

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

- Trail Sprint 15.0km

ESCALÕES:

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
MSub18 - Masculino				
1º	245	Miguel Lopes	ASCV	01:17:20.439
2º	96	Guilherme Lamas Ramos	BlackBulls/CNI/ POUSADINHA	01:21:07.427
3º	58	Duarte Almeida	Academia de Desportos de Condeixa	01:49:38.385
4º	301	Miguel Cardoso	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:59:40.459
MSub20 - Masculino				
1º	120	Salvador Rosete	Atletismo Clube da Tocha	02:01:06.820
2º	33	Gil Santos	SC Povoense - Caracóis de Corrida	02:08:36.340
FSub20 - Feminino				
1º	42	Ana Filipa Silva Simões	MIRO TRAIL	01:59:44.418
2º	129	Matilde Mendes Lapo	ACDRS QUINHENDROS	02:15:50.532
MSub23 - Masculino				
1º	288	Luís Frade	Equipa de sonho (Só falta acordar)	01:27:58.312
2º	286	Hugo Ramos	Equipa de sonho (Só falta acordar)	01:50:58.971
3º	201	Luis Miguel Varanda	Atletismo Clube da Tocha	02:01:09.823
FSub23 - Feminino				
1º	110	Beatriz Ribeiro	Bombeiros Voluntários Figueira da Foz	02:40:59.975
MSenior - Masculino				
1º	272	João Freitas	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:09:14.613
2º	273	José Galvão	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:13:08.705
3º	316	Rafael	ACDRS QUINHENDROS	01:18:21.557
4º	126	Vitor Duarte	AERGÓIS TRAIL RUNNING	01:20:53.429
5º	185	Diogo Paiva	Ameal Trail	01:21:42.588
6º	186	Telmo Santos	Ameal Trail	01:22:45.758
7º	44	Peterson Alves Vargas	Talentos Objetivos	01:23:25.973
8º	151	João Prazelos		01:24:53.523
9º	261	Luis Rocha	ACR Seixo Mira	01:27:36.247
10º	170	Nelson Rosete	Atletismo Clube da Tocha	01:30:02.826
11º	134	Hugo Bastos	Running4fun Team Viseu	01:30:48.566
12º	287	Martim Cordeiro	Equipa de sonho (Só falta acordar)	01:31:31.415
13º	31	Hugo Nobre	Gatões BTT	01:33:04.367
14º	23	Nuno Cortesao	Ameal Trail	01:33:37.273
15º	99	Ricardo Cardoso	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	01:33:55.973
16º	30	Luís Silva	Gatões BTT	01:39:21.165

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
17º	74	Ricardo Lopes	CUMIBROA RUNNING TEAM	01:41:45.591
18º	207	Sandro	Ameal Trail	01:42:59.908
19º	252	André Coquim	ACR Seixo	01:43:58.186
20º	307	Duarte Santos Ribeiro	ACR Seixo	01:44:05.029
21º	178	Vasco Gamboa	GRVilaverdense	01:44:17.891
22º	183	João Silva	Domus Trail	01:48:08.237
23º	101	Rafael Vaz Simões		01:50:19.647
24º	290	André Dias	Equipa de sonho (Só falta acordar)	01:53:48.695
25º	111	Miguel Reis		02:04:24.083
26º	4	Miguel Cortesao	Ameal Trail	02:11:08.698
27º	244	Henrique Feiteirinha	Unidos Run Team / As Oliveirinhas	02:13:04.572
28º	38	Pedro Alves		02:14:13.183
29º	77	Ricardo Silva	Pampilhosa Fire Team	02:14:14.016
30º	25	Marco Fonseca	Pampilhosa Fire Team	02:24:16.368
31º	26	Hugo Marques	Pampilhosa Fire Team	02:24:16.900
32º	171	Rúben Peixoto	Ameal Trail	02:28:31.857
33º	199	Miguel Pereira	Duckwings Runners	02:33:08.963

