



7ª Edição dos Trilhos de Almourol

Data: 03 de Abril de 2016

Localidade: Entroncamento

Organização: CLAC Entroncamento

Cronometragem: Trilho Perdido Cronometragens

Pos.	Dorsal	Nome	Clube	Cat.	P.Cat.	Tempo	T/Km.	Dif.
1	173	Nádia Casteleiro	Papa Trilhos do CAAL	MT FS	1	5:04:51.49	07:16	
2	297	Helena Silva		MT F45	1	5:27:33.91	07:48	0:22:43
3	96	Teresa Bemfeita	Trilho Perdido Eventos/Nutrimania	MT FS	2	5:49:08.44	08:19	0:44:17
4	203	Claudia Pargana	Run 4 Fun	MT F50	1	5:54:11.59	08:26	0:49:21
5	132	Ana Duarte	Kaninos	MT F45	2	5:56:57.72	08:30	0:52:07
6	82	Adelaide Araujo	Runners da Frente Ribeirinha da Póvoa de Santa Iri	MT F40	1	6:02:56.60	08:38	0:58:06
7	161	Carla Costa	Runners da Frente Ribeirinha da Póvoa de Santa Iri	MT F40	2	6:09:58.80	08:49	1:05:08
8	74	Celia Nuno	HAND2HAND	MT F45	3	6:20:18.60	09:03	1:15:28
9	199	Alejandra Freitas		MT FS	3	6:20:37.04	09:04	1:15:46
10	72	Fernanda França	Clube Ogma	MT F40	3	6:27:41.63	09:14	1:22:51
11	227	Catarina Silva	Irun	MT F45	4	6:33:09.15	09:22	1:28:18
12	192	Marilia Noro	Papa Trilhos do CAAL	MT FS	4	6:34:06.31	09:23	1:29:15
13	241	Ana Pipio	Teoria do Nos	MT F40	4	6:40:15.18	09:32	1:35:24
14	216	Dália Rato	Boot Camp Sesimbra	MT F50	2	6:41:07.86	09:33	1:36:17
15	208	Teresa Afonso	Proaventuras	MT FS	5	6:41:08.34	09:33	1:36:17
16	165	Claudia Duarte	Azeitão Night Runners	MT FS	6	6:42:32.22	09:35	1:37:41
17	222	Marketa Martins	South London Harriers	MT FS	7	6:57:07.91	09:56	1:52:17
18	154	Helena Pinto	Alverca Urban Runners	MT FS	8	7:03:23.94	10:05	1:58:33
19	160	Mafalda Faria	Clube NB	MT FS	9	7:04:29.27	10:06	1:59:38
20	83	Paula Pontinha	Runners da Frente Ribeirinha da Póvoa de Santa Iri	MT F40	5	7:06:55.95	10:10	2:02:05
21	217	Telma Pires	Alverca Urban Runners	MT FS	10	7:21:00.51	10:30	2:16:10
22	212	Célia Azenha	Associação de Atletismo Lebres do Sado	MT F50	3	7:32:05.61	10:46	2:27:15
23	54	Carla Talaia	Urban Trail Samora Correia	MT FS	11	7:39:15.77	10:56	2:34:25
24	287	Anabela Constante	DerreteBanha	MT F40	6	7:47:14.40	11:07	2:42:23
25	106	Maria João Regalo		MT F40	7	7:47:14.47	11:07	2:42:23
26	261	Lucilia Faustino	Azeitão Night Runners	MT FS	12	7:53:34.54	11:17	2:48:44
27	39	Patrícia Santos	Salamandrecos	MT F45	5	8:01:02.39	11:27	2:56:11
28	226	Elsa Mota	Run 4 Fun	MT F50	4	8:15:46.62	11:48	3:10:56
29	168	Isadora Costa	4 ao Km	MT FS	13	8:30:26.55	12:09	3:25:36
30	196	Cláudia Esteves	Alverca Urban Runners	MT FS	14	8:36:38.33	12:18	3:31:47
31	224	Joana Barros	Cascais FotoTrail Running	MT FS	15	9:08:09.44	13:03	4:03:18
32	281	Carla Oliveira		MT F40	8	9:57:35.32	14:14	4:52:44