

Data:	14-03-2010	Hora:	10h45	Local:	Cadaval			
Corrida	6.000 mt	Ciclismo:	22.000 mt	Corrida:	2.000 mt			

Ranking:	Camp. Nac. Grupos de Idades	Hora de Partida:	00h00
----------	-----------------------------	------------------	-------

Escal	Lug	Lg Ind	Dorsal	Lic	Nome	PEN	Nome de clube	Total	Diff
-------	-----	--------	--------	-----	------	-----	---------------	-------	------

16 - 17	1	26	1247	52	Filipe Azevedo	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:05:09	
16 - 17	2	35	1203	53	Rafael Ribeiro	-	Alhandra Sporting Club	01:06:54	00:01:44
16 - 17	3	45	1004	49	Alexandre Nobre	-	Alhandra Sporting Club	01:07:49	00:02:40
16 - 17	4	49	1042	415	João Francisco Ferreira	-	C. N. Tejo	01:08:10	00:03:01
16 - 17	5	50	1303	50	Ricardo Calado	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:08:45	00:03:35
16 - 17	6	59	1231	1346	João Caeiro	-	C. N. Alvito	01:09:25	00:04:15
16 - 17	7	79	1223	195	Rui Tenrinho	-	Alhandra Sporting Club	01:10:15	00:05:06
16 - 17	8	81	1204	194	Filipe Miguel Lopes	-	Alhandra Sporting Club	01:10:27	00:05:18
16 - 17	9	85	1216	592	Pedro Miguel Amaral	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:10:35	00:05:25
16 - 17	10	91	1202	147	Ivo Cristeta	-	Alhandra Sporting Club	01:11:37	00:06:27
16 - 17	11	103	1295	522	Miguel Ângelo Silva	-	Ext. Coop. da Benedita	01:12:27	00:07:18
16 - 17	12	120	1270	545	André Mateus Silva	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:13:46	00:08:36
16 - 17	13	144	1077	229	Tiago Rola	-	CFV	01:15:43	00:10:34
16 - 17	14	148	1048	215	Diogo Soares	-	Alhandra Sporting Club	01:15:59	00:10:50
16 - 17	15	149	1209	393	Diogo Goulão Henriques	-	Ginásio Clube de Sines	01:16:05	00:10:55
16 - 17	16	159	1314	680	João Miguel Cristo	-	Clube de Triatlo de Almada	01:17:01	00:11:51
16 - 17	17	182	1279	717	Daniel Contente	-	Ginásio Clube de Sines	01:19:13	00:14:04
16 - 17	18	194	1271	551	Pedro Bica	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:20:57	00:15:47
16 - 17	19	199	1315	1473	Daniel Gonçalves	-	Triathlon Lamego Club	01:22:41	00:17:32
16 - 17	20	201	1201	180	André Estevam	-	Alhandra Sporting Club	01:22:52	00:17:43
16 - 17	21	224	1210	719	Hugo Jorge Martins	-	Ginásio Clube de Sines	01:28:14	00:23:05
16 - 17	22	227	1316	1474	Daniel Conceição	-	Triathlon Lamego Club	01:28:59	00:23:49
16 - 17	23	228	1272	1028	Luis Miguel Silva	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:29:04	00:23:54
16 - 17	24	247	1297	523	Luis Filipe Ferreira	-	Ext. Coop. da Benedita	01:44:27	00:39:17

