

# Trilhos do Almourol

## 10ª Edição - 2019

### Classificação Escalões

#### Trail Longo Masculino

##### M Sub 23

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	21	Miguel Arsénio	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	3	<b>03:10:44</b>	
2	178	Ricardo Fonseca	VITÓRIA FC Trail Running	41	<b>04:08:13</b>	00:57:29
3	38	Henrique Dias	Caracol Trail Team	45	<b>04:11:47</b>	01:01:03

##### M Seniores

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	7	Aite Tamang	VITÓRIA FC Trail Running	1	<b>03:08:46</b>	
2	179	António Almeida	VITÓRIA FC Trail Running	2	<b>03:08:56</b>	00:00:10
3	8	Luís Semedo	AC Portalegre / UTSM	4	<b>03:11:51</b>	00:03:05
4	180	Diogo Baena	VITÓRIA FC Trail Running	5	<b>03:13:28</b>	00:04:42
5	182	João da Costa Lopes	VITÓRIA FC Trail Running	6	<b>03:19:02</b>	00:10:16
6	211	Hélder Lopes Grosso	VITÓRIA FC Trail Running	7	<b>03:26:48</b>	00:18:02
7	199	Filipe Costa	Clube Desportivo de Espite	9	<b>03:29:36</b>	00:20:50
8	176	Tiago Cantante Romã	Clube de Praças da Armada/CPA Trail Team	10	<b>03:30:02</b>	00:21:16
9	183	Pedro Ribeiro	VITÓRIA FC Trail Running	11	<b>03:32:39</b>	00:23:53
10	79	Gonçalo Carita	AC Portalegre / UTSM	13	<b>03:37:00</b>	00:28:14
11	283	Sérgio Correia	Zona Alta Trail	16	<b>03:41:54</b>	00:33:08
12	303	Miguel Cotrim	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	17	<b>03:42:49</b>	00:34:03
13	125	Luís Silva	Clube de Praças da Armada/CPA Trail Team	18	<b>03:44:07</b>	00:35:21
14	272	Carlos Bárbara	A. C. S. Mamede	19	<b>03:44:31</b>	00:35:45
15	281	João Fernandes	Zona Alta Trail	20	<b>03:45:34</b>	00:36:48
16	279	André Rosário	Zona Alta Trail	22	<b>03:47:08</b>	00:38:22
17	193	Bruno Gonçalves	Montanha Clube Trail Running/Efapel	23	<b>03:50:54</b>	00:42:08
18	257	Ricardo Mordomo	Clube Desportivo de Espite	24	<b>03:51:46</b>	00:43:00
19	63	Fabio Mendes	Montanha Clube Trail Running/Efapel	26	<b>03:53:06</b>	00:44:20
20	270	Ricardo Carreira	A. C. S. Mamede	27	<b>03:53:23</b>	00:44:37
21	165	Ricardo Ferreira	Trilhos dos Templários / XPORFIT	29	<b>03:55:52</b>	00:47:06
22	295	Miguel Lopes	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	30	<b>03:57:08</b>	00:48:22
23	81	David Gonçalves		31	<b>03:58:30</b>	00:49:44
24	225	Luís Narciso	O Mundo da Corrida	35	<b>04:01:30</b>	00:52:44
25	170	João Grade	Trilhos dos Templários / XPORFIT	36	<b>04:04:39</b>	00:55:53
26	195	Micael Costa	Clube Desportivo de Espite	46	<b>04:13:07</b>	01:04:21
27	61	Pedro Freitas	Caracol Trail Team	50	<b>04:18:02</b>	01:09:16
28	261	Filipe Rodrigues	OzXtreme/ADCRPereira	51	<b>04:18:38</b>	01:09:52
29	16	Miguel Ferreira	União FCI de Tomar	52	<b>04:19:29</b>	01:10:43
30	24	David Sousa	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	55	<b>04:19:55</b>	01:11:09
31	106	Diogo Roberto		59	<b>04:24:26</b>	01:15:40

