EDGAR COSTA	18	CAO	143	34'31	Veterano Masc (A)	M	14
63	695	SILVERIO PESSOA	5	A.D.SANJOANENSE	144	34'34	Veterano Masc (A)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANOS A - 40 a 50 ANOS **CLS. INDIVIDUAL**

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Ger.	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
64	397	ARLINDO NEVES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	150	35'10	Veterano Masc (A)	M	14
65	557	JOAQUIM SILVA	38	INDIVIDUAL	151	35'12	Veterano Masc (A)	M	14
66	208	LUIS PINHO	8	ADEC	153	35'16	Veterano Masc (A)	M	14
67	118	PAULO SANTOS	2	A R D ESCAPAES	154	35'18	Veterano Masc (A)	M	14
68	674	PAULO RIBEIRO	46	VILLA CESARI/OPINLUX	160	35'40	Veterano Masc (A)	M	14
69	555	CASIMIRO PEREIRA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	161	35'44	Veterano Masc (A)	M	14
70	120	JOSE SILVA	2	A R D ESCAPAES	162	35'51	Veterano Masc (A)	M	14
71	501	LUIS CONCEIÇÃO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	169	36'17	Veterano Masc (A)	M	14
72	437	JORGE SANTOS	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	171	36'33	Veterano Masc (A)	M	14
73	522	VALDEMAR ALVES	38	INDIVIDUAL	179	37'17	Veterano Masc (A)	M	14
74	302	JORGE GONÇALVES	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	180	37'18	Veterano Masc (A)	M	14
75	300	VITOR SILVA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	181	37'19	Veterano Masc (A)	M	14
76	373	JOSE SANTOS	27	CIRAC	182	38'04	Veterano Masc (A)	M	14
77	371	JORGE MOTA	27	CIRAC	183	38'05	Veterano Masc (A)	M	14
78	321	PEDRO LEAL	18	CAO	185	38'08	Veterano Masc (A)	M	14
79	363	JOSE RESENDE	25	CENAP	188	38'23	Veterano Masc (A)	M	14
80	484	VIRGULINO BASTOS	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	191	38'29	Veterano Masc (A)	M	14
81	521	RUI LUIS	38	INDIVIDUAL	193	38'33	Veterano Masc (A)	M	14
82	499	JORGE SILVA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	196	38'42	Veterano Masc (A)	M	14
83	181	ANTONIO COSTA	6	ACDL S. JOAO DE VER	200	39'00	Veterano Masc (A)	M	14
84	306	JOAO PINTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	201	39'02	Veterano Masc (A)	M	14
85	176	JORGE SILVA	6	ACDL S. JOAO DE VER	206	39'20	Veterano Masc (A)	M	14
86	683	RICARDO BASTOS	43	MILLENIUN BCP	210	39'27	Veterano Masc (A)	M	14
87	372	AMADEU CRUZ	27	CIRAC	217	39'37	Veterano Masc (A)	M	14
88	304	ANTONIO G. SILVA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	218	39'46	Veterano Masc (A)	M	14
89	673	VITOR SA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	224	40'06	Veterano Masc (A)	M	14
90	207	M.AUGUSTO OLIVEIRA	8	ADEC	227	40'36	Veterano Masc (A)	M	14
91	556	CARLOS TAVARES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	233	41'30	Veterano Masc (A)	M	14
92	699	JOAQUIM RODRIGUES	38	INDIVIDUAL	236	42'12	Veterano Masc (A)	M	14
93	298	EMIDIO PINHEIRO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	239	42'28	Veterano Masc (A)	M	14
94	227	JOSE RODRIGUES	10	AFIS	240	42'30	Veterano Masc (A)	M	14
95	308	BERNARDO ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	241	42'36	Veterano Masc (A)	M	14
96	681	FERNANDO PINHO	38	INDIVIDUAL	260	45'57	Veterano Masc (A)	M	14
97	600	MANUEL ANDRADE	46	OS PASSARÕES	265	47'01	Veterano Masc (A)	M	14
98	591	ANTONIO SANTOS	44	NAC	270	49'34	Veterano Masc (A)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES

