



FEDERAÇÃO DE TRIATLO  
PORTUGAL

*Caro*

I Triatlo Longo do Zêzere - Sertã -

CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL ABSOLUTA

Maiores

<b>Localização:</b>	<b>Sertã</b>	<b>(Município: NATAÇ (Nº) CICLO (Nº) CORRIDA (Nº)):</b>	<b>1800/75/19200</b>
<b>Data:</b>	<b>30-05-2004</b>	<b>Hora Início:</b>	<b>9h30m</b>

<b>Departamento:</b>	<b>Sérgio Santos</b>	<b>Ass. Técnico:</b>	<b>Nelson Laranjeira</b>
<b>Associação:</b>	<b>Círculo Nacional</b>	<b>Associação:</b>	

Pos.	Nº	Nome	Sexo	Associação	TRIATLO			Tempo Total				
					NATAÇÃO	CICLISMO	CORRIDA					
1	586	Pedro Pinheiro	SEN	Tri-Oeste -Clube do Triatlo do Oeste	37	0:38:46	1	2:12:11	2	1:13:57	4:02:54	0:00:00
2	687	Custódio António	SEN	BR Comercial-Comer. Ramalho	7	0:31:18	5	2:16:42	5	1:16:00	4:04:00	0:01:06
3	467	Sean Evoy	SEN	Triathlon Lamego Club	13	0:31:50	7	2:17:40	4	1:15:02	4:04:32	0:01:38
4	691	Daniel Bargaia Araújo	SEN	Individual	35	0:38:40	3	2:15:20	6	1:16:08	4:06:08	0:05:14
5	789	Carlos Gomes	VI	Ferrel-Oitavas Sport Clube	33	0:38:32	12	2:19:24	7	1:17:22	4:13:18	0:10:24
6	528	António Catarina	SEN	Casa de Benfca no Fundão	52	0:40:54	8	2:18:40	3	1:14:21	4:13:55	0:11:01
7	1604	Tiago Lobo	SEN	Triathlon Lamego Club	2	0:28:24	25	2:28:18	8	1:19:31	4:14:13	0:11:19
8	495	Luís Duarte	SEN	Tri-Oeste -Clube do Triatlo do Oeste	15	0:32:24	6	2:17:02	17	1:25:17	4:14:43	0:11:48
9	598	Alcino Serras	SEN	BR Comercial-Comer. Ramalho	49	0:40:16	21	2:25:16	1	1:09:17	4:14:49	0:11:58
10	692	Rui Rodrigues	SEN	Tri-Oeste -Clube do Triatlo do Oeste	4	0:29:58	22	2:25:23	9	1:20:52	4:16:11	0:12:17
11	654	Cristiano Andrade	SEN	Assoc. Fertiliz Mendez Pinto	8	0:31:19	13	2:20:51	16	1:24:28	4:16:36	0:13:42
12	486	Nuno Neves	SEN	Casa Benfca Faro/GASCAN	3	0:29:54	19	2:19:01	21	1:28:05	4:17:00	0:14:06
13	626	Rui Melo	SEN	Sport União Celvarum	11	0:31:26	15	2:21:56	15	1:23:57	4:17:19	0:14:25
14	672	Paulo Lamego	SEN	C.F. "Os Belenenses"	20	0:33:24	10	2:22:31	13	1:22:57	4:18:52	0:15:58
15	638	Frederico Jacob	SEN	Ferrel-Oitavas Sport Clube	47	0:39:28	4	2:18:32	14	1:23:30	4:19:39	0:16:45
16	774	José Oliveira	VI	MBV Estádio	32	0:36:25	18	2:22:44	19	1:21:29	4:20:38	0:17:44
17	475	Sérgio Dias	SEN	Tri-Oeste -Clube do Triatlo do Oeste	41	0:37:56	19	2:23:03	11	1:22:17	4:23:16	0:20:22
18	658	José Salgueiro	VI	Avalanche/Oitavas Juntas	44	0:38:06	9	2:16:58	20	1:27:18	4:24:22	0:21:28
19	797	Clebe Silva	SEN	Casa de Benfca no Fundão	22	0:33:27	23	2:25:36	19	1:27:13	4:28:16	0:23:22