18 - 19	1	12	1166	21	Hugo Alves	-	C. T. Fundão	01:03:27	
18 - 19	2	13	1162	54	Miguel Fernandes	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:03:32	00:00:05
18 - 19	3	16	1113	32	Gil Maia	-	CFV	01:03:45	00:00:18
18 - 19	4	19	1105	30	João Serrano	-	SR Camarnal / Seguros Contacto /HILZY	01:03:57	00:00:30
18 - 19	5	30	1095	28	João Amorim	-	Alhandra Sporting Club	01:06:32	00:03:05
18 - 19	6	37	1117	29	Hugo Ventura	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:07:07	00:03:40
18 - 19	7	39	1153	22	Luis Filipe Marafuz	-	Alhandra Sporting Club	01:07:14	00:03:47
18 - 19	8	46	1313	1411	Bruno Pereira	-	Lusavouga-Clube dos Galitos	01:07:52	00:04:25
18 - 19	9	57	1222	333	José Maria Carvalho	-	C. F. "Os Belenenses"	01:09:17	00:05:50
18 - 19	10	61	1155	25	Miguel Marques	-	Alhandra Sporting Club	01:09:28	00:06:01
18 - 19	11	62	1249	24	João Curado	-	Sporting Clube de Portugal	01:09:28	00:06:01
18 - 19	12	99	1154	406	Diogo Mata Tristão	-	Alhandra Sporting Club	01:12:16	00:08:49
18 - 19	13	102	1170	720	Gonçalo Barros	-	Ginásio Clube de Sines	01:12:24	00:08:57
18 - 19	14	119	1164	356	David Maia	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:13:33	00:10:06
18 - 19	15	131	1302	531	Ricardo Correia	-	Ext. Coop. da Benedita	01:14:09	00:10:42
18 - 19	16	132	1106	31	Fabricao Tomás	-	Alhandra Sporting Club	01:14:10	00:10:43
18 - 19	17	135	1291	755	Marco Pinto	-	TRI CAP - Penafirme	01:14:42	00:11:15
18 - 19	18	174	1196	175	Fábio Coutinho	-	Alhandra Sporting Club	01:18:33	00:15:06
18 - 19	19	206	1290	431	Diogo André Gomes	-	C. N. Tejo	01:24:25	00:20:58

20 - 24	1	2	2123	11	João Pedro Silva	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:01:37	
20 - 24	2	6	2088	13	Miguel Arraiolos	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:02:06	00:00:29
20 - 24	3	8	2160	16	Ruben Costa	-	Sporting Clube de Portugal	01:02:19	00:00:41

Data:	14-03-2010	Hora:	10h45	Local:	Cadaval		
Corrida	6.000 mt	Ciclismo:	22.000 mt	Corrida:	2.000 mt		

Ranking:	Camp. Nac. Grupos de Idades	Hora de Partida:	00h00
----------	-----------------------------	------------------	-------

Escal	Lug	Lg Ind	Dorsal	Lic	Nome	PEN	Nome de clube	Total	Diff
20 - 24	4	9	2152	17	Pedro Laginha Palma	-	CFV	01:02:50	00:01:12
20 - 24	5	10	2087	15	José Estrangeiro	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:03:25	00:01:48
20 - 24	6	15	2124	14	Vasco Pessoa	-	C. T. Fundão	01:03:38	00:02:01
20 - 24	7	17	3666	35	Tiago Abreu Silva	-	Ludens Clube do Machico	01:03:49	00:02:12
20 - 24	8	43	2151	226	Tiago Maia	-	CFV	01:07:40	00:06:02
20 - 24	9	56	3704	453	Nuno Rodrigues	-	Clube de Triatlo de Almada	01:09:16	00:07:38
20 - 24	10	63	2097	1380	João Gestosa	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:09:29	00:07:52
20 - 24	11	82	2135	1098	Rúben Reis	-	Secção de Triatlo de Santa Iria	01:10:28	00:08:50
20 - 24	12	83	2149	199	Paulo Ricardo Monteiro	-	Alhandra Sporting Club	01:10:28	00:08:51
20 - 24	13	84	2153	227	Luís Bompastor	-	CFV	01:10:33	00:08:56
20 - 24	14	106	2095	976	Ricardo Reis	-	Clube de Praças da Armada	01:12:30	00:10:52
20 - 24	15	112	2092	104	Pedro Miguel Gomes	-	Alhandra Sporting Club	01:13:12	00:11:34
20 - 24	16	117	3743	950	Miguel Vicente	-	C. N. Cartaxo	01:13:27	00:11:49
20 - 24	17	122	2112	153	Ivan Costa	-	Alhandra Sporting Club	01:13:50	00:12:13
20 - 24	18	130	2131	108	Miguel Medeiros	-	CFV	01:14:06	00:12:29
20 - 24	19	141	2111	1283	João Luis	-	G. A. A. Vila Franca de Xira	01:15:34	00:13:57
20 - 24	20	146	2109	198	David Ferreira	-	Alhandra Sporting Club	01:15:47	00:14:09
20 - 24	21	158	2126	331	Miguel Andrade	-	C. F. "Os Belenenses"	01:17:00	00:15:23
20 - 24	22	197	2157	567	Miguel Branco	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:22:23	00:20:45
20 - 24	23	207	2172	1439	Diogo Martins	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:24:40	00:23:03