32	203	Adriano Simplicio		62	<b>04:29:53</b>	01:21:07
33	286	Tiago Almeida	Grupo Sportivo Adicense	63	<b>04:31:58</b>	01:23:12
34	184	Ricardo Conde	Boavista Trail	64	<b>04:32:05</b>	01:23:19
35	119	José Pereira	Phoenix EvoRun	65	<b>04:33:57</b>	01:25:11
36	35	Nuno Nunes	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	67	<b>04:35:10</b>	01:26:24
37	139	Weslen Lucena	Madrugas	72	<b>04:37:13</b>	01:28:27
38	287	Rodrigo Nogueira		73	<b>04:37:17</b>	01:28:31
39	85	Rui Pena	COA / Corvus Trail Team	75	<b>04:39:18</b>	01:30:32
40	72	Hugo Pinto	Clube Efacec	80	<b>04:41:13</b>	01:32:27
41	48	Nuno Granadas	Turres Trail Team	81	<b>04:41:26</b>	01:32:40
42	249	Dinis Santos	Clube Desportivo de Espite	82	<b>04:41:31</b>	01:32:45
43	209	Hugo Lopes	Abutres	84	<b>04:42:09</b>	01:33:23
44	37	Gonçalo Silva	Caracol Trail Team	85	<b>04:42:16</b>	01:33:30
45	36	Carlos Mendes	Caracol Trail Team	86	<b>04:42:23</b>	01:33:37
46	266	Leonardo Araújo	BlackBulls / Clube de Condeixa	88	<b>04:43:03</b>	01:34:17
47	250	Tiago Gregório	S C Povoense - Caracóis de Corrida	91	<b>04:48:13</b>	01:39:27
48	201	Marco Mendes	Associação Pombal Jovem	92	<b>04:48:43</b>	01:39:57
49	149	Tiago Fernandes	Grupo Desportivo da Parreira	97	<b>04:54:05</b>	01:45:19
50	215	Artur Vasques	Grupo Desportivo de Mêda	103	<b>05:02:45</b>	01:53:59
51	31	Vitor Camões		112	<b>05:10:18</b>	02:01:32
52	64	João Laranjeira	ADE Trail Running	116	<b>05:12:38</b>	02:03:52
53	34	Vitor Pereira	Águeda Action Club - ACTIB	118	<b>05:14:25</b>	02:05:39
54	133	José Santos	Tintol Runners	119	<b>05:14:39</b>	02:05:53
55	15	Mário Caridade	COA / Corvus Trail Team	122	<b>05:16:56</b>	02:08:10
56	269	Hugo Carreira Brasan	A. C. S. Mamede	125	<b>05:19:49</b>	02:11:03
57	284	Ruben Duque	Zona Alta Trail	130	<b>05:29:17</b>	02:20:31
58	280	Diogo Maia	Zona Alta Trail	135	<b>05:32:48</b>	02:24:02
59	76	Nuno Ferreira	Clube Vodafone	137	<b>05:34:44</b>	02:25:58
60	273	David Teixeira	C+Runners	142	<b>05:38:00</b>	02:29:14
61	52	David Clemente	CUAB	150	<b>05:44:36</b>	02:35:50
62	66	Ricardo Pato	Strendure Running Team	160	<b>05:50:40</b>	02:41:54
63	26	Miguel Henriques	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	164	<b>05:54:13</b>	02:45:27
64	114	Renato Esteves	Trilhos dos Templários / XPORFIT	166	<b>05:58:21</b>	02:49:35
65	192	Sérgio Simões		177	<b>06:13:04</b>	03:04:18
66	29	Ricardo Patrício	Equipa da Treta	181	<b>06:20:09</b>	03:11:23
67	86	Luiz Felicio	Os Trinca Espinhas	182	<b>06:21:58</b>	03:13:12
68	101	João Bento	Os Ponta Branca / UDA	183	<b>06:25:43</b>	03:16:57
69	291	Hélio Correia	Grupo Sportivo Adicense	184	<b>06:26:30</b>	03:17:44
70	221	Ricardo Pereira	GRVilaverdense	187	<b>06:30:53</b>	03:22:07
71	226	Claudio Sequeira		189	<b>06:35:55</b>	03:27:09
72	90	Jorge Sousa		191	<b>06:38:46</b>	03:30:00
73	140	André Pinto		192	<b>06:45:03</b>	03:36:17
74	67	Alvaro Vale	ADE Trail Running	200	<b>07:24:44</b>	04:15:58
75	30	Cláudio Patrício	Equipa da Treta	203	<b>08:55:29</b>	05:46:43