20	562	Bruno Grilo	SEN	C.F. "Os Belenenses"	12	0:31:36	38	2:29:40	22	1:28:13	4:29:29	0:23:35
21	481	Anibal Oliveira	SEN	Amêzide	53	0:41:01	27	2:26:58	12	1:22:47	4:30:46	0:27:32
22	775	João Santos	VI	MBV Estádio	11	0:33:24	14	2:20:52	35	1:38:16	4:32:32	0:28:38
23	680	Alexandre Ventura	SEN	C.M. Carmona	16	0:32:34	29	2:28:22	29	1:34:44	4:35:40	0:32:45
24	679	Duarte Barreto	SEN	C.M. Carmona	18	0:32:35	36	2:31:44	25	1:32:19	4:38:38	0:33:44
25	451	Paulo Prieto	SEN	A.D.C.R. Palhão/Plas Rocha	65	0:47:17	26	2:23:21	18	1:26:06	4:38:48	0:33:52
26	378	Guilherme Capelo	S23	Sociedade - Vigas	5	0:30:01	39	2:33:20	31	1:35:57	4:39:18	0:34:24
27	685	José Zacarias	SEN	Ferrel-Oitavas Sport Clube	31	0:35:48	11	2:19:21	43	1:44:52	4:40:01	0:37:07
28	1145	Hugh Gibbs	VI	Individual	26	0:33:57	33	2:30:47	33	1:36:45	4:41:29	0:38:35
29	671	Bruno Salvador	SEN	Individual	19	0:32:36	42	2:38:24	28	1:32:29	4:41:29	0:38:35
30	574	José Freire	SEN	C.F. "Os Belenenses"	45	0:38:17	31	2:29:57	27	1:33:15	4:41:29	0:38:36
31	795	João Pereira	VI	PODEC / Tri-Oeste.com	27	0:34:02	45	2:37:59	24	1:29:32	4:41:33	0:38:39
32	667	Danny Silva	SEN	C.A.D.C. Almarim	14	0:31:53	32	2:30:27	36	1:39:21	4:41:41	0:38:47
33	635	Claudio Nogueira	SEN	Clube Fomentário de Vendas Novas	30	0:35:39	34	2:30:48	32	1:38:38	4:43:05	0:40:11
34	644	Paulo Ribeiro	VI	Tri-Oeste -Clube do Triatlo do Oeste	29	0:35:34	24	2:25:44	42	1:42:03	4:43:21	0:40:27
35	629	Fernando Carmo	SEN	C.F. "Os Belenenses"	43	0:38:01	17	2:22:42	46	1:44:20	4:45:03	0:42:09
36	471	José Ferreira	SEN	Triathlon Lamego Club	25	0:33:55	29	2:28:20	44	1:42:48	4:45:03	0:42:09
37	798	Olimpio Guadelouza	V2	CCD J.V.F. Xira	36	0:38:44	51	2:43:45	23	1:28:46	4:49:15	0:46:21
38	670	Luís Parrinha	VI	C.B.R.D. Ota	58	0:44:18	35	2:31:27	28	1:34:16	4:50:01	0:47:07
39	694	Paulo Bento	SEN	C.A.D.C. Almarim	48	0:38:18	28	2:28:21	34	1:47:49	4:52:28	0:49:24
40	854	Amândio Cabral	VI	A.D.C.R. Palhão/Plas Rocha	46	0:39:38	41	2:35:47	34	1:37:30	4:52:53	0:49:59
41	639	Paulo Espírito Santo	VI	MBV Estádio	34	0:33:47	37	2:33:07	51	1:46:01	4:52:55	0:50:01
42	593	Paulo Conde	SEN	C.F. "Os Belenenses"	9	0:31:23	47	2:39:57	48	1:44:48	4:58:06	0:53:12
43	585	Paulo Codinha	SEN	C.F. "Os Belenenses"	23	0:33:32	43	2:37:18	50	1:45:17	4:58:07	0:53:13
44	682	David Vaz	SEN	Casa de Benfca no Fundão	42	0:37:57	45	2:38:53	37	1:39:33	4:56:23	0:53:29
1	770	João Nicolau	SEN	C.M. Carmona	17	0:32:34	50	2:42:04	40	1:41:48	4:56:26	0:53:32