25 - 29	1	3	3290	34	Sérgio Manuel Silva	-	SR Camarnal / Seguros Contacto /HILZY	01:01:47	
25 - 29	2	4	3016	3	Bruno Pais	-	Sport Lisboa e Benfica	01:01:53	00:00:06
25 - 29	3	5	3291	4	Duarte Marques	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:02:00	00:00:13
25 - 29	4	7	3284	36	Pedro Gomes	-	Clube Olimpico de Oeiras	01:02:13	00:00:25
25 - 29	5	18	3214	443	Miguel Ganchinho	-	Clube de Triatlo de Almada	01:03:50	00:02:03
25 - 29	6	22	3296	1102	Jorge Duarte	-	Clube de Praças da Armada	01:04:14	00:02:27
25 - 29	7	23	3282	254	Márcio Neves	-	Oeiras Sport Clube	01:04:32	00:02:45
25 - 29	8	24	3266	303	Ricardo Gouveia	-	Clube Futebol Andorinha	01:04:39	00:02:52
25 - 29	9	27	3264	335	Manuel Alves	-	Sporting Clube de Portugal	01:05:17	00:03:30
25 - 29	10	44	3591	468	Paulo Janela	-	Clube de Triatlo de Almada	01:07:47	00:05:59
25 - 29	11	55	3535	139	Pedro Francisco	-	TRIATLO CLUBE TAP	01:09:11	00:07:24
25 - 29	12	86	3189	1305	Tiago Teixeira	-	Lusavouga-Clube dos Galitos	01:10:47	00:09:00
25 - 29	13	94	3784	1329	Paulo Gonçalves	-	Clube de Praças da Armada	01:11:57	00:10:10
25 - 29	14	95	3621	1381	Fábio Magalhães	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:12:00	00:10:12
25 - 29	15	134	3517	454	Fábio Pratas	-	Clube de Triatlo de Almada	01:14:34	00:12:47
25 - 29	16	152	3801	1376	Pedro Ventura	-	GRECI - EL CORTE INGLÉS	01:16:28	00:14:40
25 - 29	17	155	3586	977	Miguel Carneiro	-	Clube de Praças da Armada	01:16:34	00:14:47
25 - 29	18	168	3769	1303	João Pereira	-	Lusavouga-Clube dos Galitos	01:18:07	00:16:20
25 - 29	19	184	3208	1440	Rui Trovão	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:19:30	00:17:43
25 - 29	20	216	3500	943	Fábio Ferreira	-	C. N. Cartaxo	01:26:32	00:24:45
25 - 29	21	222	3536	754	José Miranda	-	TRI CAP - Penafirme	01:27:29	00:25:42
25 - 29	22	233	3805	1455	Nuno Ribeiro	-	Porto Runners	01:29:50	00:28:03

30 - 34	1	1	3117	33	Lino Barruncho	-	Clube Olimpico de Oeiras	01:00:52	
30 - 34	2	11	3293	991	Henrique Santos	-	SR Camarnal / Seguros Contacto /HILZY	01:03:26	00:02:33
30 - 34	3	20	3053	37	Sérgio Marques	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:04:01	00:03:08
30 - 34	4	21	3197	378	Délio Ferreira	-	COMPEED - Tri-Oeste	01:04:06	00:03:14

Data:	14-03-2010	Hora:	10h45	Local:	Cadaval		
Corrida	6.000 mt	Ciclismo:	22.000 mt	Corrida:	2.000 mt		

Ranking:	Camp. Nac. Grupos de Idades	Hora de Partida:	00h00
----------	-----------------------------	------------------	-------

Escal	Lug	Lg Ind	Dorsal	Lic	Nome	PEN	Nome de clube	Total	Diff
-------	-----	--------	--------	-----	------	-----	---------------	-------	------

