

| | | | | | | | | |
|---------|------------|-----------|----------|----------|-----------|--|--|--|
| Data: | 21-06-2009 | Hora: | 16h00 | Local: | Arraiolos | | | |
| Corrida | 1.900 mt | Ciclismo: | 8.000 mt | Corrida: | 950 mt | | | |

| | | | | |
|----------|--|--|------------------|-------|
| Ranking: | | | Hora de Partida: | 00h00 |
|----------|--|--|------------------|-------|

| Lu | Dors | Lic | Nome | PEN | Escal | Nome de clube | Total | Diff |
|----|------|------|--------------------------|-----|-------|--------------------------------------|----------|----------|
| 1 | 402 | 2946 | Alexandre Nobre | - | JUV | Alhandra Sporting Clube | 00:27:29 | |
| 2 | 5306 | | Nuno Calvário | - | SEN | Individual | 00:27:46 | 00:00:17 |
| 3 | 1154 | 2636 | Diogo Mata Tristão | - | JUN | Alhandra Sporting Clube | 00:28:24 | 00:00:55 |
| 4 | 462 | 3099 | Daniel Vilhena | - | JUV | Ginásio Clube de Sines | 00:28:32 | 00:01:03 |
| 5 | 296 | 2726 | Miguel Lacerda | - | JUV | Ginásio Clube de Sines | 00:28:33 | 00:01:04 |
| 6 | 3100 | 706 | Luis Cipriano | - | SEN | A.D.C.R. Painho | 00:29:08 | 00:01:38 |
| 7 | 689 | 3667 | Eddy Fachadas | - | JUV | A. R. S. C. Toledo | 00:29:08 | 00:01:39 |
| 8 | 71 | 236 | Ricardo Jorge | - | JUV | BENEBIKE-Águias de Alpiarça-KTM | 00:29:12 | 00:01:43 |
| 9 | 604 | 3444 | Luis Gabriel Monteiro | - | JUV | Alhandra Sporting Clube | 00:29:44 | 00:02:15 |
| 10 | 673 | 3629 | Miguel Ângelo Silva | - | JUV | Externato Cooperativo da Benedita | 00:29:49 | 00:02:20 |
| 11 | 490 | 3132 | Guilherme Lopes | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:29:57 | 00:02:28 |
| 12 | 146 | 2480 | José Luis Virtuoso | - | JUV | Núcleo Ciclismo da Baixa da Banheira | 00:30:01 | 00:02:32 |
| 13 | 26 | 192 | Luis Pedro Ferreira | - | JUV | Alhandra Sporting Clube | 00:30:23 | 00:02:54 |
| 14 | 659 | 3605 | João Miguel Cristo | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:30:28 | 00:02:59 |
| 15 | 648 | 177 | Ricardo Calado | - | JUV | BENEBIKE-Águias de Alpiarça-KTM | 00:30:42 | 00:03:13 |
| 16 | 455 | 3062 | Pedro Bica | - | JUV | G. D. R. de Manique de Cima | 00:30:43 | 00:03:14 |
| 17 | 141 | 2475 | Gonçalo Pitarma | - | JUV | Núcleo Ciclismo da Baixa da Banheira | 00:31:11 | 00:03:41 |
| 18 | 465 | 3104 | João Sousa | - | JUV | C.F. Os Belenenses | 00:31:28 | 00:03:59 |
| 19 | 622 | 3494 | João Cordeiro | - | JUV | HALCON - SPIUK Olímpico de Oeiras | 00:31:33 | 00:04:03 |
| 20 | 355 | 2864 | Luis Miguel Silva | - | JUV | G. D. R. de Manique de Cima | 00:31:34 | 00:04:05 |
| 21 | 10 | 108 | Mitos Figueira | - | JUV | C.F. Os Belenenses | 00:31:41 | 00:04:12 |
| 22 | 693 | 3673 | Tiago Saraiva | - | JUV | Alhandra Sporting Clube | 00:31:53 | 00:04:24 |
| 23 | 226 | 2584 | Giovane Lima Rhis | - | JUV | Ginásio Clube de Sines | 00:32:12 | 00:04:42 |
| 24 | 294 | 2720 | Daniel Contente | - | JUV | Ginásio Clube de Sines | 00:32:19 | 00:04:49 |
| 25 | 21 | 4179 | Sara Tenrinho | - | JUV | C.F. Os Belenenses | 00:32:30 | 00:05:01 |
| 26 | 91 | 184 | Ana Rita Reis | - | JUV | Núcleo Ciclismo da Baixa da Banheira | 00:32:33 | 00:05:04 |
| 27 | 5278 | | Manuel Faustino Ferreira | - | V1 | Individual | 00:32:59 | 00:05:29 |
| 28 | 2144 | 3822 | João Filipe Correia | - | S23 | C.N. Alvito | 00:33:10 | 00:05:41 |
| 29 | 493 | 3160 | Cristina Melicio | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:33:31 | 00:06:02 |
| 30 | 5312 | | João Ricardo Pontes | - | JUN | Individual | 00:33:33 | 00:06:03 |
| 31 | 5276 | | João Pisco | - | JUN | Individual | 00:34:01 | 00:06:32 |
| 32 | 668 | 3624 | Catarina Marques | - | JUV | Externato Cooperativo da Benedita | 00:34:08 | 00:06:39 |
| 33 | 365 | 2879 | Paul Roothans | - | JUV | C.N. Alvito | 00:34:10 | 00:06:41 |
| 34 | 646 | 3544 | Ana Alarico | - | JUV | C. N. Tejo | 00:34:13 | 00:06:43 |
| 35 | 92 | 185 | Ana Paula Reis | - | JUV | Núcleo Ciclismo da Baixa da Banheira | 00:34:20 | 00:06:51 |
| 36 | 492 | 3134 | Caterina Sousa | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:34:28 | 00:06:58 |
| 37 | 475 | 3119 | André Nunes | - | JUV | Núcleo Ciclismo da Baixa da Banheira | 00:34:30 | 00:07:01 |
| 38 | 491 | 3133 | Daniela Melo | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:34:54 | 00:07:25 |
| 39 | 368 | 2882 | Hugo Palhais | - | JUV | C.N. Alvito | 00:35:25 | 00:07:56 |
| 40 | 24 | 2289 | Joana Perdígoto | - | JUV | Alhandra Sporting Clube | 00:35:49 | 00:08:19 |
| 41 | 743 | 3801 | Ângelo Marques | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:36:35 | 00:09:06 |
| 42 | 541 | 3286 | Beatriz Botas | - | JUV | Alhandra Sporting Clube | 00:36:41 | 00:09:12 |
| 43 | 5277 | | Luis Custódio | - | V2 | Individual | 00:37:17 | 00:09:48 |
| 44 | 46 | 132 | Joana Coelho | - | JUV | G. D. R. de Manique de Cima | 00:37:40 | 00:10:11 |
| 45 | 590 | 3417 | Tiago André Pereira | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:38:10 | 00:10:41 |
| 46 | 5310 | | Rui Miguel Anjos | - | JUV | Individual | 00:38:37 | 00:11:07 |
| 47 | 5274 | | Francisco João | - | V3 | Individual | 00:38:41 | 00:11:11 |
| 48 | 532 | 3249 | Susana Calhau | - | JUV | C.N. Alvito | 00:39:02 | 00:11:33 |
| 49 | 489 | 3131 | Tatiana Dias | - | JUV | Clube de Triatlo de Almada | 00:39:42 | 00:12:12 |

