



# Trilhos das Dores Trail Longo



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Genero: **Feminino**

Classif.		Atleta					Pontos				
Geral	Escal.	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	<b>344</b>
2	2	Rute Martins	COA - Corvus Trail Team	F	F35	02:59:40	99	54	120	60	<b>333</b>
3	3	Célia Sol	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	F	F35	03:14:48	91	54	120	55	<b>320</b>
4	1	Maria Ferreira	C.P. Alcanena Trail	F	F45	03:20:50	89	54	120	50	<b>313</b>
5	1	Ana Batista	Trilhos Do Costume	F	F40	03:22:50	88	54	120	45	<b>307</b>
6	4	Sofia Nunes	Trilho Perdido Eventos / Imporlux	F	F35	03:26:37	86	54	120	41	<b>301</b>
7	2	Bárbara Marques	Santana F C-Trail Team	F	F40	03:28:26	85	54	120	37	<b>296</b>
8	3	Sonia Neto	Tomar Runners	F	F40	03:30:08	85	54	120	33	<b>292</b>
9	4	Cláudia Simão	Pace.Makers	F	F40	03:31:48	84	54	120	30	<b>288</b>
10	2	Sandra Santos	Team Santos Trail Running	F	F45	03:41:41	80	54	120	27	<b>281</b>
11	3	Mafalda Duarte	Xporfit Trail Running Team	F	F45	03:43:20	80	54	120	24	<b>278</b>
12	4	Sónia Marçal	Desafios Positivos D+	F	F45	03:44:01	79	54	120	22	<b>275</b>
13	5	Ana Marques	Desafios Positivos D+	F	F40	03:45:27	79	54	120	20	<b>273</b>
14	1	Sara Pedro	RÓÓDINHAS-Master Vantagem /	F	F55	03:45:53	79	54	120	18	<b>271</b>
15	1	Inês Claudina	Trilhos Do Costume	F	FSen	03:49:53	77	54	120	16	<b>267</b>
16	2	Vanessa Costa	Montes Saloios Trail Team	F	FSen	03:52:45	76	54	120	14	<b>264</b>
17	5	Isabel Vedor	Morcegos trail	F	F45	03:59:23	74	54	120	13	<b>261</b>
18	1	Anabela Santos	Desafios Positivos D+	F	F50	04:00:20	74	54	120	12	<b>260</b>
19	6	Carlinha Jesus	Desafios Positivos D+	F	F40	04:00:20	74	54	120	11	<b>259</b>
20	5	Florencia Amonsky	AB Cansados Trail	F	F35	04:00:55	74	54	120	10	<b>258</b>
21	6	Carla Neves	Machada Trail Team	F	F45	04:03:25	73	54	120	0	<b>247</b>
22	2	Maria Leandro	Machada Trail Team	F	F50	04:03:26	73	54	120	0	<b>247</b>
23	6	Isabel Bué	Trilhos Do Costume	F	F35	04:10:43	71	54	120	0	<b>245</b>
24	3	Catia Reis	Trilhos Do Costume	F	FSen	04:13:47	70	54	120	0	<b>244</b>
25	7	Maria Almeida	Ja foste	F	F40	04:14:17	70	54	120	0	<b>244</b>
26	7	Valérie Santos	Casa Do Benfica Em Abrantes	F	F35	04:19:07	69	54	120	0	<b>243</b>
27	2	Ana Monteiro	Trilhos Do Costume	F	F55	04:24:53	67	54	120	0	<b>241</b>
28	8	Patrícia Piedade	PUXA POR TI	F	F40	04:28:02	66	54	120	0	<b>240</b>
29	9	Anabela Pereira	Runners da Frente Ribeirinha da	F	F40	04:35:31	65	54	120	0	<b>239</b>
30	7	Anabela Sousa	Individual	F	F45	04:35:31	65	54	120	0	<b>239</b>
31	8	Carla Matos	Monsanto Running Team	F	F35	04:44:20	63	54	120	0	<b>237</b>
32	3	Célia Azenha	AA Lebres do Sado	F	F55	04:44:23	63	54	120	0	<b>237</b>