30 - 34	5	28	3063	1035	Nuno Neves	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:06:10	00:05:18
30 - 34	6	32	3031	980	Paulo Marques	-	Clube de Praças da Armada	01:06:47	00:05:54
30 - 34	7	36	3394	645	Valdo Neves	-	Oeiras Sport Clube	01:07:05	00:06:13
30 - 34	8	41	3583	1379	Paulo Adão Coelho	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:07:24	00:06:32
30 - 34	9	42	3000	665	Vitor Santos	-	TRI CAP - Penafirme	01:07:38	00:06:45
30 - 34	10	48	3510	114	Silvio Moreira	-	Individual	01:07:58	00:07:06
30 - 34	11	64	3050	387	Bruno Fernandes	-	Resistentes	01:09:33	00:08:41
30 - 34	12	67	3571	1295	Carlos Rocha	-	Lusavouga-Clube dos Galitos	01:09:38	00:08:46
30 - 34	13	68	3241	172	Nuno Tintim	-	Alhandra Sporting Club	01:09:39	00:08:47
30 - 34	14	69	3531	427	Pedro Miguel Matos	-	C. N. Tejo	01:09:42	00:08:50
30 - 34	15	70	3142	497	Pedro Figueira	-	Assoc. 20 Km de Almeirim	01:09:48	00:08:55
30 - 34	16	71	3435	181	Marco Fidalgo	-	G. A. A. Vila Franca de Xira	01:09:49	00:08:57
30 - 34	17	72	3555	484	Vitor Almeida	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:09:53	00:09:00
30 - 34	18	73	3304	482	Ivan Pinto da Silva	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:09:58	00:09:05
30 - 34	19	78	3673	384	Henrique Avelar	-	Resistentes	01:10:14	00:09:22
30 - 34	20	80	3334	1158	Rui Filipe Costa	-	Porto Runners	01:10:26	00:09:34
30 - 34	21	90	3057	650	Henrique Matias	-	Oeiras Sport Clube	01:11:33	00:10:41
30 - 34	22	105	3763	1212	José João Silvestre	-	C. N. Tejo	01:12:29	00:11:36
30 - 34	23	109	3772	1312	Ricardo Lanceiro	-	Açoreana Clube Banif	01:12:58	00:12:06
30 - 34	24	118	3388	1012	Carlos Antunes	-	C. T. Fundão	01:13:28	00:12:35
30 - 34	25	136	3402	1042	Luis Reis	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:14:52	00:13:59
30 - 34	26	161	3036	433	Nuno Campos	-	Clube de Praças da Armada	01:17:04	00:16:12
30 - 34	27	164	3094	1097	Pedro Fernandes	-	Secção de Triatlo de Santa Iria	01:17:28	00:16:36
30 - 34	28	180	3677	263	Rui Manuel Pereira	-	A. R. S. C. Toledo	01:19:11	00:18:18
30 - 34	29	187	3713	628	Diogo Barbosa	-	TRI CAP - Penafirme	01:19:38	00:18:45
30 - 34	30	188	3610	324	Bernardo Ferrão	-	C. F. "Os Belenenses"	01:19:38	00:18:45
30 - 34	31	189	3790	420	João Miguel Tavares	-	C. N. Tejo	01:19:49	00:18:57
30 - 34	32	211	3424	1052	Rui Antunes	-	Peniche A. C.	01:25:04	00:24:11
30 - 34	33	250	3730	734	Bruno Rainho	-	GRECI - EL CORTE INGLÉS	01:48:18	00:47:25

