



22º TORNEIO DE ATLETISMO DAS FREGUESIAS DO CONCELHO DE RIO MAIOR

2ª PROVA – 11ª VOLTA À FREGUESIA DE ASSEICEIRA – 22.11.2009

Volta à Freguesia – 7km:

1º	José Maduro, Maia AC	1º Sénior M	20.29	
2º	Nuno Nunes, CNRM	2º Sénior M	20.45	14 pontos
3º	Paulo Pinheiro, Maratona	3º Sénior M	22.16	
4º	Marco Francisco, CA Riachense	4º Sénior M	22.44	
5º	Miguel Gonçalves, UDZA	5º Sénior M	22.48	
6º	Bruno Gaspar, CA Riachense	6º Sénior M	23.10	
7º	Pompílio Vaz, Alvitejo	1º Vet (40-49)	23.26	
8º	Carlos Carapeto, Arroquelas	2º Vet (40-49)	23.44	14 pontos
9º	Paulo Fernandes, Alvitejo	3º Vet (40-49)	23.58	
10º	Carlos Cardoso, CNRM	4º Vet (40-49)	24.13	12 pontos
11º	Diogo Henriques, CNRM	1º Júnior M	24.48	14 pontos
12º	André Ramos, Individual	2º Júnior M	25.08	12 pontos
13º	Alexandre Araújo, CNRM	7º Sénior M	25.19	12 pontos
14º	Hugo Nunes, Ribeirense	8º Sénior M	25.31	10 pontos
15º	Pedro Beira, CNRM	3º Júnior M	25.47	10 pontos
16º	Carlos Pereira, CA Riachense	9º Sénior M	25.49	
17º	Joaquim Santos, CA Riachense	10º Sénior M	25.52	
18º	Ruben Violante, UDZA	4º Júnior M	25.52	
19º	César Nunes, CP Pontével	11º Sénior M	26.09	
20º	Catarina Carvalho, UDZA	1º Júnior F	26.09	
21º	Fernando Pombo, Alvitejo	1º Vet (M. 50)	26.22	
22º	David Henriques, CNRM	5º Júnior M	27.15	9 pontos
23º	Henrique Pêgo, CP Pontével	6º Júnior M	27.37	
24º	Vasco Lourenço, Alvitejo	5º Vet (40-49)	27.44	
25º	Luís Orvalho, Alvitejo	2º Vet (M. 50)	27.46	
26º	João Luzia, 20km Almeirim	6º Vet (40-49)	27.57	
27º	José Narciso, 20km Almeirim	12º Sénior M	27.57	
28º	André Marques, UDZA	7º Júnior M	28.08	
29º	João H. Santos, UDZA	8º Júnior M	28.13	
30º	Amílcar Amorim, CP Pontével	7º Vet (40-49)	28.20	
31º	Jorge Formiga, UDZA	13º Sénior M	28.28	
32º	Tiago Veloso, EDARM	9º Júnior M	29.44	8 pontos
33º	Ângelo Sequeira, UDZA	8º Vet (40-49)	30.20	
34º	Carina Vicente, CNRM	1º Sénior F	30.23	14 pontos
35º	Inácio Ramos, Individual	9º Vet (40-49)	30.52	10 pontos
36º	Tiago Costa, UDZA	10º Júnior M	31.32	
37º	Ana Canadas, CNRM	2º Júnior F	31.39	14 pontos
38º	Romina Guedes, CNRM	2º Sénior F	32.09	12 pontos
39º	Henrique Ruas, Alvitejo	3º Vet (M. 50)	32.30	
40º	André Timóteo, EDARM	14º Sénior M	33.11	9 pontos

41°	Telma Alves, Ribeirense	3° Sénior F	33.17	10 pontos
42°	Ricardo Valério, Ribeirense	15° Sénior M	33.38	8 pontos
43°	Isabel Fernandes, Alvitejo	1° Vet. F	33.40	
44°	Renata Mota, CA Riachense	3° Júnior F	33.49	
45°	Bárbara Carapeto, Arrouquelas	4° Júnior F	34.06	12 pontos
46°	Eugénia Carapeto, Arrouquelas	2° Vet. F	34.50	9 pontos
47°	Ana Carrêlo, UDZA	5° Júnior F	34.50	
48°	José Sapateira, CA Riachense	4° Vet (M. 50)	34.54	
49	José Maia, Alvitejo	5° Vet (M. 50)	35.05	
50°	Helena Pereira, Alvitejo	3° Vet. F	36.09	
51°	Elisabete Águas, Alvitejo	4° Vet F	37.10	
52°	Vítor Rodrigues, Alvitejo	10° Vet (40-49)	37.10	
53°	Ana Nogal, Ribeirense	4° Sénior F	37.27	8 pontos
54°	Adriana Carapeto, Arrouquelas	5° Sénior F	37.38	7 pontos
55°	Fernando Silva, EDARM	11° Vet (40-49)	38.00	9 pontos
56°	Maria Inácio, EDARM	5° Vet. F	41.51	6 pontos
57°	Mário Martins, Individual	6° Vet (M. 50)	44.28	

Escalão 13-15 M (1.000m):