13 de Março de 2011

VETERANOS B +50 ANOS					CLS. INDIVIDUAL				
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	276	JOAQUIM SILVA	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	10	27'16	Veterano Masc (B)	M	14
2	277	CASIMIRO GALHARDO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	19	28'06	Veterano Masc (B)	M	14
3	274	PEDRO SOARES	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	24	28'25	Veterano Masc (B)	M	14
4	275	BENJAMIM SOARES	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	28	28'35	Veterano Masc (B)	M	14
5	233	ANTONIO VIEIRA	10	AFIS	43	29'58	Veterano Masc (B)	M	14
6	434	MANUEL GOMES	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	49	30'25	Veterano Masc (B)	M	14
7	323	JOAQUIM COSTA	18	CAO	59	30'37	Veterano Masc (B)	M	14
8	265	DAVID FERNANDES	12	ARADA ATLETICO CLUB	60	30'39	Veterano Masc (B)	M	14
9	364	LUIS SIMÕES	25	CENAP	69	31'00	Veterano Masc (B)	M	14
10	231	ARTUR VIEIRA	10	AFIS	81	31'37	Veterano Masc (B)	M	14
11	697	ANTONIO SA	18	CAO	84	31'46	Veterano Masc (B)	M	14
12	346	JOSE SEQUEIRA	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	89	32'00	Veterano Masc (B)	M	14
13	530	JOSE MOUTELA	39	JOBRA	91	32'04	Veterano Masc (B)	M	14
14	322	ARTUR REIS	18	CAO	97	32'17	Veterano Masc (B)	M	14
15	610	JACINTO OLIVEIRA	46	SEIXO SPOR CLUB	104	32'43	Veterano Masc (B)	M	14
16	358	COSRA MARQUES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	105	32'34	Veterano Masc (B)	M	14
17	359	ANTONIO PERPETUA	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	106	32'46	Veterano Masc (B)	M	14
18	343	JOAQUIM POCINHO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	112	32'57	Veterano Masc (B)	M	14
19	380	MANUEL FERREIRA	27	CIRAC	120	33'38	Veterano Masc (B)	M	14
20	690	JOSE COSTA	46	S.S.C.M. OVAR	128	34'12	Veterano Masc (B)	M	14
21	309	CARLOS FERREIRA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	133	34'17	Veterano Masc (B)	M	14
22	236	EDUARDO RESENDE	10	AFIS	138	34'27	Veterano Masc (B)	M	14
23	310	ANTONIO LAMAS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	139	34'28	Veterano Masc (B)	M	14
24	401	MANUEL FERREIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	140	34'29	Veterano Masc (B)	M	14
25	485	JOAO OLIVEIRA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	142	34'31	Veterano Masc (B)	M	14
26	351	ISMAEL SILVA	23	CCDR FUNDO DE VILA	145	34'36	Veterano Masc (B)	M	14
27	558	RUI POÇAS	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	147	34'43	Veterano Masc (B)	M	14
28	463	ADERITO CURTO	36	GIRASOL	148	34'53	Veterano Masc (B)	M	14
29	182	SERAFIM RODRIGUES	6	ACDL S. JOAO DE VER	152	35'13	Veterano Masc (B)	M	14
30	685	NORBERTO OLIVEIRA	44	NAC	155	35'19	Veterano Masc (B)	M	14
31	376	ALCIDES SALES	27	CIRAC	159	35'38	Veterano Masc (B)	M	14
32	650	MANUEL SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	163	35'55	Veterano Masc (B)	M	14
33	350	MANUEL SOUSA	23	CCDR FUNDO DE VILA	164	35'59	Veterano Masc (B)	M	14
34	212	TOMÉ SEABRA	8	ADEC	165	36'01	Veterano Masc (B)	M	14
35	602	ARTUR NADAIS	46	OS PASSARÕES	166	36'04	Veterano Masc (B)	M	14
36	399	DARIO PEREIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	167	36'09	Veterano Masc (B)	M	14
37	649	CARLOS OLIVEIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	168	36'09	Veterano Masc (B)	M	14