35 - 39	1	14	3071	344	Luis Manuel Almeida	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:03:35	
35 - 39	2	25	3261	499	David Caldeirão	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:05:06	00:01:30
35 - 39	3	33	3239	210	Telmo Veloso	-	Porto Runners	01:06:52	00:03:16
35 - 39	4	34	3485	1111	Nuno Patrício	-	C. N. Alvito	01:06:53	00:03:17
35 - 39	5	40	3285	347	Hugo Ferreira	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:07:14	00:03:39
35 - 39	6	54	3760	1000	Pedro Pinheiro	-	COMPEED - Tri-Oeste	01:09:10	00:05:34
35 - 39	7	58	3100	871	Luis Cipriano	-	A. M. C. R. Fonte Grada	01:09:22	00:05:46
35 - 39	8	60	3562	749	João Carlos Canas	-	A. R. S. C. Toledo	01:09:26	00:05:50
35 - 39	9	75	3173	422	José Lino	-	C. N. Tejo	01:10:01	00:06:25
35 - 39	10	77	3086	394	Luis Guerreiro	-	Ginásio Clube de Sines	01:10:09	00:06:33
35 - 39	11	92	3433	1038	Rui Medina	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:11:37	00:08:02
35 - 39	12	93	3455	983	Nuno Semedo	-	Clube de Praças da Armada	01:11:52	00:08:16
35 - 39	13	96	3004	873	Bruno Silva	-	A. M. C. R. Fonte Grada	01:12:03	00:08:27
35 - 39	14	97	3207	870	José Magalhães Dias	-	A. M. C. R. Fonte Grada	01:12:03	00:08:27
35 - 39	15	98	3616	1433	Abel Condesso	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:12:05	00:08:29
35 - 39	16	107	3665	652	Joaquim Figueiras	-	Oeiras Sport Clube	01:12:42	00:09:06
35 - 39	17	108	3315	136	Mário Figueiredo	-	Alhandra Sporting Club	01:12:47	00:09:11
35 - 39	18	111	3494	424	Rui Pedro Costa	-	C. N. Tejo	01:13:07	00:09:32

Data:	14-03-2010	Hora:	10h45	Local:	Cadaval			
Corrida	6.000 mt	Ciclismo:	22.000 mt	Corrida:	2.000 mt			

Ranking:	Camp. Nac. Grupos de Idades	Hora de Partida:	00h00
----------	-----------------------------	------------------	-------

Escal	Lug	Lg Ind	Dorsal	Lic	Nome	PEN	Nome de clube	Total	Diff
-------	-----	--------	--------	-----	------	-----	---------------	-------	------

35 - 39	19	115	3749	997	Antonio Pinheiro	-	SR Camarnal / Seguros Contacto /HILZY	01:13:17	00:09:41
35 - 39	20	116	3576	1447	Jorge Manuel Vieira	-	Sport Clube Beira Mar	01:13:23	00:09:47
35 - 39	21	121	3431	726	Henrique Venâncio	-	Peniche A. C.	01:13:48	00:10:12
35 - 39	22	123	3113	503	Duarte Barreto	-	C. N. Cartaxo	01:13:52	00:10:16
35 - 39	23	126	3703	436	Rui Firmino	-	Clube de Triatlo de Almada	01:13:55	00:10:19
35 - 39	24	128	3786	1337	Jorge Ramos	-	C. T. Fundão	01:14:02	00:10:26
35 - 39	25	139	3411	163	Luis Novo	-	Alhandra Sporting Club	01:15:07	00:11:31
35 - 39	26	143	3320	975	Sérgio Ribeiro	-	Clube de Praças da Armada	01:15:41	00:12:05
35 - 39	27	147	3508	1055	João Duarte	-	Quintajense Futebol Clube	01:15:48	00:12:12
35 - 39	28	150	3606	590	Paulo Silvestre	-	Assoc. 20 Km de Almeirim	01:16:10	00:12:34
35 - 39	29	156	3716	923	Raúl Jorge	-	C. D. "Os Águias" de Alpiarça	01:16:49	00:13:14
35 - 39	30	166	3119	510	Paulo Calixto	-	C. N. Cartaxo	01:17:43	00:14:08
35 - 39	31	172	3081	288	Ricardo Vieira	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:18:26	00:14:50
35 - 39	32	181	3613	554	Nuno Rijo	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:19:12	00:15:36
35 - 39	33	183	3385	1340	Pedro Guedes	-	Porto Runners	01:19:27	00:15:51
35 - 39	34	190	3526	323	António Gouveia	-	C. F. "Os Belenenses"	01:20:27	00:16:52
35 - 39	35	191	3502	771	Miguel Algarvio	-	Clube de Praças da Armada	01:20:32	00:16:56
35 - 39	36	192	3558	792	Sérgio Duarte	-	Serv. Soc. CGD	01:20:36	00:17:00
35 - 39	37	195	3387	345	José António Jesus	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:22:07	00:18:31
35 - 39	38	196	3734	822	José Ferreira	-	A. D. C. R. Painho	01:22:15	00:18:39
35 - 39	39	200	3182	509	Alexandre Ventura	-	C. N. Cartaxo	01:22:51	00:19:15
35 - 39	40	205	3209	1286	Pedro Miguel Lopes	-	Porto Runners	01:23:41	00:20:05
35 - 39	41	208	3679	561	Pedro Borges Coelho	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:24:44	00:21:08
35 - 39	42	221	3808	1470	Diogo Ferreira	-	Açoreana Clube Banif	01:27:26	00:23:51
35 - 39	43	225	3390	155	Hélder Valente	-	Serv. Soc. CGD	01:28:45	00:25:09
35 - 39	44	226	3118	941	Nuno Morais	-	C. N. Cartaxo	01:28:47	00:25:11
35 - 39	45	238	3728	793	Nuno Costa	-	Serv. Soc. CGD	01:30:50	00:27:14
35 - 39	46	239	3391	151	Carlos Albano Silva	-	Serv. Soc. CGD	01:32:08	00:28:32