# Trilhos das Dores Trail Longo

19 de setembro de 2021



Altimetria: 1200 m

Distância: 27 Km

Genero: **Feminino**

Classif.		Atleta					Pontos				
Geral	Escal.	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
33	4	Isadora Costa	4 ao km	F	F5en	04:50:55	61	54	120	0	<b>235</b>
34	10	Liliana Ferreira	Ataca a Montanha	F	F40	05:00:38	59	54	120	0	<b>233</b>
35	9	Alexandra Biscaia	Ataca a Montanha	F	F35	05:00:41	59	54	120	0	<b>233</b>
36	4	Margarida Monteiro	Alverca Urban Runners	F	F55	05:20:53	55	54	120	0	<b>229</b>
37	3	Gi Ribeiro	Santana F C-Trail Team	F	F50	05:26:30	55	54	120	0	<b>229</b>
38	1	Adelaide Manhiça	Trilhos Do Costume	F	F60	05:43:46	52	54	120	0	<b>226</b>
39	8	Carmen Cristino	Trilhos Do Costume	F	F45	05:43:47	52	54	120	0	<b>226</b>



# Trilhos das Dores

## Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Genero: **Masculino**

Classif.		Atleta					Pontos				
Geral	Escal.	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	<b>344</b>
2	1	Francisco Reis	A. C. S. Mamede	M	MSen	02:17:05	100	54	120	60	<b>334</b>
3	2	Carlos Bárbara	A. C. S. Mamede	M	M35	02:19:19	98	54	120	55	<b>327</b>
4	2	Dinis Almeida	A. C. S. Mamede	M	MSen	02:25:07	94	54	120	50	<b>318</b>
5	1	Ricardo Ferreira	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M40	02:27:36	93	54	120	45	<b>312</b>
6	1	Luis Alexandre	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M45	02:31:54	90	54	120	41	<b>305</b>
7	3	João Tomas	A. C. S. Mamede	M	MSen	02:36:28	88	54	120	37	<b>299</b>
8	1	Manuel Fontinha	Grdc Leião Cobras Trailistas	M	M50	02:36:43	87	54	120	33	<b>294</b>
9	2	Miguel Ribeiro	Zona Alta Trail	M	M40	02:39:58	86	54	120	30	<b>290</b>
10	3	Sergio Vieira	Fátima Trail Team	M	M40	02:39:59	86	54	120	27	<b>287</b>
11	3	Sérgio Campos	COA - Corvus Trail Team	M	M35	02:40:17	86	54	120	24	<b>284</b>
12	2	Hugo Machado	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M45	02:41:37	85	54	120	22	<b>281</b>
13	4	Miguel Bértolo	Fátima Trail Team	M	M35	02:42:49	84	54	120	20	<b>278</b>
14	4	Eurico Silva	Fátima Trail Team	M	M40	02:43:41	84	54	120	18	<b>276</b>
15	2	Paulo Moreira	U.D. Chamusca Trail	M	M50	02:44:47	83	54	120	16	<b>273</b>
16	4	Luis Silva	AB Cansados Trail	M	MSen	02:45:23	83	54	120	14	<b>271</b>
17	3	Rui Silva	Salamandrecos	M	M45	02:46:19	82	54	120	13	<b>269</b>
18	5	Rodolfo Serra	Clube De Praças Da Armada	M	M35	02:46:52	82	54	120	12	<b>268</b>
19	6	Dino Bento	Casa Do Benfica Em Abrantes	M	M35	02:48:49	81	54	120	11	<b>266</b>
20	1	Paulo Correia	Go/Runners	M	M55	02:49:47	81	54	120	10	<b>265</b>
21	5	Pedro Ferreira	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	MSen	02:49:49	81	54	120	0	<b>255</b>
22	4	Ricardo Goncalves	Fátima Trail Team	M	M45	02:50:57	80	54	120	0	<b>254</b>
23	7	Rui Martins	COA - Corvus Trail Team	M	M35	02:53:12	79	54	120	0	<b>253</b>
24	5	Cristóvão Ginja	M.D.R. Runners	M	M40	02:54:20	79	54	120	0	<b>253</b>
25	8	Jorge Vieira	Fátima Trail Team	M	M35	02:54:20	79	54	120	0	<b>253</b>
26	9	David Gonçalves	Strendure Running Team	M	M35	02:54:23	79	54	120	0	<b>253</b>
27	6	Paulo Ferreira	Clube EDP Lisboa	M	M40	02:57:58	77	54	120	0	<b>251</b>
28	10	Jorge Nabais	COA - Corvus Trail Team	M	M35	02:59:13	76	54	120	0	<b>250</b>
29	5	Rui Dias	COA - Corvus Trail Team	M	M45	02:59:22	76	54	120	0	<b>250</b>
30	2	José Lopes	ACRMealhada	M	M55	02:59:26	76	54	120	0	<b>250</b>
31	7	André Duarte	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	M40	03:00:13	76	54	120	0	<b>250</b>
32	6	Rogério Fernandes	Trilhos Do Costume	M	M45	03:00:46	76	54	120	0	<b>250</b>



