



△△PORTO
TRAILSERIES



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - SPRINT 25k

Classificação Geral [Final 26/07/2024]

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo
1	SAMUEL SILVA	M35	ADM09	02:39:00
2	ISIDRO PINTO	M35	A100L	02:43:42
3	LUÍS MOREIRA	M35	CORONADO	02:46:51
4	PEDRO MARQUES	M55	IND-P	02:52:03
5	FILIPPE ROCHA	M45	IND-P	02:52:50
6	SÉRGIO MARTINS	M50	NAI	02:54:08
7	PEDRO NOGUEIRA	M45	BREAK	03:01:30
8	AGOSTINHO CARNEIRO	M55	CAVBB-P	03:01:35
9	PAULA PINTO	F35	IND-P	03:05:43
10	VÍTOR MIRANDA	M-Sen	BFC	03:13:03
11	HELDER RAFAEL	M40	CORONADO	03:31:43
12	NUNO SANTOS	M45	GDRJR	03:33:00
13	JOAQUIM PINTO	M50	GDRJR	03:36:12
14	CARLA DUARTE	F45	CORONADO	03:49:29
15	FERNANDO FERREIRA	M45	CORONADO	03:50:54
16	PAULO DIAS	M60	IND-P	03:55:40
17	NUNO SILVA	M45	CORONADO	03:56:24
18	ANDREIA BARBOSA	F35	CORONADO	04:04:51
19	AIDA PEREIRA	F40	NBA	04:07:23
20	MANUEL DOMINGUES	M55	IND-P	04:18:09
21	SARA MACHADO	F-Sen	NBA	04:23:46
22	MÓNICA MARTINS	F45	LANTEMIL	04:33:33
23	ROSA GAMA	F50	GDRJR	04:39:56
	MANUEL FERREIRA	M45	CORONADO	DQ 02:57:21



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - SPRINT 25k

Classificação / Género [Final 26/07/2024]

Feminino

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts.
1	PAULA PINTO	F35	IND-P	03:05:43	100
2	CARLA DUARTE	F45	CORONADO	03:49:29	90
3	ANDREIA BARBOSA	F35	CORONADO	04:04:51	80
4	AIDA PEREIRA	F40	NBA	04:07:23	70
5	SARA MACHADO	F-Sen	NBA	04:23:46	65
6	MÓNICA MARTINS	F45	LANTEMIL	04:33:33	60
7	ROSA GAMA	F50	GDRJR	04:39:56	55

Masculino

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts.
1	SAMUEL SILVA	M35	ADM09	02:39:00	100
2	ISIDRO PINTO	M35	A100L	02:43:42	90
3	LUÍS MOREIRA	M35	CORONADO	02:46:51	80
4	PEDRO MARQUES	M55	IND-P	02:52:03	70
5	FILIPE ROCHA	M45	IND-P	02:52:50	65
6	SÉRGIO MARTINS	M50	NAI	02:54:08	60
7	PEDRO NOGUEIRA	M45	BREAK	03:01:30	55
8	AGOSTINHO CARNEIRO	M55	CAVBB-P	03:01:35	50
9	VÍTOR MIRANDA	M-Sen	BFC	03:13:03	45
10	HELDER RAFAEL	M40	CORONADO	03:31:43	40
11	NUNO SANTOS	M45	GDRJR	03:33:00	35
12	JOAQUIM PINTO	M50	GDRJR	03:36:12	34
13	FERNANDO FERREIRA	M45	CORONADO	03:50:54	33
14	PAULO DIAS	M60	IND-P	03:55:40	32
15	NUNO SILVA	M45	CORONADO	03:56:24	31
16	MANUEL DOMINGUES	M55	IND-P	04:18:09	30
	MANUEL FERREIRA	M45	CORONADO	DQ 02:57:21	



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - SPRINT 25k

Classificação / Escalão [Final 26/07/2024]

Feminino

F-Sen	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	SARA MACHADO	F-Sen	NBA	04:23:46	100

F35	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	PAULA PINTO	F35	IND-P	03:05:43	100
	2	ANDREIA BARBOSA	F35	CORONADO	04:04:51	90