46	334	Ínlio Gonçalves	S23	PODEC / Tri-Oeste.com	18	0:37:15	48	2:41:24	41	1:41:57	5:00:36	0:57:42
47	1046	João Ferreira	SEN	Triathlon Lamego Club	6	0:30:40	38	2:33:07	59	1:58:22	5:02:09	0:59:15
48	621	Rui Sousa	SEN	C.D. Anas de Milánium	39	0:37:44	58	2:50:54	39	1:39:46	5:08:24	1:05:20
49	753	João Rita	V2	Casa Benfca Faro/GASCAN	54	0:41:20	40	2:34:18	56	1:56:48	5:12:26	1:09:32
50	695	Paulo Vieira	VI	Assoc. Fertiliz Mendez Pinto	59	0:44:23	54	2:48:02	39	1:40:48	5:13:11	1:16:17
51	699	João Mascarenhas	SEN	C.M. Carmona	49	0:37:55	57	2:53:10	52	1:48:08	5:17:13	1:14:19
52	638	Maria Jolho Madeira	SEN	C.F. "Os Belenenses"	34	0:38:34	58	2:54:37	53	1:48:55	5:18:06	1:15:12
53	751	José Patrício	V2	A.D.C.R. Palhão/Plas Rocha	67	0:53:50	59	2:57:45	39	1:35:07	5:28:42	1:23:48
54	737	Rogério Moraes	VI	Clube Fomentário de Vendas Novas	50	0:40:45	63	3:02:41	47	1:44:42	5:28:08	1:25:14
55	432	Carlos Reis	SEN	C.D. Anas de Milánium	62	0:45:20	44	2:37:47	65	2:05:01	5:28:08	1:26:14
56	782	Renato Fidalgo	VI	A.D.C.R. Palhão/Plas Rocha	70	0:59:45	63	2:45:48	43	1:42:35	5:28:08	1:26:14
57	452	Ernesto Carrigo	SEN	C.A.D.C. Almarim	55	0:42:15	62	2:44:16	63	2:03:51	5:30:22	1:27:28
58	693	Victor Rodrigues	SEN	C.A.D.C. Almarim	61	0:44:28	49	2:42:03	64	2:03:51	5:30:22	1:27:28
59	520	Sérgio Oliveira	SEN	MBV Estádio	66	0:47:32	62	3:01:35	45	1:43:58	5:33:03	1:30:09
60	779	Ricardo Fróis	SEN	Individual	57	0:44:13	61	3:01:01	59	1:52:55	5:36:09	1:30:19
61	675	Rui Guedes	SEN	Individual	61	0:40:50	60	3:00:49	69	2:00:53	5:42:32	1:35:36
62	688	José Nunes	V2	Paços Ligeiros de Assafens	64	0:45:54	65	3:07:15	55	1:51:00	5:44:09	1:41:15
63	689	Maria Moniz	V2	C.F. "Os Belenenses"	68	0:43:10	64	3:03:29	61	2:03:00	5:49:39	1:45:45
64	851	Américo Gaspar	VI	C.B.R.D. Ota	71	1:11:42	55	2:49:02	66	2:05:12	6:05:56	2:03:02
65	681	Luís Ramos	V2	C.F. "Os Belenenses"	68	0:54:48	67	3:24:04	57	1:53:25	6:12:17	2:09:23
66	530	Ricardo Nunes	SEN	MBV Estádio	63	0:45:29	68	3:26:44	62	2:03:15	6:15:28	2:12:34
67	299	Rafael Gomes	DNF	Ferrel-Oitavas Sport Clube	1	0:28:16						
68	298	Maria Franco	DNF	C.F. "Os Belenenses"	90	0:44:24						
69	308	Marco Mallo	DNF	MBV Estádio	90	0:31:23						
70	305	José Ribeiro	DNF	BR Comercial-Comer. Ramalho	28	0:35:29	2	2:13:43				
71	645	João Lourenço	DNS	Individual								
72	1108	Olavo Gorzaga	DNS	Individual								
73	585	Helena Jorge	DNS	C.A.D.C. Almarim	69	0:59:06	65	3:13:08				
74	1026	Jorge Lopez de la Puente	DNS	Individual								
75	480	Carlos Matos	DNS	Casa Benfca Faro/GASCAN								



