

XXX DUATLO DE GRÂNDOLA - CN INDIVIDUAL (01/03/2026)
Start List Provisória

Licença	Dorsal	Escalão	Chip	Nome	Sexo	CódEq	Clube
103772	4942	20-24		Ana Sancho	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
102810	3510	20-24		Diana Gonçalves	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
103686	3880	20-24	ZJMCH35	Margarida Barão	F	216	Sporting Clube de Portugal
103688	4036	20-24	ZJMCQ30	Mariana Paulino	F	813	TRISINTRA
106537	4746	20-24	ZJLCC10	Mariana Rodrigues Grilo	F	813	TRISINTRA
106844	3890	20-24	ZJMCK74	Matilde Branco	F	216	Sporting Clube de Portugal
105181	4948	25-29	ZJMCH51	Ália Duarte	F	382	GCA Donas - TRIATLO
101911	4184	25-29	ZJMCK96	Ana Cruz	F	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
110505	4750	25-29		Bárbara De Buck	F	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
110436	4776	25-29		Catarina Demetrian	F	728	CNATRIL Triatlo
103605	4033	25-29	ZJMCQ05	Inês Raimundo	F	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
102460	4417	25-29		Joana Figueiredo	F	728	CNATRIL Triatlo
110034	4591	25-29	ZJMCH45	Joana Pinto	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
110109	4632	25-29		Laura Martins	F	801	Lusitano Frusool
100742	3881	25-29		Madalena Bastos	F	238	Triatlo Clube Tap
100957	3669	25-29		Mariana Vargem	F	168	Ludens Machico - Hospital Particular da Madeira
104869	3797	25-29		Sofia Cruz	F	390	SFRAA TRIATLO
110775	4979	30-34		Alexandra Simão	F	363	Clube Triatlo de Abrantes
108867	3555	30-34	ZKAAJ60	Catarina Serrinha	F	783	Centro Ciclista Azeitonense
105247	4969	30-34	ZJMCH54	Dalila Romão	F	382	GCA Donas - TRIATLO
100958	4151	30-34	ZKAAJ36	Flávia Ribeiro	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
107787	4120	30-34	ZKAAJ34	Francisca Parente	F	728	CNATRIL Triatlo
109441	3698	30-34		Inês Mestre	F	154	Alhandra Sporting Club
107621	3837	30-34	ZKAAH06	Inês Silva	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
110159	4146	30-34		Inês Valdoleiros	F	728	CNATRIL Triatlo
100130	4339	30-34	ZKAAG87	Juliana Costa	F	390	SFRAA TRIATLO
108271	3985	30-34	ZJMCJ86	Lara Benito	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
110614	4762	30-34		Paula Matias	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
100434	3685	30-34		Rita Maria Lopes	F	390	SFRAA TRIATLO
109797	3991	30-34	ZJLCD72	Rute Teófilo	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
105827	4961	35-39		Aliona Gutu	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
106053	4957	35-39		Carlota Nogueira	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
102013	4209	35-39	ZJMCH56	Cintia Antonito	F	793	Quitério TRIPENICHE
110036	4592	35-39	ZJMCQ07	Claudia Domingos	F	382	GCA Donas - TRIATLO
106503	3677	35-39	ZJMCH85	Mariana Marques	F	728	CNATRIL Triatlo
109924	4537	35-39		Patrícia Contador	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
101718	3995	35-39		Patrícia Silva	F	762	CDASJ
108089	4123	35-39	ZJMCQ30	Sara Neto	F	728	CNATRIL Triatlo
106700	4080	35-39	ZKAAF90	Susana Alemão	F	762	CDASJ
103649	3748	35-39	ZJLCE62	Tuxa Negri	F	728	CNATRIL Triatlo
106056	7769	40-44		Alexandra Quintaneiro	F	759	Aminata Triatlo
100924	5278	40-44	ZJMCL35	Ana Duarte	F	216	Sporting Clube de Portugal
110153	6680	40-44		Ana Mettler Dias	F	238	Triatlo Clube Tap
107156	6775	40-44		Andreia Lourenço	F	728	CNATRIL Triatlo
100186	6412	40-44	ZKAAJ70	Brigitte Cardoso	F	390	SFRAA TRIATLO
101849	5849	40-44	ZKAAJ00	Carla Ribeiro	F	390	SFRAA TRIATLO
107693	6227	40-44	ZJMCF49	Ester Castelo	F	762	CDASJ
107532	7506	40-44	ZKAAH25	Filipa Fernandes	F	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
108083	5705	40-44	ZKAAJ13	Irina Pinto	F	766	Pedrógão Triatlo/CFDLP - Torres Novas
101977	6732	40-44		Liliana Verissimo	F	720	Sporting Clube de Espinho
101806	6991	40-44		Mafalda Viveiros	F	282	AD Galomar
110548	6855	40-44	ZKAAJ12	Margarida Lopes	F	766	Pedrógão Triatlo/CFDLP - Torres Novas