38	232	JOSE SOUSA	10	AFIS	172	36'35	Veterano Masc (B)	M	14
39	365	JOSE TEIXEIRA	25	CENAP	173	36'47	Veterano Masc (B)	M	14
40	612	ADRIANAO QUEIROZ	46	SEIXO SPOR CLUB	174	36'39	Veterano Masc (B)	M	14
41	439	JOSE BARBOSA	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	175	36'41	Veterano Masc (B)	M	14
42	211	LUIS LIMA	8	ADEC	176	36'53	Veterano Masc (B)	M	14
43	560	JOSE SILVA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	184	38'07	Veterano Masc (B)	M	14
44	229	AGOSTINHO LEAL	10	AFIS	186	38'09	Veterano Masc (B)	M	14
45	366	JOAQUIM AMIEIRO	25	CENAP	187	38'11	Veterano Masc (B)	M	14
46	592	EDMUNDO GUEDES	44	NAC	192	38'29	Veterano Masc (B)	M	14
47	381	FRANCISCO RIBEIRO	27	CIRAC	194	38'35	Veterano Masc (B)	M	14
48	425	ALBERTO SILVA	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	195	38'37	Veterano Masc (B)	M	14
49	428	LUCIDIO DIAS	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	198	38'46	Veterano Masc (B)	M	14
50	440	NARCISO ARROMBA	33	CLUBE VET. ATLETISMO COIMBRA	202	39'04	Veterano Masc (B)	M	14
51	188	MANUEL PINTO	7	ACREFA	205	39'17	Veterano Masc (B)	M	14
52	441	AFONSO MACEDO	33	CLUBE VET. ATLETISMO COIMBRA	208	39'27	Veterano Masc (B)	M	14
53	344	ALCINO COUTINHO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	211	39'28	Veterano Masc (B)	M	14
54	377	SERAFIM SILVA	27	CIRAC	212	39'28	Veterano Masc (B)	M	14
55	651	ARMINDO SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	213	39'30	Veterano Masc (B)	M	14
56	675	JULIO TAVARES	46	VILLA CESARI/OPINLUX	219	39'47	Veterano Masc (B)	M	14
57	427	ERNESTO ARVALHO	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	221	39'55	Veterano Masc (B)	M	14
58	426	CONSTANTINO SANTOS	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	223	40'00	Veterano Masc (B)	M	14
59	379	LAUREANO COSTA	27	CIRAC	226	40'30	Veterano Masc (B)	M	14
60	559	CARLOS ALMEIDA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	230	40'55	Veterano Masc (B)	M	14
61	348	MANUEL CARTAXO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	231	40'58	Veterano Masc (B)	M	14
62	313	ADRIANO GRILO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	232	41'07	Veterano Masc (B)	M	14
63	604	SIMÃO MENDES	46	OS PASSARÕES	235	41'41	Veterano Masc (B)	M	14
64	603	JOAQUIM FERREIRA	46	OS PASSARÕES	237	42'17	Veterano Masc (B)	M	14
65	601	ANTONIO SANTOS	46	OS PASSARÕES	238	42'23	Veterano Masc (B)	M	14
66	378	JOAQUIM OLIVEIRA	27	CIRAC	242	42'37	Veterano Masc (B)	M	14
67	345	MANUEL PEREIRA	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	245	42'57	Veterano Masc (B)	M	14
68	311	ANTONIO AZEVEDO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	247	42'59	Veterano Masc (B)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANOS B +50 ANOS	CLS. INDIVIDUAL
-----------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
69	315	ALBANO MIRANDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	249	43'23	Veterano Masc (B)	M	14
70	375	ADAO PINHO	27	CIRAC	252	43'50	Veterano Masc (B)	M	14
71	312	MANUEL COUTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	255	44'17	Veterano Masc (B)	M	14
72	314	ABEL SANTOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	261	46'10	Veterano Masc (B)	M	14
73	213	ALBINO COSTA	8	ADEC	267	47'02	Veterano Masc (B)	M	14
74	605	JOSE RESENDE	46	OS PASSARÕES	271	54'15	Veterano Masc (B)	M	14
75									