FSenior - Feminino

1º	127	Joana Rodrigues	Jubas_fit	01:34:38.698
2º	83	Adriana Almeida	Gatões BTT	01:52:14.881
3º	306	Raquel Lourenço	ACR Seixo	01:52:41.591
4º	327	Helena Carvalho	individual	01:54:26.327
5º	68	Marta Godinho	CUMIBROA RUNNING TEAM	01:59:58.857
6º	57	Goreti Gaudêncio	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	02:03:58.183
7º	259	Inês Santos	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	02:03:58.775
8º	62	Sofia Mendes	CUMIBROA RUNNING TEAM	02:06:46.446
9º	85	Andreia Ventura	Botão Camp	02:08:52.825
10º	133	Raquel Lopes Caracitas	Running4fun Team Viseu	02:10:14.476
11º	158	Marina Teixeira	Botão Camp	02:16:34.634
12º	128	Rafaela Mendes Lapo	ACDRS QUINHENDROS	02:18:00.860
13º	269	Marta Falcão	Gatões BTT	02:18:54.349
14º	205	Maria Dias	Atletismo Clube da Tocha	02:19:16.293
15º	312	Tania	Gatões BTT	02:22:34.834
16º	200	Micaela Antunes	Duckwings Runners	02:33:09.202
17º	71	Marina Santos	Domus Trail	02:45:15.792
18º	172	Cátia Martins	RM Runners	02:49:25.188
19º	180	Sofia Miranda	RM Runners	02:51:23.947
20º	297	Micaela Sofia	GRVilaverdense	03:06:33.084

M35 - Masculino

1º	198	Tiago Silva	Gatões BTT	01:09:15.015
2º	166	Marco Paiva	ADCR Pereira	01:15:56.763
3º	90	Luis Lourenço	ACR Seixo Mira	01:16:05.637

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
4º	182	Frederico Oliveira	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:16:41.276
5º	267	Carlos Marques		01:17:36.954
6º	150	Paulo Nunes	CAOH - Clube Atlético de Oliveira do Hospital	01:17:52.365
7º	14	André	ACDRS QUINHENDROS	01:18:23.788
8º	164	Sérgio Miguel Tenente Dos Santos Pocinho	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	01:18:51.819
9º	263	Diogo Monteiro	Roda Dianteira	01:19:05.286
10º	235	Nuno Bugalho	Gatões BTT	01:21:09.332
11º	12	Hugo Santos	AERGÓIS TRAIL RUNNING	01:26:50.818
12º	115	Tiago Pita	Ameal Trail	01:30:12.698
13º	224	Alexandre Tarrafa	Trilheiros da Vila	01:34:13.138
14º	50	André Acúrcio	Atletismo Clube da Tocha	01:38:07.311
15º	309	David Rocha	ACR Seixo	01:38:17.627
16º	17	Valter Afonso	Ameal Trail	01:42:10.260
17º	318	Guilherme Almeida	Girasol	01:43:18.822
18º	320	Paulo Fernandes		01:43:38.679
19º	47	José Gomes	ADR "O Relâmpago"	01:44:13.632
20º	179	Daniel Natário	ACR Seixo Mira	01:45:22.177
21º	55	Rui Filipe Caetano Marques	(Com)dores	01:46:20.783
22º	317	José Mendes	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:50:18.887
23º	46	Francisco Monteiro	ADR "O Relâmpago"	02:07:00.057
24º	322	Nuno Santos		02:13:08.948
25º	63	Miguel Rasteiro	(Com)dores	02:14:11.294
26º	211	Luis Gonçalves	GRVilaverdense	02:17:21.453
27º	226	Pedro Miranda	Famellga Team	02:18:19.509
28º	27	João Pinto		02:26:37.130

F35 - Feminino

1º	64	Filipa Neves	CUMIBROA RUNNING TEAM	01:30:04.102
2º	277	Sofia Padilha		01:37:55.050
3º	264	Raquel Abrantes	Roda Dianteira	01:38:43.681
4º	56	Salomé	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	01:42:12.707
5º	11	Carla Santos	AERGÓIS TRAIL RUNNING	01:42:50.683
6º	116	Marlene Marques	GRVilaverdense	01:47:00.802
7º	107	Carina Jordão	Gatões BTT	01:49:39.706
8º	227	Nádia Gomes	Famellga Team	02:03:29.860
9º	142	Mónica Ventura	Domus Trail	02:05:13.089
10º	92	Sónia Semedo	Centro de Trail Carlos Sá Penacova Team	02:06:00.721
11º	19	Filipa Rodrigues	Ameal Trail	02:10:14.005
12º	86	Ana Povoia	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	02:10:35.647
13º	251	Célia Marques	Lentidão Furiosa-Freixianda	02:14:54.564
14º	121	Andreia Cristina Do Nascimento E Silva		02:27:14.131