108906	6435	40-44		Miriam Gomes da Silva	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
107037	6944	40-44		Rita Marta	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
102502	6478	40-44		Zsófia Santos	F	728	CNATRIL Triatlo
110318	6724	45-49		Ana Franco	F	115	Clube de Futebol Os Belenenses
110234	6706	45-49	ZJMCQ22	Ana Valentim	F	251	Clube Oriental de Lisboa
101930	6369	45-49	ZJLCH14	Catarina Lourenço	F	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
105429	6129	45-49		Eva Silva	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
102529	5110	45-49	ZJMCF72	Patricia Rivotti	F	251	Clube Oriental de Lisboa
108039	5673	45-49		Raquel Matos	F	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
110312	6725	45-49		Rute Menezes	F	115	Clube de Futebol Os Belenenses
101221	5436	45-49		Sofia Monteiro Jorge	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
105590	7737	45-49	ZKAAF18	Soraia Gomes	F	390	SFRAA TRIATLO
101672	6981	45-49		Teresa Firme	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
107609	6941	45-49		Vera Almeida	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
108588	7577	50-54		Cláudia Silva	F	776	CNAL - Triatlo
100141	7968	50-54	ZJMCQ37	Fernanda Marques Santinha	F	251	Clube Oriental de Lisboa
102286	6441	50-54	ZKAAF33	Maria João Gonçalves	F	106	AMICICLO GRÂNDOLA
100696	5305	50-54	ZJMCF76	Maria Sousa	F	238	Triatlo Clube Tap
107607	5419	50-54	ZJLCC71	Sandra Rodrigues	F	251	Clube Oriental de Lisboa

Licença	Dorsal	Escalão	Chip	Nome	Sexo	CódEq	Clube
108876	5956	50-54		Sofia Patrício	F	783	Centro Ciclista Azeitonense
101686	6360	50-54		Sofia Quental	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
101680	6350	50-54		Sónia Patrão	F	743	Triatlo Fundação Salesianos
102910	7864	55-59	ZJLCE55	Eugénia Ribeiro	F	370	Clube de Natação da Amadora
100805	7837	55-59	ZJLCH03	Filomena Gomes	F	745	Vitória de Janes
100848	5291	55-59	ZJLCE81	Susana Pontes	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
105361	5187	60-64	ZJMCO16	Claudia Ferreira	F	251	Clube Oriental de Lisboa
106425	6183	60-64	ZJMCL09	Helena Sécio	F	0	Individual
101006	7915	60-64	ZKAAH51	Madalena Caninas	F	251	Clube Oriental de Lisboa
107329	6589	60-64	ZKAAF19	Rosália Guerreiro	F	0	Individual
103735	2659	CAD	ZJLCC00	Ana Fung	F	154	Alhandra Sporting Club
109061	2688	CAD		Andreia Gaspar	F	763	Palmela Desporto
100873	2620	CAD		Bruna Guerreiro	F	236	Louletano Cacial
108438	2696	CAD	ZJMCO38	Eva Ceia	F	154	Alhandra Sporting Club
106864	2528	CAD		Eva Mendes	F	646	Fc Ferreiras
106343	2636	CAD	ZKAAH59	Gabriela Ribeiro	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
107239	2518	CAD	ZKAAJ08	Joana Raimundo	F	259	Galitos Triatlo / ROSAS Restaurante
105068	2564	CAD	ZKAAV92	Lara Santos	F	216	Sporting Clube de Portugal
108628	2637	CAD	ZIMCJ82	Leonor Santos	F	762	CDASJ
108451	2716	CAD		Madalena Santos	F	783	Centro Ciclista Azeitonense
109533	2531	CAD		Margarida Martins	F	801	Lusitano Frusol
107680	2532	CAD	ZKAAE38	Maria Farinha	F	115	Clube de Futebol Os Belenenses
108553	2651	CAD	ZKAAV80	Maria Marques	F	233	CAPGE
105054	2562	CAD	ZJMCL22	Mariana MacKay	F	216	Sporting Clube de Portugal
109226	3056	JUN		Cecilia Alexandra Voznyuk Tintim	F	762	CDASJ
110656	3060	JUN		Diana André	F	762	CDASJ
110693	3058	JUN		Ester Fonseca	F	291	Sport União Colareense
106309	3449	JUN		Fabiana Ferreira	F	816	Tri Clube Penafiel
109330	3031	JUN	ZKAAJ40	Felicitas Paterno	F	343	REPSOL TRIATLO
104623	3048	JUN	ZKAAF23	Inês Fernandes	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
102025	3396	JUN	ZJMCG41	Joana Alves	F	216	Sporting Clube de Portugal
102291	3451	JUN	ZJMCJ60	Letícia Magalhães	F	216	Sporting Clube de Portugal
108392	3435	JUN		Maria Inês	F	796	Clube Desportivo em Movimento
104072	3465	JUN	ZJMCR48	Mariana Pinto	F	813	TRISINTRA