F40	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	AIDA PEREIRA	F40	NBA	04:07:23	100

F45	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	CARLA DUARTE	F45	CORONADO	03:49:29	100
	2	MÓNICA MARTINS	F45	LANTEMIL	04:33:33	90

F50	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	ROSA GAMA	F50	GDRJR	04:39:56	100

Masculino

M-Sen	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	VÍTOR MIRANDA	M-Sen	BFC	03:13:03	100

M35	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	SAMUEL SILVA	M35	ADM09	02:39:00	100
	2	ISIDRO PINTO	M35	A100L	02:43:42	90
	3	LUÍS MOREIRA	M35	CORONADO	02:46:51	80

M40	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	HELDER RAFAEL	M40	CORONADO	03:31:43	100

M45	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	FILIPE ROCHA	M45	IND-P	02:52:50	100
	2	PEDRO NOGUEIRA	M45	BREAK	03:01:30	90



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - SPRINT 25k

Classificação / Escalão [Final 26/07/2024]

3	NUNO SANTOS	M45	GDRJR	03:33:00	80
4	FERNANDO FERREIRA	M45	CORONADO	03:50:54	70
5	NUNO SILVA	M45	CORONADO	03:56:24	65
	MANUEL FERREIRA	M45	CORONADO	DQ 02:57:21	

M50

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
1	SÉRGIO MARTINS	M50	NAI	02:54:08	100
2	JOAQUIM PINTO	M50	GDRJR	03:36:12	90

M55

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
1	PEDRO MARQUES	M55	IND-P	02:52:03	100
2	AGOSTINHO CARNEIRO	M55	CAVBB-P	03:01:35	90
3	MANUEL DOMINGUES	M55	IND-P	04:18:09	80

M60

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
1	PAULO DIAS	M60	IND-P	03:55:40	100



△△PORTO
TRAILSERIES



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - SPRINT 25k

Classificação / Equipa [Final 26/07/2024]

1

CORONADO

15

Pts

Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pos.
LUÍS MOREIRA	M35	CORONADO	02:46:51	3
HELDER RAFAEL	M40	CORONADO	03:31:43	11
CARLA DUARTE	F45	CORONADO	03:49:29	14
				28

2

GDRJR

13

Pts

Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pos.
NUNO SANTOS	M45	GDRJR	03:33:00	12
JOAQUIM PINTO	M50	GDRJR	03:36:12	13
ROSA GAMA	F50	GDRJR	04:39:56	23
				48



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação Geral [Final 26/07/2024]

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo
1	JOÃO LEAL	M40	GDRR-P	01:28:12
2	VITOR BARBOSA	M40	GDRR-P	01:29:52
3	LUÍS GOMES	M-Sen	MSS	01:31:35
4	JOAQUIM A O SILVA	M50	NBA	01:32:16
5	RAMIRO RIBEIRO	M40	NBA	01:36:45
6	FERNANDO NEVES	M35	GDRR-P	01:37:36
7	FLÁVIO SILVA	M35	GDRR-P	01:39:39
8	LUÍS MAGALHÃES	M-Sen	IND-P	01:40:15
9	SÉRGIO SILVA	M40	MSS	01:41:39
10	CARLOS ALVES	M40	NAI	01:42:18
11	JOAQUIM PEREIRA	M40	NAI	01:42:44
12	IBRAIM SOUSA	M45	MSS	01:43:21
13	LUÍS SILVESTRE	M50	MSS	01:43:23
14	JOSÉ PEDROSA	M45	NBA	01:43:54
15	BRUNO ROCHA	M40	MSS	01:47:06
16	FLÁVIO FERNANDES	M55	NBA	01:51:14
17	RUI ALVIM	M50	MSS	01:55:00
18	MANUEL PÓVOAS	M60	MSS	01:58:57
19	MANUEL FERREIRA	M50	MSS	02:00:09
20	PEDRO MONTEIRO	M40	ADGRUN	02:08:51
21	ORLANDA REGO	F50	ADGRUN	02:08:51
22	FERNANDO PEREIRA	M55	GFC	02:09:03
23	FÁTIMA PAZ	F45	NBA	02:09:59
24	LUÍS COSTA	M35	NAI	02:11:07
25	VANESSA SOARES	F40	ADNA	02:12:05
26	RUI FERREIRA	M-Sen	NBA	02:15:58
27	CARLA MARTINS	F-Sen	RUNRIVER	02:16:11
28	DEOLINDA FARIA	F50	NBA	02:17:28
29	MARGARIDA OLIVEIRA	F50	MSS	02:18:11
30	JOSÉ MOURA	M55	GDRJR	02:24:17
31	ANA CARNEIRO	F40	NBA	02:33:33
32	JOÃO TEIXEIRA	M55	ADNA	02:45:22
33	ANA FONSECA	F55	GDRJR	02:55:58