M40 - Masculino

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
1º	225	João Roso	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:17:27.236
2º	300	Hélio Bruno Simões Dos Santos	Adões Trail	01:17:55.213
3º	193	Joel Amado		01:21:19.248
4º	95	Tiago Batista	Pereira Trail	01:21:39.668
5º	21	Gonçalo Gonçalves	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:27:34.353
6º	13	Carlos Ferreira	Ameal Trail	01:29:08.007
7º	303	José Machado	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:31:50.830
8º	161	Bruno Salgueiro	DCI/Trilhos Luso Bussaco	01:32:13.782
9º	146	José Miguel Perdigão	Clube de Futebol Santa Clara	01:32:56.689
10º	238	Paulo Gomes Ferreira		01:33:13.547
11º	106	João Josadak Acácio De Carvalho	FISIOSFERA	01:36:38.325
12º	305	Amaro Martins	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	01:38:22.123
13º	16	Celso Filipe Garrido Ferreira	GRVilaverdense	01:43:33.119
14º	194	André Santos	Grupo Desportivo Ferreirense	01:43:40.798
15º	196	Daniel Mateus	Gatões BTT	01:49:39.032
16º	326	Hugo Rodrigues	Trilhos da Baga	01:58:09.892
17º	241	Fausto Emanuel Forte Dos Reis	Miro Trail	01:59:20.051
18º	279	Gabriel Romualdo	ACDRS QUINHENDROS	02:02:44.139
19º	311	José Domingues Costa	Atletismo Clube da Tocha	02:04:36.324
20º	237	Carlos Viegas		02:04:39.989
21º	39	Tiago De Jesus Lopes	ACR Seixo Mira	02:04:57.888
22º	91	João Marques	Centro de Trail Carlos Sá Penacova Team	02:06:10.686
23º	123	Sérgio Leite	Ameal Trail	02:13:03.498
24º	7	Nuno Gonçalo Mendes Queda	Gatões BTT	02:18:48.024
25º	174	João Henrique Jesus Dos Santos	Domus Trail	02:39:10.015
26º	102	Carlos Ferreira Dos Santos	Véloclub Espera Aí	02:42:20.007

F40 - Feminino

1º	140	Clara Sofia Da Costa Rodrigues	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:33:17.166
2º	114	Carla Henriques	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:46:18.393
3º	262	Vera	Academia de desportos de condeixa	01:50:24.257
4º	43	Diana Dias		01:50:59.576
5º	45	Marisa Azenha	Figueira Kayak Clube	02:02:40.751
6º	73	Mariana Vasconcelos	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	02:03:30.747
7º	210	Danieli	Ameal Trail	02:04:15.503
8º	145	Carla Prina	Domus Trail	02:07:12.317
9º	70	Adelaide Varandas	Domus Trail	02:13:23.556
10º	278	Tânia Margarida Azenha Rodrigues	Atletismo Clube da Tocha	02:15:00.617
11º	295	Marisa Sardão	Gatões BTT	02:15:26.834
12º	89	Patrícia Almeida	Botão Camp	02:16:35.091
13º	130	Marisol Simões	ACDRS QUINHENDROS	02:27:15.015
14º	229	Joana Mesquita	Domus Trail	02:27:42.940
15º	84	Liliana Porto	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	02:27:59.816
16º	18	Filipa Duarte	Ameal Trail	02:29:40.640

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
17º	119	Patrícia Raquel Nogueira Laranjeiro	Domus Trail	02:35:24.190
18º	167	Liliana Santos	RM Runners	02:49:38.359