40 - 44	1	29	4366	301	Carlos Nóbrega	-	Clube Futebol Andorinha	01:06:26	
40 - 44	2	47	4359	727	Joel Marcelino	-	Peniche A. C.	01:07:53	00:01:26
40 - 44	3	51	4148	379	Pedro Cordeiro	-	COMPEED - Tri-Oeste	01:08:49	00:02:23
40 - 44	4	52	4357	769	Jorge Teixeira	-	Clube de Praças da Armada	01:08:52	00:02:25
40 - 44	5	53	4177	1369	Paulo Silva	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:09:07	00:02:40
40 - 44	6	66	4115	385	António Ervideira	-	Resistentes	01:09:37	00:03:10
40 - 44	7	87	4131	348	Pedro Nogueira Silva	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:11:04	00:04:37
40 - 44	8	100	4434	437	Luis Pereira	-	Clube de Triatlo de Almada	01:12:19	00:05:52
40 - 44	9	114	3731	773	José Manuel Silva	-	ETri G. D. Santo António Évora	01:13:14	00:06:48
40 - 44	10	125	4391	502	Luis Feio Romão	-	Cl. Ferroviário de Vendas Novas	01:13:54	00:07:27
40 - 44	11	137	4225	486	Manuel Domingues	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:14:54	00:08:28
40 - 44	12	151	4425	1338	António Almeida	-	A. D. C. R. Painho	01:16:26	00:09:59
40 - 44	13	153	4287	867	Luis Abade	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:16:31	00:10:04
40 - 44	14	154	4314	501	José Gonçalves	-	CAPGE	01:16:33	00:10:07
40 - 44	15	157	4358	748	João Bento	-	A. R. S. C. Toledo	01:16:55	00:10:28
40 - 44	16	160	4241	1464	André Cunha	-	Açoreana Clube Banif	01:17:02	00:10:36
40 - 44	17	162	4268	979	Vasco Soares	-	Clube de Praças da Armada	01:17:19	00:10:52
40 - 44	18	167	4355	250	Paulo Alexandre Marques	-	GRECI - EL CORTE INGLÉS	01:17:50	00:11:24
40 - 44	19	171	4142	145	Carlos Reis	-	Individual	01:18:21	00:11:55

Data:	14-03-2010	Hora:	10h45	Local:	Cadaval		
Corrida	6.000 mt	Ciclismo:	22.000 mt	Corrida:	2.000 mt		

Ranking:	Camp. Nac. Grupos de Idades	Hora de Partida:	00h00
----------	-----------------------------	------------------	-------

Escal	Lug	Lg Ind	Dorsal	Lic	Nome	PEN	Nome de clube	Total	Diff
-------	-----	--------	--------	-----	------	-----	---------------	-------	------