| | | | | | | | | |
|---------|------------|-----------|----------|----------|-----------|--|--|--|
| Data: | 21-06-2009 | Hora: | 16h00 | Local: | Arraiolos | | | |
| Corrida | 1.900 mt | Ciclismo: | 8.000 mt | Corrida: | 950 mt | | | |

| | | | |
|----------|--|------------------|-------|
| Ranking: | | Hora de Partida: | 00h00 |
|----------|--|------------------|-------|

| Lu | Dors | Lic | Nome | PEN | Escal | Nome de clube | Total | Diff |
|----|------|------|-----------------------|-----|-------|-----------------------------------|----------|----------|
| 50 | 43 | 2320 | Ana Teresa Sátyro | - | JUV | Amiciclo | 00:40:02 | 00:12:33 |
| 51 | 238 | 2603 | Andreia Constantino | - | JUV | Amiciclo | 00:40:10 | 00:12:41 |
| 52 | 116 | 2282 | Andreia Ferrum | - | JUV | C.N. Cartaxo | 00:40:14 | 00:12:45 |
| 53 | 5 | 94 | João Canas | - | JUV | C.F. Os Belenenses | 00:40:50 | 00:13:21 |
| 54 | 640 | 3527 | Inês Teixeira | - | JUV | Associação Naval Amorense | 00:42:01 | 00:14:32 |
| 55 | 5280 | | Ruben A. Costa | - | V2 | Individual | 00:42:59 | 00:15:29 |
| 56 | 48 | 136 | André Morgado | - | JUV | Ginásio Clube de Sines | 00:43:17 | 00:15:47 |
| 57 | 5307 | | Rita Casa - Velha | - | JUV | Individual | 00:49:47 | 00:22:18 |
| 58 | 484 | 3156 | Mariana Matos | - | JUV | G. D. R. de Manique de Cima | 00:55:07 | 00:27:38 |
| | 3588 | 3721 | Igor Santos | DNS | SEN | C. N. Tejo | | - |
| | 705 | 3720 | Rafael Domingos | DNS | JUV | C. N. Tejo | | - |
| | 686 | 3660 | André Pinheiro | DNS | JUV | Associação Naval Amorense | | - |
| | 641 | 3528 | Ricardo Alves | DNS | JUV | Associação Naval Amorense | | - |
| | 638 | 3522 | Bruna Alvão | DNS | JUV | C.F. Os Belenenses | | - |
| | 636 | 3512 | Rúben Rodrigues | DNS | JUV | Clube de Triatlo de Almada | | - |
| | 621 | 3493 | João Melo | DNS | JUV | HALCON - SPIUK Olimpico de Oeiras | | - |
| | 535 | 3256 | Ana Bárbara Correia | DNS | JUV | Peniche A. C. | | - |
| | 610 | 3462 | Maria Correia | DNS | JUV | C.N. Cartaxo | | - |
| | 292 | 2716 | Afonso Claudino | DNS | JUV | C.N. Cartaxo | | - |
| | 537 | 3274 | André Mateus Silva | DNS | JUV | G. D. R. de Manique de Cima | | - |
| | 1261 | 2517 | Sara Ferreira | DNS | JUN | Ginásio Clube de Sines | | - |
| | 5273 | | Carlos Proença | DNS | SEN | Individual | | - |
| | 5275 | | João Fadista | DNS | SEN | Individual | | - |
| | 5279 | | Maria Dulce Vilaça | DNS | SEN | Individual | | - |
| | 5308 | | André Cardoso Marques | DNS | JUV | Individual | | - |
| | 5315 | | Mariana Isidoro | DNS | JUN | Individual | | - |