M45 - Masculino

1º	232	Didier De Jesus	CF Marialvas	01:10:49.210
2º	274	Eduardo Moreira	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:11:44.191
3º	291	Jorge Manuel Matos Dos Santos	Saca Trilhos Anadia	01:13:04.943
4º	61	António Silva	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	01:18:42.407
5º	169	Bruno Maciel Maia Rodrigues	ACDRS QUINHENDROS	01:19:08.390
6º	302	Pedro Cardoso	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:21:10.090
7º	37	Rodrigo Quintal	SC Povoense - Caracóis de Corrida	01:21:28.138
8º	209	Paulo Marques	Ameal Trail	01:23:45.313
9º	271	André Fonte	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:24:30.353
10º	314	José Torres	Domus Trail	01:24:35.042
11º	32	Ricardo Moreira	BlackBulls/CNI/ POUSADINHA	01:25:10.483
12º	276	José Fonseca		01:26:49.547
13º	293	Bruno B Ferreira	ACDRS QUINHENDROS	01:27:57.739
14º	189	Filipe Carvalheiro	Grupo Desportivo Ferreirense	01:31:47.312
15º	265	Miguel Vasco	GRVilaverdense	01:32:37.691
16º	36	Nuno Alexandre Gonçalves Da Silva	SC Povoense - Caracóis de Corrida	01:33:45.277
17º	35	Miguel Ribeiro	SC Povoense - Caracóis de Corrida	01:37:59.200
18º	49	Vitor Rodrigues	Botão Camp	01:42:23.431
19º	298	Humberto Lobo	Ameal Trail	01:45:08.240
20º	52	Marco Paulo Pinto Da Costa	(Com)dores	01:46:00.556
21º	97	Pedro Costa	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	01:46:23.652
22º	148	Ricardo Curado Torres	Rave Shape	01:47:32.873
23º	249	Sérgio Almeida	Lentidão Furiosa-Freixianda	01:51:04.147
24º	78	Rafael Rodrigues	Ameal Trail	01:51:28.855
25º	51	Pedro Relvão	Ameal Trail	01:52:29.658
26º	285	Luis Alexandre Soares Pinho	ACR Seixo Mira	01:53:15.077
27º	124	Miguel Cortesão	Ameal Trail	01:54:39.964
28º	299	Daniel Gonçalves	Sem nome	02:04:24.336
29º	105	Gary Quintal	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	02:06:24.749
30º	156	Jorge Manuel De Jesus Perdígão	Unidos Run Team / As Oliveirinhas	02:07:14.342
31º	254	Rui Custódio	Figueira Kayak Clube	02:08:11.635
32º	221	Ricardo Silva	Adões Trail	02:11:30.463
33º	296	Nasário Rodrigues	Ameal Trail	02:15:28.174
34º	236	João Paulo Machado	RM Runners	02:26:16.577

F45 - Feminino

1º	234	Catarina Marques	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:36:31.182
2º	80	Ana Lopes	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	01:46:31.190
3º	197	Gabriela Marques	ASSSCC Ar Livre e Aventura	01:49:29.031
4º	222	Suzana Leitão	Domus Trail	01:59:38.062

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
5º	230	Patricia Grilo	GRVilaverdense	02:03:31.156
6º	257	Otília Costa	ASSSCC Ar Livre e Aventura	02:03:54.371
7º	192	Vanessa Seco	Figueira Kayak Clube	02:04:35.709
8º	98	Marisa Carvalho	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	02:04:43.898
9º	81	Cláudia Melo	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	02:05:09.684
10º	175	Natália Lucas	Patrulha Pata	02:05:23.483
11º	220	Liliana Gonçalves		02:07:53.516
12º	1	Marisa Ferreira	ARSM - Associação Recreativa de S. Miguel	02:08:10.652
13º	5	Sónia Conceição	Ameal Trail	02:09:59.489
14º	82	Catarina Neves	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	02:10:34.829
15º	149	Maria João Cotovio	Rave Shape	02:11:16.016
16º	239	Fátima Oliveira	GRVilaverdense	02:15:22.755
17º	2	Ana Lucas	Ameal Trail	02:15:27.855
18º	202	Dora Almeida	Atletismo Clube da Tocha	02:15:55.105
19º	233	Raquel Carvalho	GRVilaverdense	02:17:35.720
20º	313	Patrícia Falcão	Gatões BTT	02:18:28.506
21º	177	Ana Margarida Pereira Silva	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	02:19:47.203
22º	72	Liliana Coelho	Pampilhosa Fire Team	02:24:15.563
23º	131	Vera Lúcia De Jesus Manco	Domus Trail	02:26:09.163
24º	256	Liliana Oliveira		02:27:24.508
25º	255	Sofia Isabel Rodrigues Lemos	Patrulha Pata	02:28:56.845
26º	250	Dulce Almeida	Lentidão Furiosa-Freixianda	02:33:38.997
27º	231	Maria Do Rosário Heleno Reis	ASCDR LEITÕES	02:33:56.884
28º	152	Cristina Gonçalves		03:11:24.538