**M 40**

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	186	Carlos Caldera	VITÓRIA FC Trail Running	12	<b>03:35:23</b>	
2	181	Custodio António	VITÓRIA FC Trail Running	14	<b>03:38:14</b>	00:02:51
3	185	Gervásio Garcia	VITÓRIA FC Trail Running	15	<b>03:38:59</b>	00:03:36
4	232	Rogério Guerreiro Cos	VITÓRIA FC Trail Running	21	<b>03:47:06</b>	00:11:43
5	296	Hélder Pereira	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	25	<b>03:52:45</b>	00:17:22
6	167	Luís Alexandre	Trilhos dos Templários / XPORFIT	28	<b>03:54:07</b>	00:18:44
7	267	Nuno Cardoso		32	<b>03:58:34</b>	00:23:11
8	282	Miguel Ribeiro	Zona Alta Trail	33	<b>03:59:50</b>	00:24:27
9	299	Luís Graça	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	37	<b>04:05:31</b>	00:30:08
10	144	Hugo Miguel	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	39	<b>04:06:17</b>	00:30:54
11	260	José Miguel Pereira	ATR - Algarve Trail Running	42	<b>04:08:37</b>	00:33:14
12	70	Hélder Pinto	CCRD Burinhosa	47	<b>04:14:59</b>	00:39:36
13	213	Paulo Nogueira	Montanha Clube Trail Running/Efapel	54	<b>04:19:37</b>	00:44:14
14	294	Abel Valente	Regimento de Engenharia Nº 1	61	<b>04:29:40</b>	00:54:17
15	143	Paulo Alves	Stravistas Venda Pinheiro	70	<b>04:35:41</b>	01:00:18
16	205	Ricardo Massena Gag	Salamandrecos	76	<b>04:39:32</b>	01:04:09
17	297	Rodrigo Lopes	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	78	<b>04:40:03</b>	01:04:40
18	58	António Simões	Rx Runners	79	<b>04:41:06</b>	01:05:43
19	172	Rui Gonçalves		83	<b>04:41:34</b>	01:06:11
20	116	Humberto Pestana	AD IALBAX	89	<b>04:46:14</b>	01:10:51
21	189	Ricardo Monraia	AD IALBAX	100	<b>04:57:02</b>	01:21:39
22	175	Luís Simões	Trail doTexugo - Redondo	104	<b>05:02:55</b>	01:27:32
23	161	Sérgio Costa		107	<b>05:03:45</b>	01:28:22
24	231	Faustino Matos		109	<b>05:05:03</b>	01:29:40
25	155	Pedro Machado	Shots International Runners / Kansa	111	<b>05:09:54</b>	01:34:31
26	187	Amílcar Ramos	GRVilaverdense	117	<b>05:14:10</b>	01:38:47
27	198	Miguel Marques	Palmelense FC	121	<b>05:16:11</b>	01:40:48
28	247	Sandro Rodrigues	Aurora Trail	136	<b>05:33:51</b>	01:58:28
29	255	Lourenço Bray		138	<b>05:34:55</b>	01:59:32
30	51	Artur Costa	Rx Runners	140	<b>05:35:46</b>	02:00:23
31	146	Nuno Gonçalves	BRT - Beer Run Team	144	<b>05:39:35</b>	02:04:12
32	173	Rui Farinha	Os Matrecos	146	<b>05:42:18</b>	02:06:55
33	56	Nuno Marques	Santana Futebol Clube - Trail Team	147	<b>05:43:33</b>	02:08:10
34	194	Pedro Cruz	Clube Efacec	148	<b>05:43:38</b>	02:08:15
35	289	Pedro Lopes		153	<b>05:45:54</b>	02:10:31
36	168	Marco Soares	Trilhos dos Templários / XPORFIT	154	<b>05:46:46</b>	02:11:23
37	242	Ricardo Dengue		155	<b>05:47:35</b>	02:12:12
38	293	António Marques	Regimento de Engenharia Nº 1	156	<b>05:48:30</b>	02:13:07
39	312	Nuno Freitas	Grupo Sportivo Adicense	159	<b>05:49:16</b>	02:13:53
40	151	Ricardo Godinho	Monsanto Running Team	163	<b>05:53:51</b>	02:18:28
41	234	José Fontinha	COA / Corvus Trail Team	175	<b>06:11:59</b>	02:36:36
42	223	Carlos Cardoso	Somais1km	178	<b>06:14:23</b>	02:39:00
43	214	Gustavo Baeta	SantiagoBikes	179	<b>06:15:00</b>	02:39:37