# Trilhos das Dores Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Genero: **Masculino**

Classif.		Atleta					Pontos				
Geral	Escal.	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
33	3	J Ferreira	CdBbr	M	M55	03:01:14	76	54	120	0	250
34	4	David de Jesus	Pace.Makers	M	M55	03:01:52	75	54	120	0	249
35	6	Diogo Lino	U.D. Chamusca Trail	M	MSen	03:02:27	75	54	120	0	249
36	3	Jorge Assunção	Trilhos Do Costume	M	M50	03:03:40	75	54	120	0	249
37	11	Nuno Pereira	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	M35	03:04:43	74	54	120	0	248
38	7	Vitor Pereira	Runners da Frente Ribeirinha da	M	M45	03:05:07	74	54	120	0	248
39	8	Jorge Gregório	Linces de Montemor	M	M40	03:06:11	74	54	120	0	248
40	4	Vitor Diniz	Tomar Runners	M	M50	03:08:26	73	54	120	0	247
41	9	Nelson Santos	PUXA POR TI	M	M40	03:09:19	72	54	120	0	246
42	10	Alexandre Cantanhede	Clube De Praças Da Armada	M	M40	03:09:40	72	54	120	0	246
43	8	Gonçalo Rijo	Rijo Team	M	M45	03:09:48	72	54	120	0	246
44	11	Rui Ramos	O Mundo Da Corrida	M	M40	03:10:38	72	54	120	0	246
45	12	Antonio Maia	SARTIM	M	M40	03:11:29	72	54	120	0	246
46	12	Bruno Cunha	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	MSen	03:12:11	71	54	120	0	245
47	13	José Duarte	Clac - Trail Team Entroncamento	M	M40	03:12:29	71	54	120	0	245
48	14	Filipe Gonçalves	Individual	M	M40	03:13:25	71	54	120	0	245
49	7	Pedro Almeida	Plant Fueled	M	MSen	03:14:33	70	54	120	0	244
50	15	Bruno Pedro	Trail do Texugo	M	M40	03:14:52	70	54	120	0	244
51	5	Carlos Tavares	ADSP	M	M50	03:15:05	70	54	120	0	244
52	16	Ricardo Apura	Quenianos Do Ribatejo	M	M40	03:16:23	70	54	120	0	244
53	8	Rafael Coelho	Quenianos Do Ribatejo	M	MSen	03:16:26	70	54	120	0	244
54	17	Luis Santos	Ja foste	M	M40	03:17:16	69	54	120	0	243
55	6	Jorge Santos	Team Santos Trail Running	M	M50	03:17:33	69	54	120	0	243
56	7	Narciso Santos	300 VELHOS	M	M50	03:18:49	69	54	120	0	243
57	18	Rodolfo Silva	Rodolfo Silva Seguros	M	M40	03:19:56	69	54	120	0	243
58	9	Luis Ferreira	team roda encravada	M	M45	03:20:44	68	54	120	0	242
59	9	Daniel Martins	Trilho Dos Cágados - VCO	M	MSen	03:21:07	68	54	120	0	242
60	19	João Paveia	Desafios Positivos D+	M	M40	03:21:15	68	54	120	0	242
61	5	Joaquim Martins	ACRMealhada	M	M55	03:22:01	68	54	120	0	242
62	10	António Simões	Rx Runners	M	M45	03:24:13	67	54	120	0	241
63	13	João Lopes	Rx Runners	M	M35	03:24:17	67	54	120	0	241
64	20	Valter Luis	Fátima Trail Team	M	M40	03:25:30	67	54	120	0	241