M50 - Masculino

1º	328	Vitor Gonçalves	Escola de Atletismo de Coimbra/João Marques Real Estate	01:14:40.770
2º	103	Vitor Gomes	FLASHOVER	01:14:43.786
3º	9	Antonio Santos	ACDRS QUINHENDROS	01:17:25.637
4º	260	Nelson	Adões Trail	01:18:25.491
5º	195	Luis Oliveira	JuveRunTeam	01:18:46.533
6º	184	Rui Varanda	Atletismo Clube da Tocha	01:24:19.434
7º	187	Sérgio Paulo Dinis Da Silva	ARSM - Associação Recreativa de S. Miguel	01:27:34.968
8º	10	João Simões	ACDRS QUINHENDROS	01:28:11.234
9º	137	Miguel Figueiredo	Centro de Trail Carlos Sá Penacova Team	01:35:19.198
10º	108	Antonio Fernandes	JuveRunTeam	01:35:25.117
11º	117	Filipe Vasconcelos	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	01:38:25.761
12º	66	Jorge Faria	CUMIBROA RUNNING TEAM	01:41:45.059
13º	87	Samuel Anjos	Academia de Desportos de Condeixa	01:41:57.791
14º	24	Carlos Campos	Ameal Trail	01:42:25.003
15º	181	Luis Varanda	Atletismo Clube da Tocha	01:42:29.104
16º	240	Vitor Santos	GRVilaverdense	01:43:25.037
17º	223	Herminio Almeida	GRVilaverdense	01:43:33.843
18º	141	Vasco Figueiredo	CAOH - Clube Atlético de Oliveira do Hospital	01:44:32.760
19º	162	Pedro Valença	Botão Camp	01:46:33.982

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
20º	8	Davide Almeida		01:47:13.201
21º	266	Carlos Manuel Santos Silva	ACDRS QUINHENDROS	01:47:33.131
22º	104	Rui Mendes	Adões Trail	01:49:53.839
23º	69	Rui Almeida	(Com)dores	01:50:38.956
24º	34	José Miguel Machado Marques Dos Santos	SC Povoense - Caracóis de Corrida	01:51:42.763
25º	253	Paulo Pereira	GRVilaverdense	01:51:49.325
26º	268	Dimas Jorge Freitas Oliveira	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	01:52:08.555
27º	60	Pedro Miguel Camacho De Oliveira Scarlatti Quadrio	(Com)dores	01:53:23.513
28º	20	Carlos Coelho	MIRO TRAIL	01:59:43.919
29º	214	Pedro Lopes	GRVilaverdense	02:04:04.146
30º	248	Luis Lopes	GRVilaverdense	02:04:27.960
31º	132	Fernando Rodrigues	Adões Trail	02:11:29.343
32º	88	Nuno Alves	GR EIRENSE	02:28:15.821
33º	282	Carla		02:36:48.441
34º	212	Jorge Costa	Atletismo Clube da Tocha	02:54:58.531

F50 - Feminino

1º	315	Dora Gomes	Domus Trail	01:38:14.275
2º	65	Anabela Monteiro	CUMIBROA RUNNING TEAM	01:47:22.972
3º	160	Dora Dourado	Grupo Desportivo Ferreirense	02:06:43.788
4º	136	Rosa Maria Pessoa	Atletismo Clube da Tocha	02:09:05.531
5º	219	Paula Cristina Simões Monteiro	Talentos Objetivos	02:15:22.448
6º	292	Patrícia Ramalheiro	Montanha Clube Trail Running/ Efapel	02:15:31.167
7º	93	Maria Teresa Chainho	Arrábida Obstaculos Runners	02:16:29.908
8º	188	Oriana Dias	Domus Trail	02:17:33.850
9º	203	Nelia Jesus	Atletismo Clube da Tocha	02:19:15.908
10º	310	Luísa Santos	ASSSCC Ar Livre e Aventura	02:26:17.030
11º	216	Fernanda Freitas	GRVilaverdense	03:06:33.680