FEDERAÇÃO DE TRIATLO  
PORTUGAL

**I Triatlo Longo do Zêzere - Sertã -**  
ADMINISTRAÇÃO INDIVIDUAL ABSOLUTA  
Masculinos

**Resultados**

Localização	Sertã	Quilómetros NATAS (Nº), Ciclos (Nº), Corrida (Nº)	1800 / 75 / 19200
Data	30-05-2004	Idade do atleta	94:30m
Informação	Sérgio Santos Clube Nacional	Nome do atleta	Nelson Lameijneira
Localização do atleta		Sexo do atleta	

*100m*

**V2 Masculinos**

LG	Drsi	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
1º	788	Olimpio Guedelha	V2	CCD / V.F. Xira	36	0:36:44	51	2:43:45	23	1:28:46	37	4:49:15	0:46:21
2º	753	João Rila	V2	Casa Benfica Faro/GASCAN	54	0:41:20	40	2:34:18	58	1:56:48	48	5:12:26	1:09:32
3º	751	José Peixoto	V2	A.D.C.R. Painho/Pera Rocha	67	0:53:50	56	2:57:45	30	1:35:07	53	5:26:42	1:23:48
4º	808	José Nunes	V2	Papa-Légua de Azeitona	64	0:45:54	65	3:07:15	55	1:51:00	82	5:44:09	1:41:16
5º	801	Luís Ramos	V2	C.F. "Os Baienenses"	68	0:54:48	67	3:24:04	57	1:53:25	65	6:12:17	2:09:23

**V2 Femininos**

LG	Drsi	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
1º	808	Maria Moniz	V2	C.F. "Os Baienenses"	56	0:43:10	64	3:03:28	61	2:03:00	63	5:49:39	1:46:45

**V1 Masculinos**

LG	Drsi	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
1º	789	Carlos Gomes	V1	Fenitell-Oeiras Sport Clube	33	0:36:32	12	2:18:24	7	1:17:22	5	4:13:18	0:10:24
2º	774	José Oliveira	V1	ABV Estoril	32	0:36:26	18	2:22:44	10	1:21:26	16	4:20:38	0:17:44
3º	858	José Salgueiro	V1	Avelancho/Vitoria Janes	44	0:38:08	9	2:18:56	20	1:27:18	18	4:24:22	0:21:28
4º	775	João Santos	V1	ABV Estoril	21	0:33:24	14	2:20:52	35	1:38:16	22	4:32:32	0:29:38
5º	1146	Hugh Gibbos	V1		26	0:33:57	33	2:30:47	33	1:36:45	28	4:41:29	0:38:35
6º	788	João Pereira	V1	IPODEC / Tri-Oeiras.com	27	0:34:02	45	2:37:59	24	1:28:32	31	4:41:33	0:38:39
7º	844	Paulo Ribeiro	V1	Tri-Oeiras -Clube de Triatlo do Oeste	29	0:35:34	24	2:25:44	42	1:42:03	34	4:43:21	0:40:27
8º	878	Luís Parinha	V1	C.S.R.D. Oia	58	0:44:18	35	2:31:27	28	1:34:16	36	4:50:01	0:47:07
9º	854	Amândio Cealano	V1	A.D.C.R. Painho/Pera Rocha	48	0:39:36	41	2:35:47	34	1:37:30	40	4:52:53	0:49:59
10º	839	Paulo Espírito Santo	V1	ABV Estoril	24	0:33:47	37	2:33:07	51	1:46:01	41	4:52:55	0:50:01
11º	685	Paulo Vieira	V1	Assoc. Fomão Mendes Pinto	59	0:44:23	54	2:48:02	39	1:40:46	50	5:13:11	1:10:17
12º	787	Rogério Morais	V1	Clube Ferroviário de Vendas Novas	60	0:40:45	63	3:02:41	47	1:44:42	54	5:28:08	1:26:14
13º	752	Renato Fidalgo	V1	A.D.C.R. Painho/Pera Rocha	70	0:59:45	65	2:45:48	43	1:42:35	56	5:28:08	1:26:14
14º	851	Américo Gaspar	V1	C.S.R.D. Oia	71	1:11:42	55	2:49:02	68	2:06:12	64	6:05:56	2:03:02