104322	3414	JUN	ZJMCJ73	Marta Ribeiro	F	216	Sporting Clube de Portugal
102370	3290	JUN	ZJMCF84	Sofia Sousa	F	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
105032	4738	20-24	ZJLCH47	Afonso Ferreira	M	216	Sporting Clube de Portugal
101574	4356	20-24	ZKAAF82	Afonso Mourão	M	766	Pedrógão Triatlo/CFDLP - Torres Novas
107251	3519	20-24		Bernardo Magina	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
100655	3551	20-24		David Borda d'Água	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
102637	4027	20-24	ZKAAJ47	Diogo Carvalhinho	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
110877		20-24		Diogo Neves	M	236	Louletano Cacial
109926	4539	20-24		Henrique Silva	M	800	Triatlo - Clube Desportivo da Venda do Pinheiro
105409	4320	20-24		Hugo Nunes	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
109490	3688	20-24	ZJMCH50	João Cabral	M	216	Sporting Clube de Portugal
102897	4926	20-24		João Pinto	M	647	Clube Atlético de Oliveira do Hospital
105033	4739	20-24	ZKAAH95	José Ferreira	M	216	Sporting Clube de Portugal
100429	3501	20-24		Luís Marques	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
105677	4067	20-24	ZJMCR37	Miguel Neves	M	815	Casa Benfica Entroncamento
101608	3749	20-24	ZJMCH21	Miguel Noronha	M	741	GRCD Leão Triatlo
110128	4652	20-24		Nelson Moreira	M	816	Tri Clube Penafiel
105999	3948	20-24	ZKAAF92	Rafael Alemão	M	762	CDASJ
105440	4368	20-24		Ruben Leandro Ribeiro	M	816	Tri Clube Penafiel
100572	3627	25-29	ZKAAJ81	André Crispim	M	324	Exército de Portugal
102465	4066	25-29		António Barata	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
100373	3500	25-29	ZJMCH13	Bruno Marques	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
110219	4693	25-29		Daniel Severino	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
101656	3878	25-29	ZKAAF37	Diogo Matias	M	115	Clube de Futebol Os Belenenses
106380	4944	25-29	ZJMCH31	Duarte Rodrigues Neutel	M	743	Triatlo Fundação Salesianos
110430	4791	25-29		Francisco Cai-Água	M	743	Triatlo Fundação Salesianos
110540	4809	25-29		Frederico Silva	M	0	Individual
110126	4651	25-29		Gonçalo Roigado	M	800	Triatlo - Clube Desportivo da Venda do Pinheiro
110510	4837	25-29		João Gomes	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
109771	3942	25-29	ZJMCK07	João Graça	M	115	Clube de Futebol Os Belenenses
109667	3594	25-29	ZJMCH34	João Miguel Pires	M	363	Clube Triatlo de Abrantes
110606	4846	25-29		José Machado	M	390	SFRAA TRIATLO
102047	4225	25-29	ZJMCL42	Rúben Marques Cruz	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
105246	4952	25-29		Ruben Mendes	M	382	GCA Donas - TRIATLO
110547	4843	30-34		Diogo Santos	M	766	Pedrógão Triatlo/CFDLP - Torres Novas
110717	4938	30-34		Francisco Cordeiro	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
110854	3513	30-34		Gonçalo João Horteiga	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras

Licença	Dorsal	Escalão	Chip	Nome	Sexo	CódEq	Clube
101592	4349	30-34	ZKAAJ22	Gonçalo Ribeiro	M	216	Sporting Clube de Portugal
100425	4315	30-34	ZJMCH47	Hugo Baluga	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
110676	4896	30-34		João F. Ribeiro	M	793	Quitério TRIPENICHE
100813	3873	30-34	ZKAAJ04	João Francisco Ferreira	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
108843	3526	30-34	ZJMCH83	João Freire	M	800	Triatlo - Clube Desportivo da Venda do Pinheiro
110087	4615	30-34		José Sousa	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
106800	4395	30-34	ZJMCI57	Marco Pinto	M	222	TRICAP-Penafirme
107972	4126	30-34	ZJMCL01	Nicolas Ezequiel Puliani	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
102350	4367	30-34		Nuno Alves	M	816	Tri Clube Penafiel
100834	3600	30-34	ZJMCQ28	Nuno André	M	745	Vitória de Janes
107613	4425	30-34	ZKAAG40	Nuno Arraiano	M	324	Exército de Portugal
110607	4760	30-34		Pedro Vasco	M	390	SFRAA TRIATLO