44	97	Rui Marguilho	Algarunners	180	<b>06:19:35</b>	02:44:12
45	98	Luís Cruz		185	<b>06:29:11</b>	02:53:48
46	233	Joel Jacinto	GRVilaverdense	186	<b>06:30:52</b>	02:55:29
47	117	Paulo Alves	ARCD Venda da Luisa	188	<b>06:33:29</b>	02:58:06
48	320	Bruno Correia		190	<b>06:37:01</b>	03:01:38
49	156	Miguel Vitorino	Caracol Trail Team	198	<b>06:56:36</b>	03:21:13
50	39	José Garcez	Évora Night Runners	199	<b>07:00:45</b>	03:25:22

### **M 45**

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	20	Pedro Pinheiro	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	34	<b>04:00:13</b>	
2	126	Manuel de Sousa	Clube de Praças da Armada/CPA Trail Team	38	<b>04:05:41</b>	00:05:28
3	138	José Barrinha	Clube de Futebol Guadiana	40	<b>04:06:21</b>	00:06:08
4	228	José Ferreira	Painho Trail	43	<b>04:08:40</b>	00:08:27
5	44	Paulo Roque		44	<b>04:11:03</b>	00:10:50
6	148	Pedro Xavier Santos	Grupo Desportivo Santander Totta	48	<b>04:15:17</b>	00:15:04
7	246	Paulo Alves	Montanha Clube Trail Running/Efapel	53	<b>04:19:32</b>	00:19:19
8	274	Duarte Gil Barbosa	Hora do Lobo	57	<b>04:23:56</b>	00:23:43
9	123	João Nepomuceno	Dá-lhe Gás Team	60	<b>04:25:10</b>	00:24:57
10	60	Eurico Rosado	Matilha Running	74	<b>04:38:44</b>	00:38:31
11	302	Vítor Santos	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	87	<b>04:42:31</b>	00:42:18
12	244	José Miguel Santos	S C Povoense - Caracóis de Corrida	95	<b>04:52:06</b>	00:51:53
13	132	Roberto Caneira	SCD Glória do Ribatejo	96	<b>04:54:02</b>	00:53:49
14	163	Vitor Diniz	Tomar Runners	98	<b>04:54:16</b>	00:54:03
15	83	Gonçalo Rijo		101	<b>04:57:22</b>	00:57:09
16	17	Simão Petulante	COA / Corvus Trail Team	102	<b>04:59:51</b>	00:59:38
17	54	Pedro Tavares	AC Portalegre / UTSM	106	<b>05:03:14</b>	01:03:01
18	87	António Lopes	SCD Glória do Ribatejo	115	<b>05:11:28</b>	01:11:15
19	219	Carlos Martins	GDC Fidelidade	128	<b>05:28:43</b>	01:28:30
20	102	Rui Marçal	Pace.Makers	129	<b>05:28:49</b>	01:28:36
21	95	Rui Azevedo	Matilha Running	133	<b>05:30:18</b>	01:30:05
22	111	Nuno Almeida	Grupo Desportivo Santander Totta	134	<b>05:30:25</b>	01:30:12
23	118	Carlos lourenço	Pinhal Total - Oleiros Aventura	143	<b>05:38:39</b>	01:38:26
24	292	Arlindo Domingues	Regimento de Engenharia Nº 1	145	<b>05:40:19</b>	01:40:06
25	49	Mário Ferreira	Clube Efacec	149	<b>05:43:58</b>	01:43:45
26	92	Nuno Barata	COA / Corvus Trail Team	151	<b>05:45:00</b>	01:44:47
27	113	João Barros	BIMec	158	<b>05:48:32</b>	01:48:19
28	177	Augusto Sousa	Clube de Atletismo Trail Runners da Ponte	168	<b>06:00:36</b>	02:00:23
29	53	João Silva	COA / Corvus Trail Team	169	<b>06:03:24</b>	02:03:11
30	318	Rui Manuel Pinho		170	<b>06:04:09</b>	02:03:56
31	174	Anselmo Maia		171	<b>06:04:19</b>	02:04:06
32	45	João Henriques	SS CGD	172	<b>06:05:43</b>	02:05:30
33	142	Miguel Tavares	BRT - Beer Run Team	173	<b>06:06:55</b>	02:06:42

### **M 50**

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	127	Virgílio Gomes	Clube de Praças da Armada/CPA Trail Team	8	<b>03:28:14</b>	