**SEN Masculinos**

LG	Drsi	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
1º	508	Pedro Pinheiro	SEN	Tri-Oeiras -Clube de Triatlo do Oeste	37	0:36:46	1	2:12:11	2	1:13:67	1	4:02:54	0:00:00
2º	507	Cleóbio António	SEN	BR Camamal-Const Remeio Couto-Ika	7	0:31:18	6	2:18:42	5	1:16:00	2	4:04:90	0:01:08
3º	487	Sean Evoy	SEN	Triathlon Lamejo Club	13	0:31:50	7	2:17:40	4	1:15:02	3	4:04:32	0:01:38
4º	861	Daniel Barjeira Araújo	SEN	Individual	35	0:36:40	3	2:16:20	6	1:16:06	4	4:08:08	0:08:14
5º	520	António Catarino	SEN	Casa do Benfica no Fundão	82	0:40:54	8	2:18:40	3	1:14:21	6	4:13:55	0:11:01
6º	1024	Tiago Lobo	SEN	Triathlon Lamejo Club	2	0:28:24	25	2:28:18	8	1:19:31	7	4:14:13	0:11:19
7º	495	Luís Duarte	SEN	Tri-Oeiras -Clube de Triatlo do Oeste	15	0:32:24	6	2:17:02	17	1:26:17	8	4:14:43	0:11:49



*Correu*

## Classificação por Escalões

LG	Drsl	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
8º	508	Aldino Serras	SEN SR	Camarmel-Constr Ramalho Couto-Ika	49	0:40:16	21	2:25:16	1	1:09:17	9	4:14:49	0:11:55
9º	592	Rui Rodrigues	SEN	Tri-Oeste -Clube de Triatlo do Oeste	4	0:29:56	22	2:25:23	9	1:20:52	10	4:16:11	0:13:17
10º	564	Cristiano Andrade	SEN	Assoc. Ferrão Mendes Pinto	8	0:31:19	13	2:20:51	16	1:24:26	11	4:16:36	0:13:42
11º	488	Nuno Neves	SEN	Casa Benficia Faro/GASCAN	3	0:29:54	10	2:18:01	21	1:28:05	12	4:17:00	0:14:06
12º	628	Rui Melo	SEN	Sport União Colarense	11	0:31:26	15	2:21:56	15	1:23:57	13	4:17:19	0:14:25
13º	613	Paulo Lamego	SEN	C.F. "Os Belenenses"	20	0:33:24	16	2:22:31	13	1:22:57	14	4:18:52	0:15:58
14º	628	Fredrico Jacob	SEN	Ferisell-Oeiras Sport Clube	47	0:39:28	4	2:18:32	14	1:23:39	15	4:18:39	0:16:45
15º	475	Sérgio Dias	SEN	Tri-Oeste -Clube de Triatlo do Oeste	41	0:37:56	19	2:23:03	11	1:22:17	17	4:23:16	0:20:22
16º	707	Clelba Silva	SEN	Casa do Benfica no Fundão	22	0:33:27	23	2:25:36	19	1:27:13	18	4:26:16	0:23:22
17º	542	Bruno Grilo	SEN	C.F. "Os Belenenses"	12	0:31:36	30	2:28:40	22	1:26:13	20	4:29:29	0:26:35
18º	461	Anibal Oliveira	SEN	Amiciclo	63	0:41:01	27	2:28:56	12	1:22:47	21	4:30:46	0:27:52
19º	580	Alexandre Ventura	SEN	C.N. Cartaxo	16	0:32:34	29	2:28:22	29	1:34:44	23	4:35:40	0:32:46
20º	579	Duents Barreto	SEN	C.N. Cartaxo	18	0:32:36	36	2:31:44	25	1:32:19	24	4:36:38	0:33:44
21º	461	Paulo Prieto	SEN	A.D.C.R. Pehra/Plata Rocha	65	0:47:17	20	2:23:21	18	1:26:08	25	4:36:46	0:33:52
22º	565	José Zacarias	SEN	Ferisell-Oeiras Sport Clube	31	0:35:45	11	2:19:21	49	1:44:52	27	4:40:01	0:37:07
23º	611	Bruno Salvador	SEN	Individual	19	0:32:36	42	2:38:24	26	1:32:29	28	4:41:29	0:38:35
24º	574	José Enrke	SEN	C.F. "Os Belenenses"	45	0:38:17	31	2:28:57	27	1:33:15	30	4:44:29	0:38:35
25º	567	Danny Silva	SEN	C.A.D.C. Almeirim	14	0:31:53	32	2:30:27	36	1:39:21	32	4:41:41	0:38:47
26º	535	Claudio Nogueira	SEN	Clube Ferroviário de Vendas Novas	30	0:35:39	34	2:30:48	32	1:36:36	33	4:43:05	0:40:11
27º	629	Fernando Carmo	SEN	C.F. "Os Belenenses"	43	0:38:01	17	2:22:42	46	1:44:20	35	4:45:03	0:42:09
28º	471	José Ferreira	SEN	Triathlon Lamego Club	25	0:33:55	28	2:28:20	44	1:42:48	38	4:45:03	0:42:09
28º	604	Pedro Bento	SEN	C.A.D.C. Almeirim	46	0:36:18	26	2:28:21	54	1:47:49	39	4:52:28	0:49:34
30º	593	Paulo Conde	SEN	C.F. "Os Belenenses"	9	0:31:23	47	2:39:57	48	1:44:46	42	4:56:06	0:53:12
31º	585	Paulo Codinha	SEN	C.F. "Os Belenenses"	23	0:39:32	43	2:37:18	50	1:45:17	43	4:56:07	0:53:13
32º	682	David Vaz	SEN	Casa do Benfica no Fundão	42	0:37:57	46	2:38:53	37	1:39:33	44	4:56:23	0:53:29
33º	710	João Nicolau	SEN	C.N. Cartaxo	17	0:32:34	50	2:42:04	40	1:41:48	45	4:56:26	0:53:32
34º	1046	João Ferreira	SEN	Triathlon Lamego Club	6	0:30:40	38	2:33:07	59	1:58:22	47	5:02:09	0:59:16
35º	621	Rui Sousa	SEN	C.D. Aasa do Milénium	39	0:37:44	56	2:50:54	38	1:39:46	48	5:09:24	1:05:30
36º	699	João Mascarenhas	SEN	C.N. Cartaxo	40	0:37:55	57	2:53:10	52	1:46:06	51	6:17:13	1:14:19
37º	492	Carlos Reis	SEN	C.D. Aasa do Milénium	62	0:45:20	44	2:37:47	65	2:05:01	55	5:26:08	1:26:14
38º	452	Emesio Canço	SEN	C.A.D.C. Almeirim	55	0:42:15	62	2:44:16	63	2:03:51	57	5:30:22	1:27:28
39º	603	Victor Rodrigues	SEN	C.A.D.C. Almeirim	61	0:44:28	49	2:42:03	64	2:03:51	58	5:30:22	1:27:28
40º	528	Sérgio Oliveira	SEN	ABV Estoril	66	0:47:32	62	3:01:36	45	1:43:56	59	5:33:03	1:30:09
41º	715	Ricardo Fróis	SEN	Individual	57	0:44:13	61	3:01:01	56	1:52:55	60	5:38:09	1:35:15
42º	619	Rui Guedes	SEN	Individual	51	0:40:50	60	3:00:49	60	2:00:53	61	5:42:32	1:39:38
43º	530	Ricardo Nunes	SEN	ABV Estoril	63	0:45:29	68	3:26:44	62	2:03:16	68	6:15:29	2:12:34
44º	598	Marco Melo	DNF	SEN ABV Estoril	10	0:31:23					69		
45º	505	José Ribeiro	DNF	SEN SR Camarmel-Constr Ramalho Couto-Ika	28	0:35:29	2	2:13:43			70		

