



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **F35**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	1	Rebeca Branco	Trail do Texugo	F	F35	02:57:57	100	54	120	70	344
2	2	Rute Martins	COA - Corvus Trail Team	F	F35	02:59:40	99	54	120	60	333
3	3	Célia Sol	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	F	F35	03:14:48	91	54	120	55	320
4	6	Sofia Nunes	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	F	F35	03:26:37	86	54	120	50	310
5	20	Florencia Amonsky	AB Cansados Trail	F	F35	04:00:55	74	54	120	45	293
6	23	Isabel Bué	Trilhos Do Costume	F	F35	04:10:43	71	54	120	41	286
7	26	Valérie Santos	Casa Do Benfica Em Abrantes	F	F35	04:19:07	69	54	120	37	280
8	31	Carla Matos	Monsanto Running Team	F	F35	04:44:20	63	54	120	33	270
9	35	Alexandra Biscaia	Ataca a Montanha	F	F35	05:00:41	59	54	120	30	263



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **F40**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	5	Ana Batista	Trilhos Do Costume	F	F40	03:22:50	100	54	120	70	344
2	7	Bárbara Marques	Santana F C-Trail Team	F	F40	03:28:26	97	54	120	60	331
3	8	Sonia Neto	Tomar Runners	F	F40	03:30:08	97	54	120	55	326
4	9	Cláudia Simão	Pace.Makers	F	F40	03:31:48	96	54	120	50	320
5	13	Ana Marques	Desafios Positivos D+	F	F40	03:45:27	90	54	120	45	309
6	19	Carlinha Jesus	Desafios Positivos D+	F	F40	04:00:20	84	54	120	41	299
7	25	Maria Almeida	Ja foste	F	F40	04:14:17	80	54	120	37	291
8	28	Patrícia Piedade	PUXA POR TI	F	F40	04:28:02	76	54	120	33	283
9	29	Anabela Pereira	Runners da Frente Ribeirinha da	F	F40	04:35:31	74	54	120	30	278
10	34	Liliana Ferreira	Ataca a Montanha	F	F40	05:00:38	67	54	120	27	268



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **F45**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	4	Maria Ferreira	C.P. Alcanena Trail	F	F45	03:20:50	100	54	120	70	344
2	10	Sandra Santos	Team Santos Trail Running	F	F45	03:41:41	91	54	120	60	325
3	11	Mafalda Duarte	Xporfit Trail Running Team	F	F45	03:43:20	90	54	120	55	319
4	12	Sónia Marçal	Desafios Positivos D+	F	F45	03:44:01	90	54	120	50	314
5	17	Isabel Vedor	Morcegos trail	F	F45	03:59:23	84	54	120	45	303
6	21	Carla Neves	Machada Trail Team	F	F45	04:03:25	83	54	120	41	298
7	30	Anabela Sousa	Individual	F	F45	04:35:31	73	54	120	37	284
8	39	Carmen Cristino	Trilhos Do Costume	F	F45	05:43:47	58	54	120	33	265



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **F50**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	18	Anabela Santos	Desafios Positivos D+	F	F50	04:00:20	100	54	120	70	344
2	22	Maria Leandro	Machada Trail Team	F	F50	04:03:26	99	54	120	60	333
3	37	Gi Ribeiro	Santana F C-Trail Team	F	F50	05:26:30	74	54	120	55	303



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **F55**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	14	Sara Pedro	RÓÓDINHAS-Master Vantagem /	F	F55	03:45:53	100	54	120	70	344
2	27	Ana Monteiro	Trilhos Do Costume	F	F55	04:24:53	85	54	120	60	319
3	32	Célia Azenha	AA Lebres do Sado	F	F55	04:44:23	79	54	120	55	308
4	36	Margarida Monteiro	Alverca Urban Runners	F	F55	05:20:53	70	54	120	50	294



Trilhos das Dores

Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **F60**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	38	Adelaide Manhiça	Trilhos Do Costume	F	F60	05:43:46	100	54	120	70	344



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **FSen**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	15	Inês Claudina	Trilhos Do Costume	F	FSen	03:49:53	100	54	120	70	344
2	16	Vanessa Costa	Montes Saloios Trail Team	F	FSen	03:52:45	99	54	120	60	333
3	24	Catia Reis	Trilhos Do Costume	F	FSen	04:13:47	91	54	120	55	320
4	33	Isadora Costa	4 ao km	F	FSen	04:50:55	79	54	120	50	303