2	304	António Soares	OPraticante.pt	49	<b>04:16:44</b>	00:48:30
3	154	José Fonseca	União FCI de Tomar	58	<b>04:24:13</b>	00:55:59
4	107	Mario Rodrigues	Federação família para paz mundial e unificação	66	<b>04:34:41</b>	01:06:27
5	300	João Sanches	Clube de Atletismo de Ferreira do Zêzere	68	<b>04:35:29</b>	01:07:15
6	153	Miguel Saraiva	CA Barreira	90	<b>04:46:52</b>	01:18:38
7	276	Rui Magalhães	Clube Millennium BCP	94	<b>04:49:55</b>	01:21:41
8	33	Miguel António Pereir	Madrugas	99	<b>04:54:24</b>	01:26:10
9	311	Francisco Martins	Casa do Benfica em Abrantes	105	<b>05:03:07</b>	01:34:53
10	41	Miguel Duarte Pedro	Salamandrecos	110	<b>05:06:17</b>	01:38:03
11	188	José Raposo	Grupo Desportivo Santander Totta	113	<b>05:10:52</b>	01:42:38
12	319	José Carlos Leal Brito		120	<b>05:15:23</b>	01:47:09
13	243	João Maral	SS CGD	123	<b>05:17:01</b>	01:48:47
14	23	Luis Silva	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	124	<b>05:18:08</b>	01:49:54
15	94	Carlos Esteves	Matilha Running	132	<b>05:30:17</b>	02:02:03
16	220	Paulo Bispo	Clube de Atletismo Trail Runners da Ponte	139	<b>05:35:37</b>	02:07:23
17	171	João Martins	Caracol Trail Team	141	<b>05:36:38</b>	02:08:24
18	204	Carlos Costa	Traillers	152	<b>05:45:49</b>	02:17:35
19	71	Luís Emídio	COA / Corvus Trail Team	161	<b>05:51:32</b>	02:23:18
20	229	Pedro Amaral	Here for Beer	162	<b>05:53:15</b>	02:25:01
21	43	Vitor Afonso Lourenç	Jobrinde - Montes Saloios	193	<b>06:46:22</b>	03:18:08
22	131	Vitor Gonçalves	4 ao km	194	<b>06:47:16</b>	03:19:02
23	236	António Trindade	CALMA - Tomar	196	<b>06:53:13</b>	03:24:59
24	239	Alfredo Chambel		197	<b>06:56:01</b>	03:27:47
25	59	Marco Cardoso	Zona Alta Trail	201	<b>07:34:50</b>	04:06:36

### **M 55**

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	263	José Vital	CLAC Entroncamento / OndaTrilhos	56	<b>04:22:47</b>	
2	62	Leonel Campos	CLAC Entroncamento / OndaTrilhos	71	<b>04:36:26</b>	00:13:39
3	227	Renato Barros	Montanha Clube Trail Running/Efapel	108	<b>05:04:52</b>	00:42:05
4	275	Carlos Costa	Clube Millennium BCP	165	<b>05:58:20</b>	01:35:33
5	235	Carlos Eira	CALMA - Tomar	167	<b>05:58:30</b>	01:35:43

### **M 60**

Pos.	Pei.	Nome	Clube	Geral	Tempo	Dif.
1	145	Fernando Oliveira	Hora do Lobo Trail - CF Perosinho - Atletismo	69	<b>04:35:33</b>	
2	200	Joaquim Teixeira	Caracol Trail Team	77	<b>04:39:45</b>	00:04:12
3	251	Cirilo Formiga	Zimbra Fox Runners	93	<b>04:49:48</b>	00:14:15
4	252	António Martins	Casa do Benfica em Abrantes	114	<b>05:11:09</b>	00:35:36
5	285	António Carvalho	Figueira Kayak Clube	126	<b>05:21:01</b>	00:45:28
6	109	Manuel Victorino	C.C.D."O Alvitejo"	127	<b>05:21:23</b>	00:45:50
7	100	Manuel Moreno	HL Runners Club	131	<b>05:29:26</b>	00:53:53
8	50	Gabriel Moreira		157	<b>05:48:31</b>	01:12:58
9	120	Severino Rosa	SS CGD	174	<b>06:11:05</b>	01:35:32
10	157	Carlos Rangel		176	<b>06:12:59</b>	01:37:26
11	224	Álvaro Furtado	SS CGD	195	<b>06:50:56</b>	02:15:23
12	88	António Pardal	Espaço Shambala	202	<b>07:56:05</b>	03:20:32