## SEN Femininos

LG	Drsl	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
1º	538	Maria João Madeira	SEN	C.F. "Os Belenenses"	34	0:36:34	68	2:54:37	53	1:46:55	52	5:18:06	1:15:12



*Carmon*

## Classificação por Escalões

LG	Drsl	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
----	------	----------------	-----	--------	----	------	----	------	----	------	----	-------	-----

### S23 Masculinos

LG	Drsl	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
	310	Gustavo Capão	S23	Greças - Vagos	5	0:30:01	39	2:33:20	31	1:35:57	28	4:38:18	0:38:24
	299	Rafael Gomes	DNF	Ferriell-Oeiras Sport Clube	1	0:28:16					67		

### S23 Femininos

LG	Drsl	Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
	334	Inês Gonçalves	S23	PODEC / Tri-Oeiras.com	38	0:37:16	48	2:41:24	41	1:41:57	48	5:00:36	0:57:42
	290	Maria Franco	DNF	C.F. "Os Belenenses"	60	0:44:24					88		

### LG Drsl

Nome do Atleta	Esc	Equipa	Lg	1º T	Lg	2º T	Lg	3º T	Lg	Tempo	Dif
645 João Lourenço	DNF	SEN C.S.R.D. Oia							71		
1106 Otelo Gorrzaga	DNF	SEN Individual							72		
558 Helena Jorge	DNF	SEN C.A.D.C. Almeirim	69	0:59:06	66	3:13:08			73		
1008 Jorge Lopez de la Puente	DNF	SEN Individual							74		
466 Carlos Matos	DNF	SEN Casa Benfica Faro/GASCAN							75		

