

## Prova de 4.000m | Resultados Finais

#	Nº	Nome	Esc.	Clube	Tempo	Diff.	Velocidade
<b>Masculino</b>							
1.	46	Hugo Ribeiro	M18+	 C.P. Ferreira Zêzere	46:06,5	--	1:09 min/100m
2.	30	Duarte Marques	M18+	 Condeixa A.C.	47:23,1	+01:16,5	1:11 min/100m
3.	28	Filipe Cardoso	M18+	 CAPGE	49:35,2	+03:28,6	1:14 min/100m
4.	304	Lucas Costa	M18+	 C.N. Pontareas	50:46,6	+04:40,0	1:16 min/100m
5.	34	Rafael Rodrigues	M14/17	 Condeixa A.C.	51:30,0	+05:23,4	1:17 min/100m
6.	23	Alexandre Gonçalves	M18+	 S.C. São João de Ver	51:38,3	+05:31,7	1:17 min/100m
7.	33	José Marques	M18+	 Condeixa A.C.	51:56,4	+05:49,8	1:17 min/100m
8.	1	Marco Oliveira	M18+	 Náutico Académico	52:01,8	+05:55,2	1:18 min/100m
9.	43	Andriy Fedorov	M14/17	 F.C. Ferreiras	53:55,9	+07:49,3	1:20 min/100m
10.	7	Miguel Medronheira	M14/17	 Palmela Desporto	54:26,7	+08:20,1	1:21 min/100m
11.	47	Alexandre Santos	M14/17	 C. Fluvial Portuense	58:00,3	+11:53,7	1:27 min/100m
12.	27	Rafael Lopes	M18+	 Desperta Recorde	58:03,2	+11:56,6	1:27 min/100m
13.	318	Raul Barros	M14/17	 S.C. Braga	58:43,0	+12:36,4	1:28 min/100m
14.	61	José Oliveira	M14/17	 Tubarões de Gaia	58:52,9	+12:46,3	1:28 min/100m
15.	316	Rodrigo Marques	M14/17	 S.C. Braga	59:24,0	+13:17,4	1:29 min/100m
16.	317	Rafael Machado	M14/17	 S.C. Braga	59:30,8	+13:24,3	1:29 min/100m
17.	56	Tiago Salgueiro	M14/17	 Viana N.C.	59:34,2	+13:27,6	1:29 min/100m
18.	11	Gonçalo Augusto	M18+	 Palmela Desporto	59:37,7	+13:31,1	1:29 min/100m
19.	4	Diogo Venceslau	M18+	 Palmela Desporto	1:04:31,0	+18:24,4	1:36 min/100m
20.	13	Rafael Spac	M18+	 Palmela Desporto	1:04:42,2	+18:35,6	1:37 min/100m
21.	44	Francisco Bacalhau	M14/17	 F.C. Ferreiras	1:05:21,4	+19:14,8	1:38 min/100m
22.	319	Salvador Gouveia	M14/17	 S.C. Braga	1:08:02,6	+21:56,0	1:42 min/100m
23.	315	Luis Miranda	M25/39	 Viana N.C.	1:09:57,0	+23:50,4	1:44 min/100m
24.	309	Filipe Monteiro	M25/39	 Individual	1:22:21,5	+36:14,9	2:03 min/100m
25.	308	Ricardo Vieira	M40/54	 Individual	1:44:55,5	+58:48,9	2:37 min/100m
DNF	8	Miguel Caxaria	M14/17	 Palmela Desporto	DNF		
DNS	301	Mario Brito	M25/39	 200Club	DNS		
DNS	302	Tiago Teixeira	M25/39	 200Club	DNS		
DNS	37	Gustavo Marques	M18+	 Condeixa A.C.	DNS		
DNS	38	António Martins	M18+	 Condeixa A.C.	DNS		
DNS	45	Pedro Simão	M18+	 F.C. Ferreiras	DNS		

## Prova de 4.000m | Resultados Finais

#	Nº	Nome	Esc.	Clube	Tempo	Diff.	Velocidade
<b>Feminino</b>							
1.	59	Beatriz Cardeal	F18+	 Condeixa A.C.	52:12,0	--	1:18 min/100m
2.	2	Helena Rodrigues	F18+	 Condeixa A.C.	52:50,9	+00:38,9	1:19 min/100m
3.	29	Camila Marcelo	F14/17	 Condeixa A.C.	53:09,0	+00:56,9	1:19 min/100m
4.	307	Alba Ortiz	F18+	 C.N. Ponteareas	54:51,4	+02:39,4	1:22 min/100m
5.	3	Sara Alves	F18+	 Palmela Desporto	56:31,4	+04:19,4	1:24 min/100m
6.	58	Joana Cardeal	F18+	 Condeixa A.C.	56:34,9	+04:22,9	1:24 min/100m
7.	24	Marta Pimentel	F18+	 Colégio Efanor	56:36,7	+04:24,7	1:24 min/100m
8.	35	Rita Neves	F14/17	 Condeixa A.C.	56:49,3	+04:37,3	1:25 min/100m
9.	313	Carolina Viana	F18+	 Sporting C.P.	57:01,8	+04:49,8	1:25 min/100m
10.	306	Blanca Alonso	F18+	 C.N. Ciudad Oviedo	57:38,9	+05:26,9	1:26 min/100m
11.	63	Naomi Martinez	F18+	 Schwimmclub Uster	58:12,7	+06:00,7	1:27 min/100m
12.	55	Mª Carvalho Pinto	F14/17	 Viana N.C.	58:16,3	+06:04,3	1:27 min/100m
13.	314	Vanessa Oliveira	F18+	 CAPGE	59:20,0	+07:08,0	1:29 min/100m
14.	14	Eduarda Bugalho	F14/17	 Bombeiros Estoris	59:52,9	+07:40,9	1:29 min/100m
15.	32	Rita Santos	F14/17	 Condeixa A.C.	59:57,1	+07:45,1	1:29 min/100m
16.	57	Madalena Moreira	F14/17	 Colégio Efanor	1:00:02,1	+07:50,1	1:30 min/100m
17.	6	Matilde Fialho	F14/17	 Palmela Desporto	1:02:52,4	+10:40,4	1:34 min/100m
18.	305	María Quintas	F14/17	 C.N. Ponteareas	1:04:16,7	+12:04,6	1:36 min/100m
19.	36	Matilde Figueiredo	F14/17	 Condeixa A.C.	1:05:57,7	+13:45,7	1:38 min/100m
20.	311	Rita Hernández	F40/54	 A. Val Miñor	1:07:07,6	+14:55,6	1:40 min/100m
21.	5	Inês Baraona	F18+	 Palmela Desporto	1:10:02,3	+17:50,3	1:45 min/100m
22.	310	Cristina Calviño	F55/69	 A. Val Miñor	1:16:09,2	+23:57,2	1:54 min/100m
23.	42	Matilde Lopes	F14/17	 F.C. Ferreiras	1:24:31,2	+32:19,2	2:06 min/100m
24.	41	Clara Gouveia	F14/17	 F.C. Ferreiras	1:24:35,2	+32:23,2	2:06 min/100m
25.	312	Susana Neta	F40/54	 Clube Zupper	1:30:55,7	+38:43,7	2:16 min/100m
DNF	31	Gabriela Medina	F14/17	 Condeixa A.C.	DNF		

\* OTL