101713	3979	30-34	ZJMCG61	Rafael Reis	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
109861	4178	30-34		Rodrigo Paiva	M	728	CNATRIL Triatlo
102844	4487	30-34		Samir Sandoval	M	708	CCD / INTERMARCHÉ LAGOS
101481	3987	35-39	ZJMCJ48	André Silva	M	745	Vitória de Janes
107205	4035	35-39	ZKAAJ68	Bruno Filipe Paiva Ferreira	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
104745	4055	35-39	ZJMCG33	Carlos Matias	M	745	Vitória de Janes
110516	4852	35-39		Daniel Manso	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
105759	4973	35-39		David Martins	M	0	Individual
100418	3518	35-39	ZKAAF27	Fábio Branco	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
110391	4795	35-39	ZJMCH70	Fábio Palma	M	0	Individual
110849	3521	35-39		Gonçalo Mareco	M	310	Lusitano - Setúbal
107729	4119	35-39	ZJMCK25	Henrique Moreira	M	259	Galitos Triatlo / ROSAS Restaurante
110512	4839	35-39		Hermínio Baptista	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
101665	3919	35-39	ZJMCA41	João Diogo Ferreira	M	251	Clube Oriental de Lisboa
103353	4305	35-39	ZJMCK13	João Jesus	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
109796	3989	35-39		João Rato	M	390	SFRAA TRIATLO
101451	4476	35-39		Jorge Almeida	M	756	AEJ Triatlo
109558	4371	35-39		José Oliveira	M	756	AEJ Triatlo
110449	4804	35-39		Luis Carradinha	M	821	Triatlo Ponterrolense
102202	4293	35-39	ZJMCI65	Luiz Silva	M	719	TRIATLO - Santo André Sport Club
100775	3566	35-39	ZKAAV00	Miguel Arraiolos	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
109877	4337	35-39	ZJMCR22	Paulo Martins	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
108078	4327	35-39		Pedro Lopes	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
110587	4803	35-39		Pedro Lopes	M	815	Casa Benfica Entroncamento
109740	3927	35-39	ZILCC79	Ricardo Lopes	M	363	Clube Triatlo de Abrantes
108333	4109	35-39	ZJMCH58	Roberto Barata	M	382	GCA Donas - TRIATLO
108480	3565	35-39		Rúben Macedo	M	762	CDASJ
104727	3511	35-39		Sérgio Monteiro	M	728	CNATRIL Triatlo
105613	3722	35-39		Tiago Encarnação	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
105681	3723	35-39	ZJMCG21	Vasco Silva Damásio	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
109713	7709	40-44		André Cabrita	M	762	CDASJ
102710	7593	40-44		Bruno Carreira	M	800	Triatlo - Clube Desportivo da Venda do Pinheiro
108739	5941	40-44	ZJMCK94	Bruno Costa	M	291	Sport União Colarense
110509	6842	40-44	ZJMCH43	Bruno Miguel do Souto Azevedo	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
107177	6211	40-44		Bruno Pontes	M	236	Louletano Cacial
106709	5620	40-44	ZJMCH88	Bruno Rolim	M	745	Vitória de Janes
104719	6085	40-44	ZJMCH84	Carlos Escorcio	M	745	Vitória de Janes
106257	6936	40-44	ZKAAJ65	Carlos Teixeira	M	324	Exército de Portugal
108702	6242	40-44	ZILCE88	Daniel José Cesário	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
100414	6300	40-44		Daniel Niiiaziev	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
102707	6418	40-44		Dino Ramos	M	363	Clube Triatlo de Abrantes
110579	6863	40-44		Fábio Andrade	M	800	Triatlo - Clube Desportivo da Venda do Pinheiro
102148	6796	40-44	ZJMCH90	Fernando Morais	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
109322	6436	40-44		Francisco Freire Gameiro	M	154	Alhandra Sporting Club
104702	6751	40-44		Gonçalo Antunes	M	0	Individual
103316	5663	40-44	ZKAAH99	Gonçalo Martins	M	776	CNAL - Triatlo
109737	7717	40-44	ZJMCK32	Gonçalo Santos	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
101348	7846	40-44		Henrique Delgado	M	799	Triatlo Clube da Lourinhã
110508	6814	40-44	ZJMCH42	Hugo Chan	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
110434	6810	40-44		Hugo Palma	M	310	Lusitano - Setúbal
102321	6458	40-44		Ivan Valadares	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