Trilhos das Dores Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Escalão: **M35**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	1	Pedro Ribeiro	Clube De Praças Da Armada	M	M35	02:17:04	100	54	120	70	344
2	3	Carlos Bárbara	A. C. S. Mamede	M	M35	02:19:19	98	54	120	60	332
3	11	Sérgio Campos	COA - Corvus Trail Team	M	M35	02:40:17	86	54	120	55	315
4	13	Miguel Bértolo	Fátima Trail Team	M	M35	02:42:49	84	54	120	50	308
5	18	Rodolfo Serra	Clube De Praças Da Armada	M	M35	02:46:52	82	54	120	45	301
6	19	Dino Bento	Casa Do Benfica Em Abrantes	M	M35	02:48:49	81	54	120	41	296
7	23	Rui Martins	COA - Corvus Trail Team	M	M35	02:53:12	79	54	120	37	290
8	25	Jorge Vieira	Fátima Trail Team	M	M35	02:54:20	79	54	120	33	286
9	26	David Gonçalves	Strendure Running Team	M	M35	02:54:23	79	54	120	30	283
10	28	Jorge Nabais	COA - Corvus Trail Team	M	M35	02:59:13	76	54	120	27	277
11	37	Nuno Pereira	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	M35	03:04:43	74	54	120	24	272
13	63	João Lopes	Rx Runners	M	M35	03:24:17	67	54	120	20	261
14	66	Pedro Santos	Fajarda Runners	M	M35	03:28:06	66	54	120	18	258
15	67	Bruno Castro	ADR - Amigos Do Atletismo De Av	M	M35	03:29:09	66	54	120	16	256
16	68	Vitor Ribeiro	R & W Alter Runners Associação	M	M35	03:29:09	66	54	120	14	254
17	84	Jorge Rodrigues	Alandroal United Runners	M	M35	03:44:36	61	54	120	13	248
18	89	Daniel Janeiro	GURUS-SUP	M	M35	03:49:07	60	54	120	12	246
19	91	Carlos Godinho	GURUS-SUP	M	M35	03:49:11	60	54	120	11	245
20	94	David Clemente	Michelin Runners	M	M35	03:54:43	58	54	120	10	242
21	96	Gonçalo Palma	Samorunning	M	M35	03:57:00	58	54	120	0	232
22	108	José Rufino	MBT- Monforte Bike Run Team	M	M35	04:10:53	55	54	120	0	229



Trilhos das Dores

Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Escalão: **M40**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	5	Ricardo Ferreira	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M40	02:27:36	100	54	120	70	344
2	9	Miguel Ribeiro	Zona Alta Trail	M	M40	02:39:58	92	54	120	60	326
3	10	Sergio Vieira	Fátima Trail Team	M	M40	02:39:59	92	54	120	55	321
4	14	Eurico Silva	Fátima Trail Team	M	M40	02:43:41	90	54	120	50	314
5	24	Cristóvão Ginja	M.D.R. Runners	M	M40	02:54:20	85	54	120	45	304
6	27	Paulo Ferreira	Clube EDP Lisboa	M	M40	02:57:58	83	54	120	41	298
7	31	André Duarte	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	M40	03:00:13	82	54	120	37	293
8	39	Jorge Gregório	Linces de Montemor	M	M40	03:06:11	79	54	120	33	286
9	41	Nelson Santos	PUXA POR TI	M	M40	03:09:19	78	54	120	30	282
10	42	Alexandre Cantanhede	Clube De Praças Da Armada	M	M40	03:09:40	78	54	120	27	279
11	44	Rui Ramos	O Mundo Da Corrida	M	M40	03:10:38	77	54	120	24	275
12	45	Antonio Maia	SARTIM	M	M40	03:11:29	77	54	120	22	273
13	47	José Duarte	Clac - Trail Team Entroncamento	M	M40	03:12:29	77	54	120	20	271
14	48	Filipe Gonçalves	Individual	M	M40	03:13:25	76	54	120	18	268
15	50	Bruno Pedro	Trail do Texugo	M	M40	03:14:52	76	54	120	16	266
16	52	Ricardo Apura	Quenianos Do Ribatejo	M	M40	03:16:23	75	54	120	14	263
17	54	Luis Santos	Ja foste	M	M40	03:17:16	75	54	120	13	262
18	57	Rodolfo Silva	Rodolfo Silva Seguros	M	M40	03:19:56	74	54	120	12	260
19	60	João Paveia	Desafios Positivos D+	M	M40	03:21:15	73	54	120	11	258
20	64	Valter Luis	Fátima Trail Team	M	M40	03:25:30	72	54	120	10	256
21	78	Sergio Belchior	Trail do Texugo	M	M40	03:43:10	66	54	120	0	240
22	79	Nuno Mendes	Xporfit Trail Running Team	M	M40	03:43:17	66	54	120	0	240
23	81	Mário Caridade	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	M40	03:44:17	66	54	120	0	240
24	85	César Bermúdez	Individual	M	M40	03:44:38	66	54	120	0	240
25	88	Rodrigo Tavares	Clube De Praças Da Armada	M	M40	03:48:27	65	54	120	0	239
26	90	Emanuel Janeiro	GURUS-SUP	M	M40	03:49:08	64	54	120	0	238
27	95	Bruno Pereira	Individual	M	M40	03:56:24	62	54	120	0	236
28	100	Carlos Marcos	Papatrilhos Vila Viçosa	M	M40	04:00:22	61	54	120	0	235
29	103	Pedro Santos	Individual	M	M40	04:05:00	60	54	120	0	234
30	114	Gonçalo Garcia	Individual	M	M40	04:28:01	55	54	120	0	229
31	116	Aurélio Vieira	lph2o.com	M	M40	04:57:12	50	54	120	0	224