M55 - Masculino

1º	76	José Simões Lua	ARSM - Associação Recreativa de S. Miguel	01:24:10.143
2º	163	Victor Silva	Centro de Trail Carlos Sá Penacova Team	01:27:05.035
3º	280	José Jesus	Formobike BTT&trail running	01:30:48.002
4º	138	Fernando Godinho	CUMIBROA RUNNING TEAM	01:31:27.911
5º	215	Mario Neves	GRVilaverdense	01:33:16.158
6º	28	Aderito Neves	Ameal Trail	01:37:48.704
7º	41	Adao Bessa	Gang da pedra	01:39:09.816
8º	22	Artur Arromba	Besouros.com	01:39:25.328
9º	118	Nuno Veiga	CAOH - Clube Atlético de Oliveira do Hospital	01:45:59.386
10º	109	Paulo Acúrcio	Grupo Desportivo Ferreirense	01:52:00.846
11º	159	Agostinho	individual	01:59:45.361
12º	213	Carlos Barroso	Ameal Trail	02:05:23.044
13º	3	Raúl Matos	RUN 4 FUN	02:18:09.572
14º	113	José Ferreira		02:18:19.376
15º	321	Pedro Ponte	Sem Sede	02:20:46.184

III Zebra Trail

Cantanhede, Coimbra - 16.02.2025
Secção de Atletismo do C. F. "Os Marialvas"



Classificações - Trail Sprint 15.0Km - Escalões

Pos.	Dorsal	Nome	Equipa	Tempo
16º	29	Manuel Ferreira	Ameal Trail	02:33:38.009

F55 - Feminino

1º	153	Maria Isabel Maia Figueiredo	Ameal Trail	01:52:04.649
2º	144	Anabela Rodrigues Fonseca	Grupo Desportivo Ferreirense	01:53:22.883
3º	270	Fátima Malta	Miro Trail	02:00:31.134
4º	247	Isabel Teixeira	GRVilaverdense	02:04:39.277
5º	258	Maria Mesquita	Domus Trail	02:17:39.556
6º	323	Alda Ponte	Sem Sede	02:20:45.590
7º	94	Lurdes Soares	TRAIL DO SERROTE - ORTHIA	02:36:48.035
8º	157	Manuela Gabriel	Domus Trail	02:59:27.930

M60 - Masculino

1º	204	Jose Zananar	Atletismo Clube da Tocha	01:23:25.495
2º	168	José Correia	ARSM - Associação Recreativa de S. Miguel	01:35:35.280
3º	304	João Manuel Simões Matos	Miro Trail	01:37:32.456
4º	275	Joao Domingos	Greca	01:42:33.607
5º	308	Oscar José Oliveira Loureiro Silva	Escola de atletismo coimbra	01:45:17.947
6º	155	Mário Rui Santos	CAOH - Clube Atlético de Oliveira do Hospital	01:50:58.674

F60 - Feminino

1º	125	Isabel Trindade	O MUNDO DA CORRIDA	02:05:14.252
2º	173	Sónia Silvestre	Domus Trail	02:07:52.332
3º	325	Maria Do Céu Rodrigues	Trilhos da Baga	02:26:20.066
4º	294	Rosa Maria Sousa Pardal Matos	Miro Trail	02:26:20.359
5º	281	Fátima Cabeço	GRVilaverdense	02:39:07.778

M65 - Masculino

1º	165	Joaquim Pocinho	VIKINGS TRAIL RUNNERS / CCR ALCABIDEQUE	01:42:38.821
2º	15	Americo Grou	GRVilaverdense	01:51:40.736
3º	154	Luis Pereira	Evolução vertical	02:05:54.416
4º	289	Jaime Areia	Pés ao Caminho	02:06:44.508
5º	135	José Pedro Coutinho	Miro Trail	02:18:23.076

M70 - Masculino

1º	59	Arsénio Fernandes	ARSM - Associação Recreativa de S. Miguel	01:33:25.391
2º	217	José Guerra	GRVilaverdense	03:06:33.430