110511	6844	40-44	ZJMCG06	Ivo Rodrigues	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
103961	6872	40-44		João Bragadeste	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
109798	6787	40-44		João Eduardo	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
103135	6731	40-44	ZJMCG01	João Fonte-Boa	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
110200	6694	40-44		João Horta	M	801	Lusitano Frusol
103409	7796	40-44	ZKAAG00	João Paulo Nunes Ferreira Ribeiro Cardoso	M	324	Exército de Portugal
105051	7635	40-44	ZJMCH59	Leandro Fonseca	M	762	CDASJ
106878	6180	40-44	ZKAAF95	Luis Alemão	M	762	CDASJ

XXX DUATLO DE GRÂNDOLA - CN INDIVIDUAL (01/03/2026)
Start List Provisória

Licença	Dorsal	Escalão	Chip	Nome	Sexo	CódEq	Clube
103180	4727	40-44		Luís Costa Santos	M	390	SFRAA TRIATLO
109425	7600	40-44	ZJMCI61	Manuel Júlio	M	714	Estoril Praia Credibom
106934	7644	40-44		Manuel Muando	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
110556	6771	40-44		Nuno Pereira	M	816	Tri Clube Penafiel
106650	6949	40-44		Nuno Salema	M	743	Triatlo Fundação Salesianos
110237	6707	40-44	ZKAAE35	Nuno Santos	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
108420	6781	40-44		Pedro Rilhó	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
102259	5701	40-44		Rafael Delaunay Gomes	M	647	Clube Atlético de Oliveira do Hospital
104938	7766	40-44		Ricardo Gomes	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
100436	7620	40-44	ZJLCD81	Rui Dolores	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
109758	7727	40-44		Rui Ferraz	M	762	CDASJ
106925	6203	40-44	ZJMCQ28	Rui Martins	M	216	Sporting Clube de Portugal
109324	6285	40-44		Rui Messias	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
108930	6239	40-44		Rui Oliveira	M	756	AEJ Triatlo
100497	6287	40-44		Rui Oliveira	M	364	Vela de Tavira
104258	6075	40-44	ZJMCQ56	Rui Pires	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
106736	6200	40-44	ZJLCD84	Rui Silva	M	255	Escola Triatlo Santo António Évora
108884	5961	40-44		Sergei Sorokin	M	236	Louletano Cacial
103879	7735	40-44		Sergio Maquinista	M	343	REPSOL TRIATLO
102086	5643	40-44	ZJMCI27	Tiago Cochicho	M	291	Sport União Colarense
109591	7674	40-44	ZKAAG11	Tiago Neves	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
105312	5169	45-49	ZJMCH27	Alex Cabrita	M	236	Louletano Cacial
110470	6812	45-49	ZJMCQ50	Alexandre Dimas	M	762	CDASJ
106426	6156	45-49		António Queirós	M	0	Individual
108388	5807	45-49	ZJMCQ45	Bruno Bertão	M	741	GRCD Leão Triatlo
108844	7651	45-49		Bruno Carlos	M	0	Individual
103235	5784	45-49		Bruno Domingos	M	801	Lusitano Frusol
102925	6492	45-49	ZJLCH18	Bruno Fonseca	M	722	3B - triatlo
101613	6076	45-49	ZJMCH19	Bruno Proença	M	216	Sporting Clube de Portugal
110171	5559	45-49	ZJMCH39	Carlos Duarte	M	708	CCD / INTERMARCHÉ LAGOS
110658	6893	45-49		Carlos Ferreira	M	799	Triatlo Clube da Lourinhã
109830	7749	45-49	ZKAAF56	Carlos Gouveia	M	364	Vela de Tavira
110399	6799	45-49		Carlos Gregório	M	310	Lusitano - Setúbal
104862	6119	45-49	ZJMCQ04	Daniel Morgado	M	815	Casa Benfica Entroncamento
103128	6414	45-49		David Coelho	M	390	SFRAA TRIATLO
106790	5978	45-49		Davide Silva	M	247	DAR-Recardães
103899	6021	45-49	ZJMCQ02	Esmeraldino Sá	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
110249	6716	45-49		Frederico Soares	M	0	Individual
104024	6014	45-49		Gonçalo Gameiro	M	745	Vitória de Janes
110349	6728	45-49		Gonçalo Gaspar	M	259	Galitos Triatlo / ROSAS Restaurante
100578	7820	45-49	ZJMCK85	Henrique Matias	M	728	CNATRIL Triatlo
101746	5719	45-49	ZJMCK21	Hugo Carrageta	M	260	Kainágua
107330	6590	45-49	ZKAAF22	Israel Guarda	M	0	Individual
106585	6175	45-49	ZJMCK98	João Pedro Farinha	M	745	Vitória de Janes
107981	5622	45-49		João Rodrigues	M	236	Louletano Cacial
105321	5175	45-49		João Serralha	M	115	Clube de Futebol Os Belenenses