Trilhos das Dores

Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Escalão: **M45**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	6	Luis Alexandre	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M45	02:31:54	100	54	120	70	344
2	12	Hugo Machado	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M45	02:41:37	94	54	120	60	328
3	17	Rui Silva	Salamandrecos	M	M45	02:46:19	91	54	120	55	320
4	22	Ricardo Goncalves	Fátima Trail Team	M	M45	02:50:57	89	54	120	50	313
5	29	Rui Dias	COA - Corvus Trail Team	M	M45	02:59:22	85	54	120	45	304
6	32	Rogério Fernandes	Trilhos Do Costume	M	M45	03:00:46	84	54	120	41	299
7	38	Vitor Pereira	Runners da Frente Ribeirinha da	M	M45	03:05:07	82	54	120	37	293
8	43	Gonçalo Rijo	Rijo Team	M	M45	03:09:48	80	54	120	33	287
9	58	Luis Ferreira	team roda encravada	M	M45	03:20:44	76	54	120	30	280
10	62	António Simões	Rx Runners	M	M45	03:24:13	74	54	120	27	275
11	65	Ricardo Santos	Clube EDP Lisboa	M	M45	03:27:54	73	54	120	24	271
12	71	Michel FN Michel	Fátima Trail Team	M	M45	03:32:45	71	54	120	22	267
13	80	Rogério Costa	Strendure Running Team	M	M45	03:43:46	68	54	120	20	262
14	82	Rui Esteves	TdC Running Team	M	M45	03:44:24	68	54	120	18	260
15	86	Rui Henriques	GAA VFX	M	M45	03:44:49	68	54	120	16	258
16	97	Paulo Domingues	Individual	M	M45	03:57:09	64	54	120	14	252
17	104	Nuno Figueiredo	Runners da Frente Ribeirinha da	M	M45	04:06:07	62	54	120	13	249
18	109	João Rodrigues	Salamandrecos	M	M45	04:13:22	60	54	120	12	246
19	110	José Silva	Trilhos Do Costume	M	M45	04:13:48	60	54	120	11	245
20	112	Jorge Nunes	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M45	04:19:35	59	54	120	10	243
21	113	João Simão	Trilhos Do Costume	M	M45	04:19:49	58	54	120	0	232
22	122	Fernando Ferreira	Trilhos Do Costume	M	M45	05:33:36	46	54	120	0	220
23	123	Rui Alves	Trilhos Do Costume	M	M45	05:33:36	46	54	120	0	220