40 - 44	20	173	4259	806	Paulo Neves	-	Clube de Veteranos do Porto	01:18:30	00:12:03
40 - 44	21	186	4360	558	Helder Lopes	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:19:31	00:13:04
40 - 44	22	198	4189	492	Carlos Serra	-	Alhandra Sporting Club	01:22:35	00:16:08
40 - 44	23	203	4372	866	Francisco Casaca	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:22:59	00:16:32
40 - 44	24	210	4305	1461	António João Santos	-	Açoreana Clube Banif	01:25:00	00:18:33
40 - 44	25	212	4396	732	António Peixoto	-	GRECI - EL CORTE INGLÉS	01:25:22	00:18:56
40 - 44	26	214	4279	435	João Morgado	-	Clube de Triatlo de Almada	01:25:50	00:19:24
40 - 44	27	231	3712	591	José Silveira	-	TRI CAP - Penafirme	01:29:15	00:22:48
40 - 44	28	232	4393	877	Julio Nunes	-	Associação Naval Amorense	01:29:35	00:23:08
40 - 44	29	236	4331	506	Fernando Oliveira	-	C. N. Cartaxo	01:30:22	00:23:55
40 - 44	30	237	4280	463	Paulo Lopes	-	Clube de Triatlo de Almada	01:30:28	00:24:01
40 - 44	31	241	4346	133	Jorge Carreiras	-	Individual	01:34:31	00:28:04
40 - 44	32	244	4365	131	Paulo Viana	-	Alhandra Sporting Club	01:36:09	00:29:42

45 - 49	1	31	4032	252	Carlos Gomes	-	Oeiras Sport Clube	01:06:36	
45 - 49	2	38	4013	500	Miguel Fragoso	-	Molly Maid - Vitoria de Janes	01:07:12	00:00:35
45 - 49	3	65	4178	299	Joaquim Fernandes	-	Clube Futebol Andorinha	01:09:36	00:02:59
45 - 49	4	76	4090	354	Rui Campos	-	Clube Olímpico de Oeiras	01:10:03	00:03:27
45 - 49	5	101	4204	243	Mário Sousa	-	Peniche A. C.	01:12:24	00:05:47
45 - 49	6	104	4299	525	Luis Serrazina	-	Ext. Coop. da Benedita	01:12:28	00:05:51
45 - 49	7	113	4278	1043	António Barbosa	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:13:14	00:06:37
45 - 49	8	127	4025	148	João Medeiro	-	Serv. Soc. CGD	01:13:56	00:07:20
45 - 49	9	129	4052	1351	Manuel Gonçalves	-	C. N. Colégio Vasco da Gama	01:14:03	00:07:27
45 - 49	10	138	4020	58	Paulo Alves	-	Amiciclo	01:15:06	00:08:30
45 - 49	11	140	4072	827	Renato Fidalgo	-	A. D. C. R. Painho	01:15:24	00:08:48
45 - 49	12	145	4312	1356	Vitor Carapelho	-	Individual	01:15:45	00:09:08
45 - 49	13	163	4384	471	Paulo Carvalho	-	Clube de Triatlo de Almada	01:17:23	00:10:47
45 - 49	14	165	4293	1099	Miguel Velez	-	Secção de Triatlo de Santa Iria	01:17:29	00:10:52
45 - 49	15	169	4300	521	Jorge Monteiro	-	Ext. Coop. da Benedita	01:18:13	00:11:36
45 - 49	16	170	4188	725	Luis Filipe Pereira	-	Peniche A. C.	01:18:14	00:11:38
45 - 49	17	177	4398	823	Luis Gomes	-	A. D. C. R. Painho	01:18:39	00:12:03
45 - 49	18	178	4108	225	Paulo Leitão Santos	-	Peniche A. C.	01:18:43	00:12:06
45 - 49	19	202	4410	201	Paulo Monteiro	-	Alhandra Sporting Club	01:22:55	00:16:19
45 - 49	20	213	4160	800	António Dias	-	Clube de Veteranos do Porto	01:25:40	00:19:03
45 - 49	21	219	4301	529	António Inácio	-	Ext. Coop. da Benedita	01:26:43	00:20:07
45 - 49	22	220	4141	207	Miguel Ayala Botto	-	Individual	01:26:58	00:20:21
45 - 49	23	223	4369	322	Jorge Corte-Real	-	C. F. "Os Belenenses"	01:28:14	00:21:37
45 - 49	24	229	4363	566	Joaquim Guedelha	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:29:06	00:22:29
45 - 49	25	235	4361	559	Hipólito Ferreira	-	G. D. R. de Manique de Cima	01:30:10	00:23:34
45 - 49	26	240	4370	330	Manuel Gomes	-	C. F. "Os Belenenses"	01:33:33	00:26:56
45 - 49	27	243	4388	617	Ruben António Costa	-	Individual	01:36:07	00:29:30