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANOS CL. P/EQUIPAS						CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	133	ANTONIO FERNANDES	3	A C R VALE CAMBRA	6	26'11	Veterano Masc (A)	M	14
2	260	MANUEL FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	7	26'34	Veterano Masc (A)	M	14
3	276	JOAQUIM SILV	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	10	27'16	Veterano Masc (B)	M	14
4	261	MANUEL URBANO	12	ARADA ATLETICO CLUB	12	27'28	Veterano Masc (A)	M	14
5	588	FERNANDO ADRIAO	44	NAC	15	27'46	Veterano Masc (A)	M	14
6	273	HENRIQUES DIAS	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	16	27'53	Veterano Masc (A)	M	14
7	585	JOSE SILAV	44	NAC	17	27'57	Veterano Masc (A)	M	14
8	258	JOSE RESENDE	12	ARADA ATLETICO CLUB	18	28'01	Veterano Masc (A)	M	14
9	277	CASIMIRO GALHARDO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	19	28'06	Veterano Masc (B)	M	14
10	398	MANUEL OLIVEIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	21	28'14	Veterano Masc (A)	M	14
11	433	ANTONIO SILVA	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	22	28'18	Veterano Masc (A)	M	14
12	287	ADERITO FONTES	16	ATLETISMO CLUBE CORDILHA	23	28'20	Veterano Masc (A)	M	14
13	274	PEDRO SOARES	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	24	28'25	Veterano Masc (B)	M	14
14	340	JOAQUIM ROCHA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	25	28'30	Veterano Masc (A)	M	14
15	286	LUIS EVA	16	ATLETISMO CLUBE CORDILHA	27	28'33	Veterano Masc (A)	M	14
16	275	BENJAMIM SOARES	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	28	28'35	Veterano Masc (B)	M	14
17	262	FERNANDO FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	29	28'37	Veterano Masc (A)	M	14
18	175	LINO FERREIRA	6	ACDL S. JOAO DE VER	32	28'55	Veterano Masc (A)	M	14
19	682	MARIO NOLASCO	22	CASA POVO VALONGO VOUGA	35	29'13	Veterano Masc (A)	M	14
20	307	MANUEL VALENTE	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	37	29'21	Veterano Masc (A)	M	14
21	228	JOAO PEREIRA	10	AFIS	40	29'51	Veterano Masc (A)	M	14
22	586	JOSE FERREIRA	44	NAC	42	29'58	Veterano Masc (A)	M	14
23	233	ANTONIO VIEIRA	10	AFIS	43	29'58	Veterano Masc (B)	M	14
24	272	SALVADOR MONSILHO	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	46	30'11	Veterano Masc (A)	M	14
25	339	JOAO CAVADAS	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	47	30'15	Veterano Masc (A)	M	14
26	434	MANUEL GOMES	31	CLUBE IND. ARGONCILHE	49	30'25	Veterano Masc (B)	M	14
27	529	LUIS MAGALHAES	39	JOBRA	50	30'27	Veterano Masc (A)	M	14
28	134	CELSO PAIVA	3	A C R VALE CAMBRA	51	30'29	Veterano Masc (A)	M	14
29	305	ANGELO RAMOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	52	30'30	Veterano Masc (A)	M	14
30	180	JORGE LUZ	6	ACDL S. JOAO DE VER	55	30'34	Veterano Masc (A)	M	14
31	323	JOAQUIM COSTA	18	CAO	59	30'37	Veterano Masc (B)	M	14
32	265	DAVID FERNANDES	12	ARADA ATLETICO CLUB	60	30'39	Veterano Masc (B)	M	14
33	132	ANTONIO SILVA	3	A C R VALE CAMBRA	62	30'42	Veterano Masc (A)	M	14
34	370	AMERICO COELHO	27	CIRAC	65	30'49	Veterano Masc (A)	M	14
35	686	ERNESTO ALMEIDA	41	KAGADOS	67	30'53	Veterano Masc (A)	M	14
36	364	LUIS SIMÕES	25	CENAP	69	31'00	Veterano Masc (B)	M	14
37	435	CAMILO GUEDES	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	70	31'02	Veterano Masc (A)	M	14
38	483	ANTONIO FONSECA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	71	31'07	Veterano Masc (A)	M	14
39	341	ILIDIO OLIVEIRA	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	72	31'11	Veterano Masc (A)	M	14
40	299	MANUEL AUGUSTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	74	31'18	Veterano Masc (A)	M	14
41	303	JOSE TAVARES	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	76	31'25	Veterano Masc (A)	M	14