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação Geral [Final 26/07/2024]

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo
34	FILIPE LEITÃO	M45	GFC	03:15:06



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação / Género [Final 26/07/2024]

Feminino

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts.
1	ORLANDA REGO	F50	ADGRUN	02:08:51	100
2	FÁTIMA PAZ	F45	NBA	02:09:59	90
3	VANESSA SOARES	F40	ADNA	02:12:05	80
4	CARLA MARTINS	F-Sen	RUNRIVER	02:16:11	70
5	DEOLINDA FARIA	F50	NBA	02:17:28	65
6	MARGARIDA OLIVEIRA	F50	MSS	02:18:11	60
7	ANA CARNEIRO	F40	NBA	02:33:33	55
8	ANA FONSECA	F55	GDRJR	02:55:58	50

Masculino

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts.
1	JOÃO LEAL	M40	GDRR-P	01:28:12	100
2	VITOR BARBOSA	M40	GDRR-P	01:29:52	90
3	LUÍS GOMES	M-Sen	MSS	01:31:35	80
4	JOAQUIM A O SILVA	M50	NBA	01:32:16	70
5	RAMIRO RIBEIRO	M40	NBA	01:36:45	65
6	FERNANDO NEVES	M35	GDRR-P	01:37:36	60
7	FLÁVIO SILVA	M35	GDRR-P	01:39:39	55
8	LUÍS MAGALHÃES	M-Sen	IND-P	01:40:15	50
9	SÉRGIO SILVA	M40	MSS	01:41:39	45
10	CARLOS ALVES	M40	NAI	01:42:18	40
11	JOAQUIM PEREIRA	M40	NAI	01:42:44	35
12	IBRAIM SOUSA	M45	MSS	01:43:21	34
13	LUÍS SILVESTRE	M50	MSS	01:43:23	33
14	JOSÉ PEDROSA	M45	NBA	01:43:54	32
15	BRUNO ROCHA	M40	MSS	01:47:06	31
16	FLÁVIO FERNANDES	M55	NBA	01:51:14	30
17	RUI ALVIM	M50	MSS	01:55:00	29
18	MANUEL PÓVOAS	M60	MSS	01:58:57	28
19	MANUEL FERREIRA	M50	MSS	02:00:09	27



△△PORTO
TRAILSERIES



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação / Género [Final 26/07/2024]

20	PEDRO MONTEIRO	M40	ADGRUN	02:08:51	26
21	FERNANDO PEREIRA	M55	GFC	02:09:03	25
22	LUÍS COSTA	M35	NAI	02:11:07	24
23	RUI FERREIRA	M-Sen	NBA	02:15:58	23
24	JOSÉ MOURA	M55	GDRJR	02:24:17	22
25	JOÃO TEIXEIRA	M55	ADNA	02:45:22	21
26	FILIPE LEITÃO	M45	GFC	03:15:06	20



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação / Escalão [Final 26/07/2024]

Feminino

F-Sen	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	CARLA MARTINS	F-Sen	RUNRIVER	02:16:11	100

F40	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	VANESSA SOARES	F40	ADNA	02:12:05	100
	2	ANA CARNEIRO	F40	NBA	02:33:33	90

F45	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	FÁTIMA PAZ	F45	NBA	02:09:59	100