101857	5149	45-49	ZKAAG91	José Rodrigues	M	324	Exército de Portugal
107712	5558	45-49	ZJMCI87	Justino Santos	M	741	GRCD Leão Triatlo
108866	5947	45-49	ZKAAG74	Luís Manuel Dias	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
108168	5744	45-49		Luís Rufino	M	796	Clube Desportivo em Movimento
109906	6567	45-49		Manuel Moreira	M	816	Tri Clube Penafiel
102663	5669	45-49	ZJMCI31	Marco Leite	M	756	AEJ Triatlo
110555	6753	45-49		Nelson Gomes	M	816	Tri Clube Penafiel
101964	7903	45-49	ZJMCQ66	Nelson Mestre	M	801	Lusitano Frusol
105633	5227	45-49	ZJLCC96	Nuno Dantas	M	238	Triatlo Clube Tap
106567	5975	45-49	ZJMCH27	Nuno Lopes	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
102653	5064	45-49		Nuno Neves	M	236	Louletano Cacial
103344	5512	45-49	ZJMCR30	Nuno Rocha	M	762	CDASJ
102009	6245	45-49	ZJMCH55	Nuno Soares	M	793	Quitério TRIPENICHE
100611	7951	45-49	ZJMCK72	Pedro Carreira	M	793	Quitério TRIPENICHE
101783	5228	45-49	ZJMCR13	Pedro Fernandes	M	251	Clube Oriental de Lisboa
101291	6460	45-49	ZKAAH07	Ricardo Lanceiro	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
110597	6862	45-49		Ricardo Leitão	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
101897	6405	45-49	ZJMCH22	Rui Gameiro	M	814	Thomar Athletics
100613	6067	45-49		Sérgio Dias	M	728	CNATRIL Triatlo
101743	6318	50-54		Alexandre Martins	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
103878	6427	50-54	ZKAAF69	António Martins	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
105961	5360	50-54		António Martins	M	364	Vela de Tavira
108439	5826	50-54	ZJMCQ09	Bruno Pereira	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
100570	6410	50-54	ZKAAF58	Carlos Fernandes	M	390	SFRAA TRIATLO
105823	5322	50-54		Carlos Gomes Ferreira	M	236	Louletano Cacial

XXX DUATLO DE GRÂNDOLA - CN INDIVIDUAL (01/03/2026)
Start List Provisória

Licença	Dorsal	Escalão	Chip	Nome	Sexo	CódEq	Clube
108498	5838	50-54		Daniel Cabrita	M	762	CDASJ
109205	7516	50-54	ZKAAJ57	Daniel Santos	M	799	Triatlo Clube da Lourinhã
101071	5006	50-54	ZKAAE30	David Caldeirão	M	236	Louletano Cacial
102063	5535	50-54	ZKAAF31	Eduardo Costa	M	291	Sport União Colarense
110671	6906	50-54	ZJMCG02	Ferenc Worum	M	813	TRISINTRA
110446	6798	50-54		Fernando Silva	M	821	Triatlo Ponterrolense
105253	5148	50-54	ZJMCK46	Filipe Santos	M	762	CDASJ
110812	6982	50-54		Francisco Heitor	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
108429	5820	50-54	ZKAAF08	Horácio Oliveira	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
105293	5163	50-54		Hugo Henriques	M	115	Clube de Futebol Os Belenenses
110617	6758	50-54		Ivo Nunes	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
101341	6419	50-54		João Duarte	M	106	AMICICLO GRÂNDOLA
110784	6970	50-54		João Pinto	M	0	Individual
106323	6166	50-54		José Gomes	M	762	CDASJ
102297	5129	50-54	ZJMCH33	José Varela	M	260	Kainágua
101755	6582	50-54	ZJLCD98	Luís Alegrias	M	260	Kainágua
100824	7812	50-54		Luis Almeida	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
109664	7696	50-54	ZJMCI66	Luís Bandeira	M	255	Escola Triatlo Santo António Évora
103647	5819	50-54	ZJMCI70	Luis Carvalho	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
101567	5581	50-54		Luís Cipriano	M	821	Triatlo Ponterrolense
103031	7581	50-54	ZKAAE27	Luís Silva	M	251	Clube Oriental de Lisboa
101673	6347	50-54		Marcos Cagido	M	743	Triatlo Fundação Salesianos
102026	6250	50-54		Nuno Antunes Varela	M	763	Palmela Desporto
104978	5120	50-54		Nuno Duarte	M	761	Linda-a-Pastora Sporting Clube
105386	5193	50-54	ZKAAJ45	Nuno José	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
109714	7710	50-54	ZKAAF94	Paulo Guerreiro	M	762	CDASJ
106593	6195	50-54	ZJMCR16	Paulo Santos	M	762	CDASJ
107247	6212	50-54		Pedro Bargão	M	766	Pedrogão Triatlo/CFDLP - Torres Novas
110262	6718	50-54		Pedro Cardoso	M	259	Galitos Triatlo / ROSAS Restaurante
