



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE VISEU

Rua Cândido dos Reis nº 27 Fração C

3510-057 Viseu

Instituição de Utilidade Pública

Fundada em 28 de Dezembro de 1988

232 423 640

viseu@fpatletismo.org

www.atletismoviseu.pt

ÉPOCA 2025/2026

COMUNICADO 54

DATA 2026/07/12

CAMPEONATO DISTRITAL DE ESTRADA

10 km

clas.	dorsal	país	atleta	clube	clas. sexo	escalão	por esc.	5k	10k	média p/ km
1	311		Cristiano Pereira	Casa do Povo de Mangualde	1	SEN M	1	15:28	31:09	3'06"/Km
2	165		Bruno Paixão	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	2	M40	1	15:28	31:29	3'08"/Km
3	192		Rafael Pais	Clube Desportivo de Tondela	3	SEN M	2	16.13	32:59	3'17"/Km
4	191		André Pais	Clube Desportivo de Tondela	4	SEN M	3	16.40	33:41	3'22"/Km
5	360		Nelson Gomes	Clube Desportivo de Leomil	5	M45	1	16.34	33:48	3'22"/Km
6	66		Filipe Rocha	GDR da Granja Trutas do Mau	6	SEN M	4	16.58	34:38	3'27"/Km
7	193		Filipe Ferreira	Clube Desportivo de Tondela	7	SEN M	5		35:24	3'32"/Km
8	278		Nuno Dias	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	8	M45	2		35:25	3'32"/Km
9	160		Emanuel Tojal	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	9	SEN M	6		35:28	3'32"/Km
10	190		Rui Rodrigues	Clube Desportivo de Tondela	10	M45	3		35:54	3'35"/Km
11	265		Márcio Faustino	GDR da Granja Trutas do Mau	11	M35	1		36:12	3'37"/Km
12	35		Carlos Nunes	Casa do Povo de Mangualde	12	M40	2		36:50	3'40"/Km
13	81		Hugo Neves	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	13	SEN M	7		37:12	3'43"/Km
14	164		Carlos Figueiredo	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	14	M45	4		38:11	3'49"/Km
15	250		António Lourenço	GDR da Granja Trutas do Mau	15	M50	1		38:13	3'49"/Km
16	346		Jorge Almeida	Individual	16	M45	5		38:18	3'49"/Km
17	335		Pedro Machado	Casa do Povo de Mangualde	17	M40	3		38:41	3'52"/Km
18	162		Renato Figueiredo	Individual	18	M45	6		38:48	3'52"/Km
19	275		João Andrade	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	19	SEN M	8		39:11	3'55"/Km
20	33		André Nunes	Casa do Povo de Mangualde	20	SEN M	9		39:14	3'55"/Km
21	161		José Tojal	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	21	M55	1		39:45	3'58"/Km
22	324		João Monteiro	GDR da Granja Trutas do Mau	22	M50	2		40:52	4'05"/Km

23	312		Ana Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	1	SEN F	1		40:58	4'05"/Km
24	15		José Martins	Viriathvs Runners Viseu	23	M55	2	22.15	42:41	4'16"/Km
25	100		Vasco Monteiro	Dínamo Clube Estação	24	M50	3	22.22	42:41	4'16"/Km
26	229		André Almeida	Lusitano Futebol Clube	25	M40	4	22.25	43:31	4'21"/Km
27	234		Gonçalo Loureiro	Lusitano Futebol Clube	26	M40	5	22.26	43:35	4'21"/Km
28	336		Jorge Morais	Casa do Povo de Mangualde	27	M55	3	22.28	43:56	4'23"/Km
29	282		Arlindo Dias	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	28	M65	1	23.39	44:45	4'28"/Km
30	159		Maria Coimbras	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	2	F45	1	23.13	44:58	4'29"/Km
31	235		Tiago Ferreira	Lusitano Futebol Clube	29	M35	2	22.45	45:22	4'32"/Km
32	375		José Cardoso	Associação Desportiva Cultural e Recreativa de Vila Boa	30	M50	4	23.38	45:46	4'34"/Km
33	375		José Cardoso	Associação Desportiva Cultural e Recreativa de Vila Boa	31	M50	5	23.38	45:46	4'34"/Km
34	281		Roberto Leal	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	32	M55	4	24.07	45:58	4'35"/Km
35	249		Pedro Almeida	Viseu 360	33	M45	7	24.30	46:06	4'36"/Km
36	247		Marco Paulo	Dínamo Clube Estação	34	M45	8	23.25	46:22	4'38"/Km
37	13		Rui Pires	Viriathvs Runners Viseu	35	M50	6	24.17	46:25	4'38"/Km
38	222		Gorete Pereira	Viriathvs Runners Viseu	3	F50	1	24.20	46:25	4'38"/Km
39	231		Fernando Bernardo	Lusitano Futebol Clube	36	M45	9	23.43	47:01	4'42"/Km
40	34		Carlos Nunes	Casa do Povo de Mangualde	37	M60	1	26.10	47:42	4'46"/Km
41	264		Marlene Martins	GDR da Granja Trutas do Mau	4	F45	2	25.29	48:20	4'49"/Km
42	334		Mauro Nascimento	GDR da Granja Trutas do Mau	38	M55	5	25.23	48:22	4'50"/Km
43	99		Filipe Duarte	Individual	39	M45	10	25.35	49:42	4'58"/Km
44	157		Rosário Miranda	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	5	F50	2	25.56	50:45	5'04"/Km
45	158		Andreia Bernardo	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	6	F35	1	28.22	57:13	5'43"/Km
46	68		Ricardo Pires	Dínamo Clube Estação	40	M40	6	29.19	58:48	5'52"/Km
47	72		Maria Girão	Dínamo Clube Estação	7	SEN F	2	29.26	58:48	5'52"/Km
	189		Carlos Ribeiro	Clube Desportivo de Tondela		M45			DNS	
	313		Fernando Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde		M50			DNS	
	294		Nuno Santos	Lusitano Futebol Clube		M35			DNS	
	242		Magda Ribeiro	Dínamo Clube Estação		F40			DNS	
	233		João Aguiar	Lusitano Futebol Clube		M35			DNS	
	274		André Pina	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"		SEN M			DNS	
	79		José Martins	Viriathvs Runners Viseu		M55			DNS	
	243		Paulo Carvalho	Dínamo Clube Estação		M40			DNS	
	163		Pedro Duarte	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"		M40			DNS	