1°	Cristian Rosa, CNRM	2.50	14 pontos
2°	Eduardo Silva, UDZA	2.55	
3°	Daniel Bastos, CNRM	2.58	12 pontos
4°	Osvaldo Freitas, CNRM	3.02	10 pontos
5°	Miguel Carvalho, CNRM	3.07	9 pontos
6°	Maryan Tereshkevych, CAR	3.08	
7°	Francisco Villar, UDZA	3.10	
8°	Daniel Santos, UDZA	3.17	
9°	João Oliveira, CNRM	3.20	8 pontos
10°	Fábio Martins, CP Pontével	3.21	
11°	Bruno Palma, CNRM	3.37	7 pontos
12°	Tiago Pereira, CA Riachense	3.58	

Escalão 13-15 F (1000):

1°	Joana Costa, CNRM	3.20	14 pontos
2°	Anna Hurlebaus, CNRM	3.28	12 pontos
3°	Vera Santos, CP Pontével	3.31	
4°	Cláudia Amorim, CP Pontével	3.39	
5°	Mara Ribeiro, CNRM	3.41	10 pontos
6°	Catarina Lopes, UDZA	3.42	
7°	Mariana Pombo, AAC	3.46	
9°	Joana Oliveira, UDZA	3.48	
10°	Tamára Branco, CNRM	3.54	9 pontos
11°	Jéssica Coutinho, CNRM	4.02	8 pontos
12°	Helena Correia, CNRM	4.03	7 pontos
13°	Kátia Amaral, CNRM	4.11	6 pontos

Escalão 10-12 M (1000m):

1º	Oleg Reabciuk, CNRM	3.13	14 pontos
2º	David Sénica, UDZA	3.14	
3º	Filipe Vitorino, Ribeirense	3.38	12 pontos
4º	Rafael Barreira, UDZA	3.47	
5º	Bruno Lopes, CP Pontével	3.51	
6º	Filipe Beira, Ribeirense	3.56	10 pontos
7º	Bruno Amorim, CP Pontével (7-9)	3.56	
8º	Pedro Amorim, CP Pontével	4.01	
9º	Nuno Sénica, UDZA (7-9)	4.10	
10º	Alberto Villas, Alvitejo	4.14	
11º	Pedro Fernandes, Alvitejo (7-9)	4.17	
12º	Bruno Martins, CNRM (7-9)	4.41	9 pontos
13º	Mário Gonçalves, CA Riachense (7-9)	4.42	
14º	Diogo Serralheiro, Asseiceira (7-9)	4.51	8 pontos
15º	João Campos, Asseiceira (7-9)	5.40	7 pontos
16º	Pedro Canhas, CP Pontével (7-9)	5.45	

Escalão 10-12 F (1000m):

1º	Salomé Santos, CNRM	3.41	14 pontos
2º	Leonor Silva, Asseiceira	3.45	12 pontos
3º	Eva Carvalho, UDZA	3.48	
4º	Ana Rita Canadas, CNRM	3.53	10 pontos
5º	Ana Rita Gomes, CNRM	3.54	9 pontos
6º	Madalena Amorim, CP Pontével	3.55	
7º	Inês Luís, CNRM	4.03	8 pontos
8º	Cheila Nunes, Ribeirense	4.08	7 pontos
9º	Nádia Carvalho, UDZA (7-9)	4.14	
10º	Bárbara Palma, CNRM	4.21	6 pontos
11º	Cecília Gaspar, UDZA	4.22	
12º	Maria Carvalho, UDZA	4.22	
13º	Filipa Spencer, CNRM	4.27	5 pontos
14º	Teresa Silva, Asseiceira (7-9)	5.17	4 pontos

Classificação colectiva (todos os escalões):

1º	Clube Natação de Rio Maior	176 pontos
2º	Zona Alta de Torres Novas	89 “
3º	CCD de O Alvitejo	76 “
4º	Clube Atlético Riachense	35 “
5º	Casa do Povo de Pontével	34 “
6º	Freguesia de Arroquelas	31 “
7º	ASSCD do Ribeirense	29 “
8º	Freguesia de Asseiceira	9 “
9º	EDARM – APD da Amadora	8 “

MELHORES TEMPOS DE SEMPRE EM ASSEICEIRA (em 02.11.2008)

Seniores M (7 km)	João Lopes, CN Rio Maior	21.01	2008
	José Maduro, Maratona CP	21.01	2008
Juniores M (7 km)	Nuno Nunes, CN Rio Maior	22.47	1998
Veteranos M (7 km)	Joaquim Delgado, O Alvitejo	22.11	1999
Seniores F (7 km)	Inês Henriques, CN Rio Maior	25.36	2008
Juniores F (7 km)	Inês Henriques, CN Rio Maior	26.39	1998
13-15 anos M (800m)	João Lopes, CN Rio Maior	2.09	2000
13-15 anos F (800m)	Mafalda Silva, CN Rio Maior	2.32	2000
Infantis M (800m)	Henrique Pêgo, CP Pontével	2.34	2003
	Diogo Sousa, CLAC Entroncam.	2.34	2008
Infantis F (800m)	Tânia Tristão, CP Pontével	2.40	2004
7 - 9 anos M (800m)	Luis Vicente, Águias de Alpiarça	2.58	1999
7 - 9 anos M (800m)	Elizabete Glória, Constrolândia	3.06	2000

Asseiceira, 22 de Novembro de 2009

O Técnico de Atletismo
Jorge Miguel