



Pos	Dorsal	Nome	Equipa	Categoria	Tempo	Ritmo
MSenior						
1	644	Filipe Coelho	Trilhados - ACD Santiago	MSenior	01:06:14	5'05"/km
2	623	Daniel Esperança	Herminivs Runners	MSenior	01:07:47	5'12"/km
3	633	Daniel	Bombeiros de Meda	MSenior	01:10:47	5'26"/km
4	602	Carlos Martins	Trilhados - ACD Santiago	MSenior	01:11:39	5'30"/km
5	618	Gabriel Marques	Trail Runners Family -Coutos Natura Challenge	MSenior	01:21:12	6'14"/km
6	625	Diogo Gaspar	AD Manteigas Trail Team	MSenior	01:32:01	7'04"/km
7	608	Francisco Marra	Bombeiros de Meda	MSenior	01:34:15	7'15"/km
8	638	Rodrigo Emanuel Deus	Runners SERNANCELHE Terra da Castanha	MSenior	01:34:22	7'15"/km
9	610	Rui Miguel Vieites Cerrelo	S e R	MSenior	01:37:20	7'29"/km
10	609	João Paulo Ferreira Araújo	AD Manteigas Trail Team	MSenior	01:43:25	7'57"/km
11	641	Carlos Amado	Individual	MSenior	01:59:29	9'11"/km
12	628	César Cardoso	Runners SERNANCELHE Terra da Castanha	MSenior	02:31:10	11'37"/km

M40						
1	639	Norberto Loureiro	lincs do marao	M40	01:08:08	5'14"/km
2	632	Frederico Matos	AD Manteigas Trail Team	M40	01:11:47	5'31"/km
3	607	Hélio Costa	AD Manteigas Trail Team	M40	01:15:06	5'46"/km
4	640	David Crespo	Individual	M40	01:18:10	6'00"/km
5	616	Fernando Marques	Trail Runners Family -Coutos Natura Challenge	M40	01:21:16	6'15"/km
6	643	Jorge Figueiredo	Trail Team Vila de Mouros	M40	01:23:48	6'26"/km
7	624	Januário Gaspar	AD Manteigas Trail Team	M40	01:26:06	6'37"/km
8	613	Jorge Carvalho	AD Manteigas Trail Team	M40	01:29:07	6'51"/km
9	631	El Ferdinando	Trilhados - ACD Santiago	M40	02:22:56	10'59"/km
10	630	António Albuquerque	Trilhados - ACD Santiago	M40	02:27:30	11'20"/km
11	645	Rui Miguel Ramos Alves	Individual	M40	02:30:16	11'33"/km
12	627	Paulo Armindo Santos Melo	Trilhados - ACD Santiago	M40	02:40:17	12'19"/km
13	636	Carlos Albuquerque	Trilhados - ACD Santiago	M40	02:40:19	12'19"/km

M50						
1	626	Carlos Alberto Martins Santos	Trilhados - ACD Santiago	M50	02:22:55	10'59"/km

FSenior						
1	606	Susana Terras	AD Manteigas Trail Team	FSenior	01:28:16	6'47"/km
2	617	Maria Marques	Trail Runners Family -Coutos Natura Challenge	FSenior	01:37:59	7'32"/km
3	629	Miriam Pinto	Runners SERNANCELHE Terra da Castanha	FSenior	02:09:03	9'55"/km
4	611	Sarah Martinho	S e R	FSenior	02:30:37	11'35"/km

F40						
1	646	Elisabete Santos	Individual	F40	01:43:12	7'56"/km
2	619	Susana Castro	Trail Runners Family -Coutos Natura Challenge	F40	01:52:17	8'38"/km
3	615	Ana Monsanto	AD Manteigas Trail Team	F40	02:00:25	9'15"/km
4	622	Ângela Augusto	Runners SERNANCELHE Terra da Castanha	F40	02:09:03	9'55"/km
5	614	Vânia Isabel Morrão Da Silva Alves	" O Vinho é que é Pouco!!!!"	F40	02:12:57	10'13"/km
6	620	Elisabete Mateus	Individual	F40	02:58:34	13'44"/km

F50						
1	634	Helena Alves	Individual	F50	01:48:27	8'20"/km
2	635	Lurdes Pereir	Individual	F50	01:52:16	8'38"/km



Pos	Dorsal	Nome	Equipa	Categoria	Tempo	Ritmo
3	621	Lurdes Daniel	Individual	F50	02:58:34	13'44"/km