110870		50-54	ZJMCH02	Pedro Ferreira	M	324	Exército de Portugal
104118	6070	50-54		Pedro Mendonça	M	236	Louletano Cacial
109432	7602	50-54	ZJMCG62	Pedro Rebola	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
108868	5948	50-54	ZJMCH41	Ricardo Afonso	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
108353	5793	50-54	ZJLCC76	Rui Duarte	M	762	CDASJ
108019	7614	50-54	ZJLCD77	Rui Madeira	M	743	Triatlo Fundação Salesianos
101865	5053	50-54	ZKAAG23	Rui Narigueta	M	254	Clube de Natação de Torres Novas
103215	5552	50-54	ZJLCE66	Samuel Eugénio	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
110785	6973	50-54		Sérgio Bastos	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
102283	6439	50-54	ZKAAF13	Vitor Luís	M	390	SFRAA TRIATLO
104138	6072	55-59	ZJLCH50	Adolfo Vagos	M	793	Quitério TRIPENICHE
101811	5285	55-59	ZJMCQ11	António Calafate	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
101066	7894	55-59	ZJLCE57	António Vitorino	M	793	Quitério TRIPENICHE
100686	7886	55-59		Carlos Serra	M	251	Clube Oriental de Lisboa
104646	6524	55-59		Gabriel Alves	M	722	3B - triatlo
101596	7870	55-59	ZJMCG24	Gonçalo Neves	M	815	Casa Benfica Entroncamento
102612	7865	55-59	ZJMCA43	João Narra	M	370	Clube de Natação da Amadora
103179	6413	55-59	ZJMCF77	Jorge Carvalho	M	251	Clube Oriental de Lisboa
102524	5377	55-59		Jorge Vieira	M	291	Sport União Colarense
106315	6108	55-59	ZKAAG93	José Carlos Abrantes	M	324	Exército de Portugal
103659	6022	55-59		José Peixoto	M	816	Tri Clube Penafiel
103173	7944	55-59	ZKAAE37	Miguel David	M	251	Clube Oriental de Lisboa
101760	6594	55-59	ZJLCD97	Paulo Carvalhinho	M	260	Kainágua
107166	6036	55-59	ZJMCG26	Paulo Moutinho	M	251	Clube Oriental de Lisboa
100517	6495	55-59	ZJMCF54	Paulo Teles	M	722	3B - triatlo
100612	7957	55-59		Pedro Cordeiro	M	793	Quitério TRIPENICHE
107119	5521	55-59	ZJLCE98	Pedro Ferreira	M	0	Individual
105659	5246	55-59	ZKAAH85	Pedro Lourenço	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
102526	5536	55-59		Pedro Ribeiro	M	291	Sport União Colarense
103321	5516	55-59	ZJMCH52	Renato Araújo	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
100266	6493	55-59	ZJMCG23	Sérgio Batalha	M	722	3B - triatlo
100599	6741	60-64	ZJMCH57	António Ervideira	M	0	Individual
106649	6529	60-64	ZKAAJ79	António Horta	M	171	CPArmada
100793	5369	60-64	ZJMCK91	Carlos Gomes	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
107391	6967	60-64	ZJLCE63	Carlos Nunes	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
100125	7916	60-64	ZJMCH12	Carlos Silva	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
104861	5003	60-64		João Manuel Rosado	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
104789	6117	60-64		José Monteiro	M	173	Veteranos do Porto
103944	6498	60-64		Luís Trigo	M	310	Lusitano - Setúbal
101065	7505	65-69	ZJLCH31	António Moura	M	793	Quitério TRIPENICHE
100889	7955	65-69	ZJLCH02	Francisco Bexiga	M	0	Individual
102127	5847	65-69		João Rodrigues	M	762	CDASJ

Licença	Dorsal	Escalão	Chip	Nome	Sexo	CódEq	Clube
100927	5280	65-69	ZJMCH63	Jorge Simão	M	793	Quitério TRIPENICHE
101410	7921	65-69	ZJLCE80	José Carlos Varela	M	364	Vela de Tavira
108610	5871	65-69	ZJMCI93	José Damas	M	363	Clube Triatlo de Abrantes
101076	6254	65-69	ZJMCK80	Jose Peixoto	M	793	Quitério TRIPENICHE
100285	5539	65-69	ZJMCR04	Renato Fidalgo	M	750	Pimpões Triatlo
101401	5034	70-74		Carlos Cabrita	M	236	Louletano Cacial
106239	5471	70-74	ZJLCH06	Fernando Mendes	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
100453	5505	75-79		Fernando Pombo	M	796	Clube Desportivo em Movimento
104047	5878	75-79		Victor Campos	M	247	DAR-Recardães
100277	5908	80-84		Carlos Leite	M	756	AEJ Triatlo
100119	5634	80-84		Carlos Matias	M	821	Triatlo Ponterrolense
101561	5582	80-84		Francisco Cipriano	M	821	Triatlo Ponterrolense