42	210	JOSE MANUEL	8	ADEC	77	31'30	Veterano Masc (A)	M	14
43	263	RODRIGO SILVA	12	ARADA ATLETICO CLUB	78	31'30	Veterano Masc (A)	M	14
44	259	JOAQUIM FERREIRA	12	ARADA ATLETICO CLUB	79	31'32	Veterano Masc (A)	M	14
45	231	ARTUR VIEIRA	10	AFIS	81	31'37	Veterano Masc (B)	M	14
46	438	JOSE ADELINO	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	82	31'41	Veterano Masc (A)	M	14
47	697	ANTONIO SA	18	CAO	84	31'46	Veterano Masc (B)	M	14
48	297	JOSE CARVALHO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	86	31'54	Veterano Masc (A)	M	14
49	295	MARIO COSTA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	87	31'56	Veterano Masc (A)	M	14
50	346	JOSE SEQUEIRA	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	89	32'00	Veterano Masc (B)	M	14
51	462	PAULO FIGUEIRA	36	GIRASOL	90	32'01	Veterano Masc (A)	M	14
52	530	JOSE MOUTELA	39	JOBRA	91	32'04	Veterano Masc (B)	M	14
53	179	ANTONIO CASTRO	6	ACDL S. JOAO DE VER	92	32'06	Veterano Masc (A)	M	14
54	322	ARTUR REIS	18	CAO	97	32'17	Veterano Masc (B)	M	14
55	528	ANTONIO SOUSA	39	JOBRA	101	32'33	Veterano Masc (A)	M	14
56	610	JACINTO OLIVEIRA	46	SEIXO SPOR CLUB	104	32'43	Veterano Masc (B)	M	14
57	358	COSRA MARQUES	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	105	32'34	Veterano Masc (B)	M	14
58	359	ANTONIO PERPETUA	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	106	32'46	Veterano Masc (B)	M	14
59	209	ALVES PINHO	8	ADEC	111	32'55	Veterano Masc (A)	M	14
60	343	JOAQUIM POCINHO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	112	32'57	Veterano Masc (B)	M	14
61	500	MANUEL FREITAS	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	113	33'03	Veterano Masc (A)	M	14
62	502	MARIO NOGUEIRA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	114	33'07	Veterano Masc (A)	M	14
63	384	MANUEL SOUSA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	115	33'10	Veterano Masc (A)	M	14
64	517	ARMÉNIO TAVARES MENDES	38	INDIVIDUAL	117	33'24	Veterano Masc (A)	M	14
65	590	ANTONIO FERNANDES	44	NAC	118	33'28	Veterano Masc (A)	M	14
66	544	FERNANDO GONÇALVES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	119	33'29	Veterano Masc (A)	M	14
67	380	MANUEL FERREIRA	27	CIRAC	120	33'38	Veterano Masc (B)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANOS CL. P/EQUIPAS						CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
68	349	JOSE CARLOS SA	23	CCDR FUNDO DE VILA	121	33'46	Veterano Masc (A)	M	14
69	687	VASCO MAGALHAES	41	KAGADOS	122	33'47	Veterano Masc (A)	M	14
70	648	JORGE LOPES	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	123	33'48	Veterano Masc (A)	M	14
71	264	FERNANDO FERNANDES	12	ARADA ATLETICO CLUB	124	33'49	Veterano Masc (A)	M	14
72	177	ROGERIO CAMPOS	6	ACDL S. JOAO DE VER	125	33'54	Veterano Masc (A)	M	14
73	178	MANUEL MENDES	6	ACDL S. JOAO DE VER	126	34'01	Veterano Masc (A)	M	14
74	690	JOSE COSTA	46	S.S.C.M. OVAR	128	34'12	Veterano Masc (B)	M	14
75	698	JOAQUIM PEREIRA	25	CENAP	130	34'15	Veterano Masc (A)	M	14
76	296	MARIO ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	132	34'16	Veterano Masc (A)	M	14
77	309	CARLOS FERREIRA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	133	34'17	Veterano Masc (B)	M	14
78	679	RUI OLIVEIRA	26	CENTRO REC. ESTARREJA	134	34'19	Veterano Masc (A)	M	14
79	584	VIRIATO OLIVEIRA	44	NAC	135	34'19	Veterano Masc (A)	M	14
80	587	RUI NOGUEIRA	44	NAC	136	34'20	Veterano Masc (A)	M	14
81	589	MARIO OLIVEIRA	44	NAC	137	34'21	Veterano Masc (A)	M	14
82	236	EDUARDO RESENDE	10	AFIS	138	34'27	Veterano Masc (B)	M	14
83	310	ANTONIO LAMAS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	139	34'28	Veterano Masc (B)	M	14
84	401	MANUEL FERREIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	140	34'29	Veterano Masc (B)	M	14
85	677	ABILIO PINTO	18	CAO	141	34'30	Veterano Masc (A)	M	14