PÓDIOS INDIVIDUAIS

10 km – Geral M

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	311		Cristiano Pereira	Casa do Povo de Mangualde	SEN M	15:28	31:09	3'06"/Km
2	165		Bruno Paixão	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	M40	15:28	31:29	3'08"/Km
3	192		Rafael Pais	Clube Desportivo de Tondela	SEN M	16.13	32:59	3'17"/Km

10 km – Geral F

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	312		Ana Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	SEN F		40:58	4'05"/Km
2	159		Maria Coimbras	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	F45	23.13	44:58	4'29"/Km
3	222		Gorete Pereira	Viriathvs Runners Viseu	F50	24.20	46:25	4'38"/Km

10 km – Seniores M

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	311		Cristiano Pereira	Casa do Povo de Mangualde	SEN M	15:28	31:09	3'06"/Km
2	192		Rafael Pais	Clube Desportivo de Tondela	SEN M	16.13	32:59	3'17"/Km
3	191		André Pais	Clube Desportivo de Tondela	SEN M	16.40	33:41	3'22"/Km

10 km – Seniores F

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	312		Ana Albuquerque	Casa do Povo de Mangualde	SEN F		40:58	4'05"/Km
2	72		Maria Girão	Dínamo Clube Estação	SEN F	29.26	58:48	5'52"/Km

10 km – M35

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	265		Márcio Faustino	GDR da Granja Trutas do Mau	M35		36.12	3'37"/Km
2	235		Tiago Ferreira	Lusitano Futebol Clube	M35	22.45	45:22	4'32"/Km

10 km – F35

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	158		Andreia Bernardo	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	F35	28.22	57:13	5'43"/Km

10 km – M40

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	165		Bruno Paixão	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	M40	15:28	31:29	3'08"/Km
2	35		Carlos Nunes	Casa do Povo de Mangualde	M40		36:50	3'40"/Km
3	229		André Almeida	Lusitano Futebol Clube	M40	22.25	43:31	4'21"/Km

10 km – M45

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	360		Nelson Gomes	Clube Desportivo de Leomil	M45	16.34	33:48	3'22"/Km
2	278		Nuno Dias	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	M45		35:25	3'32"/Km
3	190		Rui Rodrigues	Clube Desportivo de Tondela	M45		35:54	3'35"/Km

10 km – F45

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	159		Maria Coimbras	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	F45	23.13	44:58	4'29"/Km
2	264		Marlene Martins	GDR da Granja Trutas do Mau	F45	25.29	48:20	4'49"/Km

10 km – M50

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	250		António Lourenço	GDR da Granja Trutas do Mau	M50		38:13	3'49"/Km
2	324		João Monteiro	GDR da Granja Trutas do Mau	M50		40:52	4'05"/Km
3	100		Vasco Monteiro	Dínamo Clube Estação	M50	22.22	42:41	4'16"/Km

10 km – F50

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	222		Gorete Pereira	Viriathvs Runners Viseu	F50	24.20	46:25	4'38"/Km
2	157		Rosário Miranda	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	F50	25.56	50:45	5'04"/Km

10 km – M55

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	161		José Tojal	Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	M55		39:45	3'58"/Km
2	15		José Martins	Viriathvs Runners Viseu	M55	22.15	42:41	4'16"/Km
3	336		Jorge Morais	Casa do Povo de Mangualde	M55	22.28	43:56	4'23"/Km

10 km – M60

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	34		Carlos Nunes	Casa do Povo de Mangualde	M60	26.10	47:42	4'46"/Km

10 km – M65

clas.	dorsal	país	atleta	clube	escalão	5k	10k	média p/ km
1	282		Arlindo Dias	Grupo Desportivo "Os Ribeirinhos"	M65	23.39	44:45	4'28"/Km

PÓDIOS COLETIVOS

Geral F

1		Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	2 + 5 + 6 = 13
---	---	---------------------------------------	----------------

Geral M

1		Clube Desportivo de Tondela	3 + 4 + 7 = 14
2		Grupo Desportivo "3 Santos Populares"	2 + 9 + 13 = 24
3		Casa do Povo de Mangualde	1 + 12 + 17 = 30
4		GDR da Granja Trutas do Mau	6 + 11 + 15 = 32
5		Grupo Desportivo 'Os Ribeirinhos'	8 + 19 + 28 = 45
6		Escola de Atletismo Carlos Lopes - Lusitano Futebol Clube	25 + 26 + 29 = 80
7		Dínamo Clube Estação	24 + 34 + 40 = 98