# Trilhos das Dores

## Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Genero: **Masculino**

Classif.		Atleta					Pontos				
Geral	Escal.	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
65	11	Ricardo Santos	Clube EDP Lisboa	M	M45	03:27:54	66	54	120	0	240
66	14	Pedro Santos	Fajarda Runners	M	M35	03:28:06	66	54	120	0	240
67	15	Bruno Castro	ADR - Amigos Do Atletismo De Av	M	M35	03:29:09	66	54	120	0	240
68	16	Vitor Ribeiro	R & W Alter Runners Associação	M	M35	03:29:09	66	54	120	0	240
69	8	José Rocha	Trilhos Do Costume	M	M50	03:29:50	65	54	120	0	239
70	10	Pedro Nunes	Montanha Club Trail Running /Ef	M	MSen	03:31:45	65	54	120	0	239
71	12	Michel FN Michel	Fátima Trail Team	M	M45	03:32:45	64	54	120	0	238
72	6	Rui Barreto	Santana F C-Trail Team	M	M55	03:33:02	64	54	120	0	238
73	1	Manuel Victorino	Ccd "O Alvitejo"	M	M60	03:35:15	64	54	120	0	238
74	9	Mario Filipe	Trilhos Do Costume	M	M50	03:41:32	62	54	120	0	236
75	10	Luís Gonçalves	Trilhos Do Costume	M	M50	03:41:36	62	54	120	0	236
76	2	Luís Nunes	Clube Atletismo de Óbidos	M	M60	03:42:17	62	54	120	0	236
77	7	Luis Santana	Trilhos Do Costume	M	M55	03:43:05	61	54	120	0	235
78	21	Sergio Belchior	Trail do Texugo	M	M40	03:43:10	61	54	120	0	235
79	22	Nuno Mendes	Xporfit Trail Running Team	M	M40	03:43:17	61	54	120	0	235
80	13	Rogério Costa	Strendure Running Team	M	M45	03:43:46	61	54	120	0	235
81	23	Mário Caridade	C.D. Os Águias De Alpiarça	M	M40	03:44:17	61	54	120	0	235
82	14	Rui Esteves	TdC Running Team	M	M45	03:44:24	61	54	120	0	235
83	8	Alcides Pereira	Runners da Frente Ribeirinha da	M	M55	03:44:25	61	54	120	0	235
84	17	Jorge Rodrigues	Alandroal United Runners	M	M35	03:44:36	61	54	120	0	235
85	24	César Bermúdez	Individual	M	M40	03:44:38	61	54	120	0	235
86	15	Rui Henriques	GAA VFX	M	M45	03:44:49	61	54	120	0	235
87	11	Pedro Aires	ADAR - Calçados Milénio	M	M50	03:45:50	61	54	120	0	235
88	25	Rodrigo Tavares	Clube De Praças Da Armada	M	M40	03:48:27	60	54	120	0	234
89	18	Daniel Janeiro	GURUS-SUP	M	M35	03:49:07	60	54	120	0	234
90	26	Emanuel Janeiro	GURUS-SUP	M	M40	03:49:08	60	54	120	0	234
91	19	Carlos Godinho	GURUS-SUP	M	M35	03:49:11	60	54	120	0	234
92	12	Vitor Canto	Trilhos Do Costume	M	M50	03:49:57	60	54	120	0	234
93	3	Orlando Ferreira	Sabores do Paço/Zatopeques	M	M60	03:53:33	59	54	120	0	233
94	20	David Clemente	Michelin Runners	M	M35	03:54:43	58	54	120	0	232
95	27	Bruno Pereira	Individual	M	M40	03:56:24	58	54	120	0	232
96	21	Gonçalo Palma	Samorunning	M	M35	03:57:00	58	54	120	0	232