Resultados

Localidade	Sertã	Medida NATAC (M): CICLIS (M): CORR (M):	1800/75/19200
Data	30-05-2004	Moeda de contagem	9h30m

Informação

Equipa Organizadora	Sérgio Santos	Auto. Principal	Nelson Laranjeira
Número de atletas	Círculo Nacional	Dest. de atletas	

**Tri-Oeste - Clube de Triatlo do Oeste**

Tempo Total: 12:33:48

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
1	586	586	Pedro Pinheiro		SEN	Tri-Oeste - Clube de Triatlo do Oeste	4:02:54	0:00:00
8	435	435	Luís Duarte		SEN	Tri-Oeste - Clube de Triatlo do Oeste	4:14:43	0:11:49
10	582	582	Rui Rodrigues		SEN	Tri-Oeste - Clube de Triatlo do Oeste	4:16:11	0:13:17

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**Triathlon Lamego Club**

Tempo Total: 13:03:48

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
3	467	467	Sean Evoy		SEN	Triathlon Lamego Club	4:04:32	0:01:38
7	524	483	Tiago Lobo		SEN	Triathlon Lamego Club	4:14:13	0:11:19
23	471	471	José Ferreira		SEN	Triathlon Lamego Club	4:46:03	0:42:09

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**Fenistil-Oeiras Sport Clube**

Tempo Total: 13:12:58

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
1	788	788	Carlos Gomes		V1	Fenistil-Oeiras Sport Clube	4:13:18	0:10:24
15	628	628	Frederico Jacob		SEN	Fenistil-Oeiras Sport Clube	4:19:39	0:16:45
27	682	682	José Zacarias		SEN	Fenistil-Oeiras Sport Clube	4:40:01	0:37:07

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**C.F. "Os Belenenses"**

Tempo Total: 13:29:50

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
14	673	673	Paulo Lamego		SEN	C.F. "Os Belenenses"	4:18:52	0:15:58
20	542	542	Bruno Gato		SEN	C.F. "Os Belenenses"	4:28:29	0:26:35
28	574	574	José Freire		SEN	C.F. "Os Belenenses"	4:41:29	0:38:35

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**Casa do Benfica no Fundão**

Tempo Total: 13:36:34

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
6	620	620	António Catarino		SEN	Casa do Benfica no Fundão	4:13:55	0:11:01
19	767	767	Cláudio Silva		SEN	Casa do Benfica no Fundão	4:26:16	0:23:22
43	682	682	David Vaz		SEN	Casa do Benfica no Fundão	4:56:23	0:53:29

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**ABV Estoril**

Tempo Total: 13:48:05

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
10	774	774	José Oliveira		V1	ABV Estoril	4:20:38	0:17:44
22	775	775	Júlio Santos		V1	ABV Estoril	4:32:32	0:29:38
40	620	620	Paulo Espírito Santo		V1	ABV Estoril	4:52:55	0:50:01

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**C.N. Cartaxo**

Tempo Total: 14:08:44

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
3	520	520	Alfonso Ventura		SEN	C.N. Cartaxo	4:35:40	0:32:46
24	679	679	Duarte Barreto		SEN	C.N. Cartaxo	4:38:38	0:33:44
44	710	710	Júlio Nicolau		SEN	C.N. Cartaxo	4:56:26	0:53:32

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**A.D.C.R. Painho/Pêra Rocha**

Tempo Total: 14:56:21

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
25	491	491	Paulo Prieto		SEN	A.D.C.R. Painho/Pêra Rocha	4:36:46	0:33:52
30	494	494	Amândio Castano		V1	A.D.C.R. Painho/Pêra Rocha	4:52:53	0:49:59
32	791	791	José Peixoto		V2	A.D.C.R. Painho/Pêra Rocha	5:26:42	1:23:48

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	

**C.A.D.C. Almeirim**

Tempo Total: 15:04:31

LG	Dist	Lic	Nome	PER	ESC	Equipa	Total	DIF
31	667	667	Danny Silva		SEN	C.A.D.C. Almeirim	4:41:41	0:38:47
38	634	634	Pedro Barão		SEN	C.A.D.C. Almeirim	4:52:28	0:49:34
58	492	492	Ernesto Canico		SEN	C.A.D.C. Almeirim	5:30:22	1:27:28

Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	
Sim	3:23:18	