F50	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	ORLANDA REGO	F50	ADGRUN	02:08:51	100
	2	DEOLINDA FARIA	F50	NBA	02:17:28	90
	3	MARGARIDA OLIVEIRA	F50	MSS	02:18:11	80

F55	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	ANA FONSECA	F55	GDRJR	02:55:58	100

Masculino

M-Sen	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	LUÍS GOMES	M-Sen	MSS	01:31:35	100
	2	LUÍS MAGALHÃES	M-Sen	IND-P	01:40:15	90
	3	RUI FERREIRA	M-Sen	NBA	02:15:58	80

M35	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	FERNANDO NEVES	M35	GDRR-P	01:37:36	100
	2	FLÁVIO SILVA	M35	GDRR-P	01:39:39	90
	3	LUÍS COSTA	M35	NAI	02:11:07	80

M40	Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pts
	1	JOÃO LEAL	M40	GDRR-P	01:28:12	100
	2	VITOR BARBOSA	M40	GDRR-P	01:29:52	90



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação / Escalão [Final 26/07/2024]

3	RAMIRO RIBEIRO	M40	NBA	01:36:45	80
4	SÉRGIO SILVA	M40	MSS	01:41:39	70
5	CARLOS ALVES	M40	NAI	01:42:18	65
6	JOAQUIM PEREIRA	M40	NAI	01:42:44	60
7	BRUNO ROCHA	M40	MSS	01:47:06	55
8	PEDRO MONTEIRO	M40	ADGRUN	02:08:51	50

M45

Clas.	Nome	Escalaço	Clube	Tempo	Pts
1	IBRAIM SOUSA	M45	MSS	01:43:21	100
2	JOSÉ PEDROSA	M45	NBA	01:43:54	90
3	FILIPE LEITÃO	M45	GFC	03:15:06	80

M50

Clas.	Nome	Escalaço	Clube	Tempo	Pts
1	JOAQUIM A O SILVA	M50	NBA	01:32:16	100
2	LUÍS SILVESTRE	M50	MSS	01:43:23	90
3	RUI ALVIM	M50	MSS	01:55:00	80
4	MANUEL FERREIRA	M50	MSS	02:00:09	70

M55

Clas.	Nome	Escalaço	Clube	Tempo	Pts
1	FLÁVIO FERNANDES	M55	NBA	01:51:14	100
2	FERNANDO PEREIRA	M55	GFC	02:09:03	90
3	JOSÉ MOURA	M55	GDRJR	02:24:17	80
4	JOÃO TEIXEIRA	M55	ADNA	02:45:22	70

M60

Clas.	Nome	Escalaço	Clube	Tempo	Pts
1	MANUEL PÓVOAS	M60	MSS	01:58:57	100



△△PORTO
TRAILSERIES



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - MINI 14k

Classificação / Equipa [Final 26/07/2024]

1 GDRR-P 15 Pts

Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pos.
JOÃO LEAL	M40	GDRR-P	01:28:12	1
VITOR BARBOSA	M40	GDRR-P	01:29:52	2
FERNANDO NEVES	M35	GDRR-P	01:37:36	6
				9

2 NBA 13 Pts

Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pos.
JOAQUIM A O SILVA	M50	NBA	01:32:16	4
RAMIRO RIBEIRO	M40	NBA	01:36:45	5
JOSÉ PEDROSA	M45	NBA	01:43:54	14
				23

3 MSS 11 Pts

Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pos.
LUÍS GOMES	M-Sen	MSS	01:31:35	3
SÉRGIO SILVA	M40	MSS	01:41:39	9
IBRAIM SOUSA	M45	MSS	01:43:21	12
				24

4 NAI 9 Pts

Nome	Escalão	Clube	Tempo	Pos.
CARLOS ALVES	M40	NAI	01:42:18	10
JOAQUIM PEREIRA	M40	NAI	01:42:44	11
LUÍS COSTA	M35	NAI	02:11:07	24
				45



Circuito Distrital de Trail Running 2024

Associação Atletismo do Porto



Poço Negro Trail - JOVEM 14k

Classificação Geral [Final 26/07/2024]

Clas.	Nome	Escalão	Clube	Tempo
1	Raquel Alves	F-Juv	NAI	02:11:06