# Trilhos das Dores

## Trail Longo



Altimetria: 1200 m

19 de setembro de 2021

Distância: 27 Km

Genero: **Masculino**

Classif.		Atleta					Pontos				
Geral	Escal.	Atleta	Equipa	Genero	Escalão	Tempo Final	Tempo	Distâ.	Altim.	Top 20	Total
97	16	Paulo Domingues	Individual	M	M45	03:57:09	58	54	120	0	232
98	13	Zé Pedro	Pace.Makers	M	M50	03:59:26	57	54	120	0	231
99	14	Paulo Silva	Desafios Positivos D+	M	M50	04:00:18	57	54	120	0	231
100	28	Carlos Marcos	Papatrilhos Vila Viçosa	M	M40	04:00:22	57	54	120	0	231
101	4	Carlos Rangel	Individual	M	M60	04:03:01	56	54	120	0	230
102	9	Antonio Soares	OPraticante.pt	M	M55	04:03:27	56	54	120	0	230
103	29	Pedro Santos	Individual	M	M40	04:05:00	56	54	120	0	230
104	17	Nuno Figueiredo	Runners da Frente Ribeirinha da	M	M45	04:06:07	56	54	120	0	230
105	11	José Baeta	FatRunners	M	MSen	04:06:08	56	54	120	0	230
106	12	Arpad Pozsonyi	R & W Alter Runners Associação	M	MSen	04:07:00	55	54	120	0	229
107	10	Rui Mateus	Caldas corre +	M	M55	04:08:36	55	54	120	0	229
108	22	José Rufino	MBT- Monforte Bike Run Team	M	M35	04:10:53	55	54	120	0	229
109	18	João Rodrigues	Salamandrecos	M	M45	04:13:22	54	54	120	0	228
110	19	José Silva	Trilhos Do Costume	M	M45	04:13:48	54	54	120	0	228
111	5	Fernando Vicente	Individual	M	M60	04:14:48	54	54	120	0	228
112	20	Jorge Nunes	Trilhos dos Templários / ACR Sant	M	M45	04:19:35	53	54	120	0	227
113	21	João Simão	Trilhos Do Costume	M	M45	04:19:49	53	54	120	0	227
114	30	Gonçalo Garcia	Individual	M	M40	04:28:01	51	54	120	0	225
115	15	Vitor Gonçalves	4 ao km	M	M50	04:50:56	47	54	120	0	221
116	31	Aurélio Vieira	lph2o.com	M	M40	04:57:12	46	54	120	0	220
117	6	Joao Robalo	guerreiros do rio	M	M60	04:57:13	46	54	120	0	220
118	16	Vasco Biscoito	Ataca a Montanha	M	M50	05:00:45	46	54	120	0	220
119	13	João Afonso	Trio das Dores	M	MSen	05:20:52	43	54	120	0	217
120	14	Pedro Gil Gameiro	Trio das Dores	M	MSen	05:20:53	43	54	120	0	217
121	15	Gonçalo Santos	Trio das Dores	M	MSen	05:20:54	43	54	120	0	217
122	22	Fernando Ferreira	Trilhos Do Costume	M	M45	05:33:36	41	54	120	0	215
123	23	Rui Alves	Trilhos Do Costume	M	M45	05:33:36	41	54	120	0	215