108250	2502	CAD		Afonso Corvo	M	291	Sport União Colarense
107942	2519	CAD		Bernardo Costa	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
103164	2751	CAD		Denis Fragoso	M	216	Sporting Clube de Portugal
109323	2515	CAD		Diogo Reis Silva	M	799	Triatlo Clube da Lourinhã
110493	2631	CAD		Diogo Silva	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
104164	2520	CAD		Edson Tavares	M	370	Clube de Natação da Amadora
106222	2676	CAD	ZKAAH42	Eduardo Branco	M	154	Alhandra Sporting Club
109815	2618	CAD	ZJMCH79	Filipe Duarte	M	216	Sporting Clube de Portugal
107952	2693	CAD	ZKAAJ30	Francisco Dias	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
100865	2555	CAD		Francisco Romão	M	646	Fc Ferreiras
106536	2546	CAD	ZKAAF02	Gonçalo Antunes	M	813	TRISINTRA
103744	2698	CAD		Guilherme Simões	M	763	Palmela Desporto
100918	2503	CAD	ZJMCG89	Gustavo Neves	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
107100	2534	CAD		João Nascimento	M	714	Estoril Praia Credibom
107763	2686	CAD	ZJMCG85	João Neves	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
108102	2584	CAD	ZJMCH91	Júlio Duarte	M	216	Sporting Clube de Portugal
110258	2505	CAD		Lourenço Corvo	M	291	Sport União Colarense
107572	2780	CAD	ZJMCH89	Martim Martins	M	370	Clube de Natação da Amadora
105908	2650	CAD	ZKAAV86	Martim Santos	M	233	CAPGE
104701	2634	CAD	ZJLCC85	Pedro Rasquilho	M	154	Alhandra Sporting Club
104076	2661	CAD	ZJLCE95	Rodrigo Barreto	M	154	Alhandra Sporting Club
108960	2724	CAD	ZJLCD88	Rodrigo Batista	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
105872	2678	CAD	ZJLCC77	Rodrigo Gato	M	370	Clube de Natação da Amadora
102768	2514	CAD	ZKAAG32	Rodrigo Leitão	M	783	Centro Ciclista Azeitonense
105278	2713	CAD	ZJLCC73	Salvador Gonçalves	M	813	TRISINTRA
104166	2776	CAD		Samuel Parisot	M	370	Clube de Natação da Amadora
104683	2565	CAD	ZJLCE92	Santiago Pereira Gaspar	M	154	Alhandra Sporting Club
104967	2635	CAD		Simão Viegas	M	801	Lusitano Frusol
101503	2625	CAD		Tiago Guerreiro Martins	M	236	Louletano Cacial
101506	2624	CAD		Vasco Pinto	M	236	Louletano Cacial
108223	3055	JUN	ZJLCH41	Alexandre Carvalho	M	813	TRISINTRA
108436	3484	JUN		Andonis Marmouset	M	708	CCD / INTERMARCHÉ LAGOS
105581	3445	JUN	ZKAAH01	André Souto	M	160	Outsystems Olímpico de Oeiras
106838	3078	JUN	ZKAAH27	António Borges	M	154	Alhandra Sporting Club
106269	3077	JUN	ZKAAJ78	António Leão	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
110281	3092	JUN		David Gândara	M	259	Galitos Triatlo / ROSAS Restaurante
109406	3069	JUN		David Moreira	M	370	Clube de Natação da Amadora
103366	3408	JUN	ZKAAH29	Dinis Ferreira	M	216	Sporting Clube de Portugal
107733	3029	JUN	ZKAAF09	Duarte Oliveira	M	217	AmoraSub/Associação Naval Amorense
109676	3032	JUN	ZJMCK97	Francisco Costa	M	115	Clube de Futebol Os Belenenses
102147	3017	JUN	ZJMCG95	Francisco Frazão	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
105997	3051	JUN	ZKAAF96	Gonçalo Alemão	M	762	CDASJ
101883	3383	JUN	ZJLCC51	Gonçalo Gaspar	M	259	Galitos Triatlo / ROSAS Restaurante
109756	3070	JUN		Guilherme Viegas	M	763	Palmela Desporto
109642	3034	JUN	ZJMCG87	Illia Kucher	M	361	FET-Fátima Escola de Triatlo
102604	3083	JUN	ZJMCH94	João Pinto	M	728	CNATRIL Triatlo
110692	3059	JUN	ZJMCH28	Manuel Roque	M	773	Vasco da Gama Atlético Clube de Sines
103871	3019	JUN	ZKAAG54	Martim Maquinista	M	343	REPSOL TRIATLO
102304	3036	JUN	ZKAAH62	Miguel Mendes	M	776	CNAL - Triatlo
110144	3008	JUN		Rodrigo Pires	M	233	CAPGE
105634	3050	JUN	ZKAAF91	Simão Guerreiro	M	762	CDASJ
104433	3046	JUN	ZKAAG15	Simão Vieira	M	283	Núcleo do Sporting da Golegã
109053	3094	JUN		Sin Mega	M	714	Estoril Praia Credibom
109766	3382	JUN		Tiago Martins	M	762	CDASJ
104490	3021	JUN		Vicente Graça	M	370	Clube de Natação da Amadora
107307	3493	JUN		Vinicius Gonçalves	M	714	Estoril Praia Credibom

Chip Alugado