86	485	JOAO OLIVEIRA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	142	34'31	Veterano Masc (B)	M	14
87	320	EDGAR COSTA	18	CAO	143	34'31	Veterano Masc (A)	M	14
88	695	SILVERIO PESSOA	5	A.D.SANJOANENSE	144	34'34	Veterano Masc (A)	M	14
89	351	ISMAEL SILVA	23	CCDR FUNDO DE VILA	145	34'36	Veterano Masc (B)	M	14
90	558	RUI POÇAS	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	147	34'43	Veterano Masc (B)	M	14
91	463	ADERITO CURTO	36	GIRASOL	148	34'53	Veterano Masc (B)	M	14
92	397	ARLINDO NEVES	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	150	35'10	Veterano Masc (A)	M	14
93	557	JOAQUIM SILVA	38	INDIVIDUAL	151	35'12	Veterano Masc (A)	M	14
94	182	SERAFIM RODRIGUES	6	ACDL S. JOAO DE VER	152	35'13	Veterano Masc (B)	M	14
95	208	LUIS PINHO	8	ADEC	153	35'16	Veterano Masc (A)	M	14
96	118	PAULO SANTOS	2	A R D ESCAPAES	154	35'18	Veterano Masc (A)	M	14
97	685	NORBERTO OLIVEIRA	44	NAC	155	35'19	Veterano Masc (B)	M	14
98	376	ALCIDES SALES	27	CIRAC	159	35'38	Veterano Masc (B)	M	14
99	674	PAULO RIBEIRO	46	VILLA CESARI/OPINLUX	160	35'40	Veterano Masc (A)	M	14
100	555	CASIMIRO PEREIRA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	161	35'44	Veterano Masc (A)	M	14
101	120	JOSE SILVA	2	A R D ESCAPAES	162	35'51	Veterano Masc (A)	M	14
102	650	MANUEL SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	163	35'55	Veterano Masc (B)	M	14
103	350	MANUEL SOUSA	23	CCDR FUNDO DE VILA	164	35'59	Veterano Masc (B)	M	14
104	212	TOMÉ SEABRA	8	ADEC	165	36'01	Veterano Masc (B)	M	14
105	602	ARTUR NADAIS	46	OS PASSARÕES	166	36'04	Veterano Masc (B)	M	14
106	399	DARIO PEREIRA	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	167	36'09	Veterano Masc (B)	M	14
107	649	CARLOS OLIVEIRA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	168	36'09	Veterano Masc (B)	M	14
108	501	LUIS CONCEIÇÃO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	169	36'17	Veterano Masc (A)	M	14
109	437	JORGE SANTOS	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	171	36'33	Veterano Masc (A)	M	14
110	232	JOSE SOUSA	10	AFIS	172	36'35	Veterano Masc (B)	M	14
111	365	JOSE TEIXEIRA	25	CENAP	173	36'47	Veterano Masc (B)	M	14
112	612	ADRIANAO QUEIROZ	46	SEIXO SPOR CLUB	174	36'39	Veterano Masc (B)	M	14
113	439	JOSE BARBOSA	32	CLUBE PESSOAL AGUAS GAIA	175	36'41	Veterano Masc (B)	M	14
114	211	LUIS LIMA	8	ADEC	176	36'53	Veterano Masc (B)	M	14
115	522	VALDEMAR ALVES	38	INDIVIDUAL	179	37'17	Veterano Masc (A)	M	14
116	302	JORGE GONÇALVES	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	180	37'18	Veterano Masc (A)	M	14
117	300	VITOR SILVA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	181	37'19	Veterano Masc (A)	M	14
118	373	JOSE SANTOS	27	CIRAC	182	38'04	Veterano Masc (A)	M	14
119	371	JORGE MOTA	27	CIRAC	183	38'05	Veterano Masc (A)	M	14
120	560	JOSE SILVA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	184	38'07	Veterano Masc (B)	M	14
121	321	PEDRO LEAL	18	CAO	185	38'08	Veterano Masc (A)	M	14
122	229	AGOSTINHO LEAL	10	AFIS	186	38'09	Veterano Masc (B)	M	14
123	366	JOAQUIM AMIEIRO	25	CENAP	187	38'11	Veterano Masc (B)	M	14
124	363	JOSE RESENDE	25	CENAP	188	38'23	Veterano Masc (A)	M	14
125	484	VIRGULINO BASTOS	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	191	38'29	Veterano Masc (A)	M	14
126	592	EDMUNDO GUEDES	44	NAC	192	38'29	Veterano Masc (B)	M	14
127	521	RUI LUIS	38	INDIVIDUAL	193	38'33	Veterano Masc (A)	M	14
128	381	FRANCISCO RIBEIRO	27	CIRAC	194	38'35	Veterano Masc (B)	M	14
129	425	ALBERTO SILVA	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	195	38'37	Veterano Masc (B)	M	14
130	499	JORGE SILVA	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	196	38'42	Veterano Masc (A)	M	14
131	428	LUCIDIO DIAS	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	198	38'46	Veterano Masc (B)	M	14