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **M50**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	8	Manuel Fontinha	Grdc Leião Cobras Trailistas	M	M50	02:36:43	100	54	120	70	344
2	15	Paulo Moreira	U.D. Chamusca Trail	M	M50	02:44:47	95	54	120	60	329
3	36	Jorge Assunção	Trilhos Do Costume	M	M50	03:03:40	85	54	120	55	314
4	40	Vitor Diniz	Tomar Runners	M	M50	03:08:26	83	54	120	50	307
5	51	Carlos Tavares	ADSP	M	M50	03:15:05	80	54	120	45	299
6	55	Jorge Santos	Team Santos Trail Running	M	M50	03:17:33	79	54	120	41	294
7	56	Narciso Santos	300 VELHOS	M	M50	03:18:49	79	54	120	37	290
8	69	José Rocha	Trilhos Do Costume	M	M50	03:29:50	75	54	120	33	282
9	74	Mario Filipe	Trilhos Do Costume	M	M50	03:41:32	71	54	120	30	275
10	75	Luís Gonçalves	Trilhos Do Costume	M	M50	03:41:36	71	54	120	27	272
11	87	Pedro Aires	ADAR - Calçados Milénio	M	M50	03:45:50	69	54	120	24	267
12	92	Vitor Canto	Trilhos Do Costume	M	M50	03:49:57	68	54	120	22	264
13	98	Zé Pedro	Pace.Makers	M	M50	03:59:26	65	54	120	20	259
14	99	Paulo Silva	Desafios Positivos D+	M	M50	04:00:18	65	54	120	18	257
15	115	Vitor Gonçalves	4 ao km	M	M50	04:50:56	54	54	120	16	244
16	118	Vasco Biscoito	Ataca a Montanha	M	M50	05:00:45	52	54	120	14	240



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **M55**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	20	Paulo Correia	Go/Runners	M	M55	02:49:47	100	54	120	70	344
2	30	José Lopes	ACRMealhada	M	M55	02:59:26	95	54	120	60	329
3	33	J Ferreira	CdBbr	M	M55	03:01:14	94	54	120	55	323
4	34	David de Jesus	Pace.Makers	M	M55	03:01:52	93	54	120	50	317
5	61	Joaquim Martins	ACRMealhada	M	M55	03:22:01	84	54	120	45	303
6	72	Rui Barreto	Santana F C-Trail Team	M	M55	03:33:02	80	54	120	41	295
7	77	Luis Santana	Trilhos Do Costume	M	M55	03:43:05	76	54	120	37	287
8	83	Alcides Pereira	Runners da Frente Ribeirinha da	M	M55	03:44:25	76	54	120	33	283
9	102	Antonio Soares	OPraticante.pt	M	M55	04:03:27	70	54	120	30	274
10	107	Rui Mateus	Caldas corre +	M	M55	04:08:36	68	54	120	27	269



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **M60**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	73	Manuel Victorino	Ccd "O Alvitejo"	M	M60	03:35:15	100	54	120	70	344
2	76	Luís Nunes	Clube Atletismo de Óbidos	M	M60	03:42:17	97	54	120	60	331
3	93	Orlando Ferreira	Sabores do Paço/Zatopeques	M	M60	03:53:33	92	54	120	55	321
4	101	Carlos Rangel	Individual	M	M60	04:03:01	89	54	120	50	313
5	111	Fernando Vicente	Individual	M	M60	04:14:48	84	54	120	45	303
6	117	Joao Robalo	guerreiros do rio	M	M60	04:57:13	72	54	120	41	287



Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Escalão: **MSen**

Classif.		Atleta					Pontos				
Escal.	Geral	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
1	2	Francisco Reis	A. C. S. Mamede	M	MSen	02:17:05	100	54	120	70	344
2	4	Dinis Almeida	A. C. S. Mamede	M	MSen	02:25:07	94	54	120	60	328
3	7	João Tomas	A. C. S. Mamede	M	MSen	02:36:28	88	54	120	55	317
4	16	Luis Silva	AB Cansados Trail	M	MSen	02:45:23	83	54	120	50	307
5	21	Pedro Ferreira	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	MSen	02:49:49	81	54	120	45	300
6	35	Diogo Lino	U.D. Chamusca Trail	M	MSen	03:02:27	75	54	120	41	290
7	49	Pedro Almeida	Plant Fueled	M	MSen	03:14:33	70	54	120	37	281
8	53	Rafael Coelho	Quenianos Do Ribatejo	M	MSen	03:16:26	70	54	120	33	277
9	59	Daniel Martins	Trilho Dos Cágados - VCO	M	MSen	03:21:07	68	54	120	30	272
10	70	Pedro Nunes	Montanha Club Trail Running /Ef	M	MSen	03:31:45	65	54	120	27	266
11	105	José Baeta	FatRunners	M	MSen	04:06:08	56	54	120	24	254
12	106	Arpad Pozsonyi	R & W Alter Runners Associação	M	MSen	04:07:00	55	54	120	22	251
12	46	Bruno Cunha	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	MSen	03:12:11	71	54	120	22	267
13	119	João Afonso	Trio das Dores	M	MSen	05:20:52	43	54	120	20	237
14	120	Pedro Gil Gameiro	Trio das Dores	M	MSen	05:20:53	43	54	120	18	235
15	121	Gonçalo Santos	Trio das Dores	M	MSen	05:20:54	43	54	120	16	233