50 - 54	1	74	4274	112	Carlos Brito	-	Molly Maid - Vitoria de Janes	01:10:01	
50 - 54	2	88	4040	1373	António Raposo	-	Louletano/AlgarvCycles/LouleJardimHotel	01:11:25	00:01:24
50 - 54	3	89	4060	994	António Moura	-	SR Camarnal / Seguros Contacto /HILZY	01:11:26	00:01:25
50 - 54	4	110	4048	674	Jerónimo Manuel Cruz	-	Cl. Ferroviário de Vendas Novas	01:13:03	00:03:02
50 - 54	5	133	4075	242	José Peixoto	-	Peniche A. C.	01:14:29	00:04:27
50 - 54	6	142	4015	1046	José Oliveira	-	Molly Maid - Vitoria de Janes	01:15:40	00:05:39

Data:	14-03-2010	Hora:	10h45	Local:	Cadaval			
Corrida	6.000 mt	Ciclismo:	22.000 mt	Corrida:	2.000 mt			

Ranking:	Camp. Nac. Grupos de Idades	Idades:		Hora de Partida:	00h00
----------	-----------------------------	---------	--	------------------	-------

Escal	Lug	Lg Ind	Dorsal	Lic	Nome	PEN	Nome de clube	Total	Diff
-------	-----	--------	--------	-----	------	-----	---------------	-------	------

50 - 54	7	179	4439	1469	Luis Prego	-	Açoreana Clube Banif	01:18:52	00:08:50
50 - 54	8	185	4267	868	Victor Garcez	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:19:31	00:09:29
50 - 54	9	193	4342	140	Luis Filipe Silva	-	TRIATLO CLUBE TAP	01:20:45	00:10:43
50 - 54	10	204	4239	802	Vasco Santos	-	Clube de Veteranos do Porto	01:23:30	00:13:28
50 - 54	11	215	4237	1051	António Mamede	-	Peniche A. C.	01:26:12	00:16:10
50 - 54	12	217	4294	1056	José Panóias	-	Quintajense Futebol Clube	01:26:35	00:16:34
50 - 54	13	245	4161	799	José Melo	-	Clube de Veteranos do Porto	01:39:20	00:29:18
50 - 54	14	246	4440	1434	Manuel Costa	-	Assoc. Académica de Coimbra	01:41:38	00:31:36
50 - 54	15	248	4222	1049	Manuel Lopes	-	Peniche A. C.	01:44:30	00:34:28

55 - 59	1	124	4428	1388	Manuel Dourado	-	Clube Triatlo de Perosinho	01:13:52	
55 - 59	2	175	4315	1359	Carlos Dias	-	Individual	01:18:34	00:04:41
55 - 59	3	176	4326	405	Carlos Ferreira	-	Individual	01:18:38	00:04:45
55 - 59	4	209	4162	797	Henrique Gonçalves	-	Clube de Veteranos do Porto	01:24:52	00:10:59
55 - 59	5	218	4329	619	Rui Correia	-	Individual	01:26:39	00:12:46
55 - 59	6	234	4414	1354	Vitor Vicente	-	C. N. Colégio Vasco da Gama	01:29:54	00:16:01
55 - 59	7	242	4046	266	Mário Melo	-	Cl. Ferroviário de Vendas Novas	01:35:26	00:21:33

60 - 64	1	230	4038	1112	Joaquim Patricio	-	C. N. Alvito	01:29:14	
---------	---	-----	------	------	------------------	---	--------------	----------	--

65 - 69	1	249	4409	874	Francisco Cipriano	-	A. M. C. R. Fonte Grada	01:47:09	
---------	---	-----	------	-----	--------------------	---	-------------------------	----------	--