132	181	ANTONIO COSTA	6	ACDL S. JOAO DE VER	200	39'00	Veterano Masc (A)	M	14
133	306	JOAO PINTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	201	39'02	Veterano Masc (A)	M	14
134	440	NARCISO ARROMBA	33	CLUBE VET. ATLETISMO COIMBRA	202	39'04	Veterano Masc (B)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANOS CL. P/EQUIPAS						CLS. INDIVIDUAL			
CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
135	188	MANUEL PINTO	7	ACREFA	205	39'17	Veterano Masc (B)	M	14
136	176	JORGE SILVA	6	ACDL S. JOAO DE VER	206	39'20	Veterano Masc (A)	M	14
137	441	AFONSO MACEDO	33	CLUBE VET. ATLETISMO COIMBRA	208	39'27	Veterano Masc (B)	M	14
138	683	RICARDO BASTOS	43	MILLENIUN BCP	210	39'27	Veterano Masc (A)	M	14
139	344	ALCINO COUTINHO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	211	39'28	Veterano Masc (B)	M	14
140	377	SERAFIM SILVA	27	CIRAC	212	39'28	Veterano Masc (B)	M	14
141	651	ARMINSDO SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	213	39'30	Veterano Masc (A)	M	14
142	372	AMADEU CRUZ	27	CIRAC	217	39'37	Veterano Masc (A)	M	14
143	304	ANTONIO G. SILVA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	218	39'46	Veterano Masc (A)	M	14
144	675	JULIO TAVARES	46	VILLA CESARI/OPINLUX	219	39'47	Veterano Masc (B)	M	14
145	427	ERNESTO ARVALHO	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	221	39'55	Veterano Masc (B)	M	14
146	426	CONSTANTINO SANTOS	30	CLUBE FUT UNIAO LAMAS	223	40'00	Veterano Masc (B)	M	14
147	673	VITOR SA	46	VILLA CESARI/OPINLUX	224	40'06	Veterano Masc (A)	M	14
148	379	LAUREANO COSTA	27	CIRAC	226	40'30	Veterano Masc (B)	M	14
149	207	M.AUGUSTO OLIVEIRA	8	ADEC	227	40'36	Veterano Masc (A)	M	14
150	559	CARLOS ALMEIDA	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	230	40'55	Veterano Masc (B)	M	14
151	348	MANUEL CARTAXO	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	231	40'58	Veterano Masc (B)	M	14
152	313	ADRIANO GRILO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	232	41'07	Veterano Masc (B)	M	14
153	556	CARLOS TAVARES	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	233	41'30	Veterano Masc (A)	M	14
154	604	SIMÃO MENDES	46	OS PASSARÕES	235	41'41	Veterano Masc (B)	M	14
155	699	JOAQUIM RODRIGUES	38	INDIVIDUAL	236	42'12	Veterano Masc (A)	M	14
156	603	JOAQUIM FERREIRA	46	OS PASSARÕES	237	42'17	Veterano Masc (B)	M	14
157	601	ANTONIO SANTOS	46	OS PASSARÕES	238	42'23	Veterano Masc (B)	M	14
158	298	EMIDIO PINHEIRO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	239	42'28	Veterano Masc (A)	M	14
159	227	JOSE RODRIGUES	10	AFIS	240	42'30	Veterano Masc (A)	M	14
160	308	BERNARDO ALMEIDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	241	42'36	Veterano Masc (A)	M	14
161	378	JOAQUIM OLIVEIRA	27	CIRAC	242	42'37	Veterano Masc (B)	M	14
162	345	MANUEL PEREIRA	21	CASA PESSOAL UNIVER. COIMBRA	245	42'57	Veterano Masc (B)	M	14
163	311	ANTONIO AZEVEDO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	247	42'59	Veterano Masc (B)	M	14
164	315	ALBANO MIRANDA	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	249	43'23	Veterano Masc (B)	M	14
165	375	ADAO PINHO	27	CIRAC	252	43'50	Veterano Masc (B)	M	14
166	312	MANUEL COUTO	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	255	44'17	Veterano Masc (B)	M	14
167	681	FERNANDO PINHO	38	INDIVIDUAL	260	45'57	Veterano Masc (A)	M	14
168	314	ABEL SANTOS	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	261	46'10	Veterano Masc (B)	M	14
169	600	MANUEL ANDRADE	46	OS PASSARÕES	265	47'01	Veterano Masc (A)	M	14
170	213	ALBINO COSTA	8	ADEC	267	47'02	Veterano Masc (B)	M	14
171	591	ANTONIO SANTOS	44	NAC	270	49'34	Veterano Masc (A)	M	14
172	605	JOSE RESENDE	46	OS PASSARÕES	271	54'15	Veterano Masc (B)	M	14

9º GRANDE PRÉMIO ATLETISMO ADEC-ms MACIEIRA DE SARNES
13 de Março de 2011

VETERANAS FEMININAS	CLS. INDIVIDUAL
----------------------------	------------------------

CL.	Dorsal	Nome	NºEq.	Clube/Equipa	Lg.Geral	TEMPO	Escalão	Sx	Corr.
1	489	ALZIRA DIREITINHO	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	197	38'43	Veterano Fem	F	13
2	151	ADELIA TAVARES	4	A D C C J CLARK	207	39'27	Veterano Fem	F	13
3	185	GRAÇA LEITE	7	ACREFA	216	39'35	Veterano Fem	F	13
4	452	MARIA FERNANDES	35	G D LOUROCOOP	222	39'57	Veterano Fem	F	13
5	461	MARIA ODETE CRUZ	36	GIRASOL	228	40'41	Veterano Fem	F	13
6	385	CLEMENTINA ANDRADE	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	256	44'18	Veterano Fem	F	13
7	628	FATIMA SILVA	46	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	264	46'38	Veterano Fem	F	13
8	471	FATIMA ALMEIDA	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	266	47'02	Veterano Fem	F	13
9	318	MATILDE LEAL	18	CAO	269	49'32	Veterano Fem	F	13
10									

BENJAMINS FEMININOS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	1	2	16	19
2º	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	6	7	19	32
3º	52	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	5	17	20	42



6°

BENJAMINS FEMININOS							
COLECTIVA							

5°	55	VILLA CESARI/OPINLUX	9	12	29	50
6°	4	A D C C J CLARK	11	14	26	51
7°	2	A R D ESCAPAES	8	15	32	55

BENJAMINS MASCULINOS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	6	ACDL S. JOAO DE VER	5	7	9	21
2º	2	A R D ESCAPAES	10	12	21	43
3º	8	ADEC	6	8	29	43
4º	52	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	13	14	17	44
5º	29	CLUBE DESPORT. CAMPINHO	16	19	22	57
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!

INFANTIS FEMININOS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	52	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	4	15	16	35
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!

INFANTIS MASCULINOS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	3	A C R VALE CAMBRA	3	5	11	19
2º	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	2	8	19	29
3º	40	JUV ATLETICA MOZELENSE	7	10	13	30
4º	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	14	16	17	47
5º	44	NAC	12	15	21	48
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!

INICIADOS MASCULINOS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	6	ACDL S. JOAO DE VER	5	7	8	20
2º	52	SERV. SOCIAIS S. JOAO MADE.	6	10	11	27
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!

JUNIORES-SÉNIORES VETERANAS FEMININOS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	4	A D C C J CLARK	5	11	23	39
2º	7	ACREFA	12	13	16	41
3º	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	6	21	29	56
4º	35	G D LOUROCOOP	14	17	26	57
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!

JUNIORES SÉNIORES - 7000 Mts**COLECTIVA**

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	44	NAC	3	8	9	20
2º	39	JOBRA	2	7	26	35
3º	3	A C R VALE CAMBRA	4	14	22	40
4º	37	GR JUVENIL PINHEIRO BEMPOSTA	13	24	27	64
5º	24	CDCR DOS CTT COIMBRA	19	20	43	82
6º	28	CLUBE CAMPISMO S.J.MADEIRA	21	30	36	87
7º	6	ACDL S. JOAO DE VER	23	38	42	103
8º	4	A D C C J CLARK	32	33	54	119
9º	38	GR.DESP. S. PAIO DE OLEIROS	28	45	47	120
10º	17	CALDAS S. JORGE SPORT CLUB	41	53	56	150
#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!	#NÚM!

VETERANOS CL. P/EQUIPAS
COLECTIVA

Class.	Nº Equipe	Nome Equipe	1ºClas	2ºClas	3ºClas	T.Pontos
1º	12	ARADA ATLETICO CLUB	2	4	8	14
2º	13	ASS RECR. ESTRELAS DO SUL	3	6	9	18
3º	44	NAC	5	7	22	34
4º	3	A C R VALE CAMBRA	1	28	33	62
5º	19	CASA ADRIANO ASTROMIL	14	25	39	78
6º	10	AFIS	21	23	45	89