

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ACDSJ	F	Benjamim A	Carolina Martinho	762	160879
			Laura S. Vasconcelos	696	155561
	M	Benjamim B	Maria Henriques	759	144389
		Benjamim A	Augusto Silva	931	155559
			Mateus Cruz	861	159824
			Rafael M. Santos	854	155846
			Belchior Henriques	982	154335
			Fábio Aguiar	989	144442
			João L. Silva	941	155565
			João Tomás Ferreira	937	144157
			Martim Reis	862	144379
			Paulo Calor	859	159803
			Tomás Faria	939	144335
			Yuri Calor	858	155566
		V 65	Germano Gouveia	2274	129795
		V 35	Celso Camacho	2500	152564
			J. Luís Santos	2275	152431
ACM-M	M	V 35	Luis Perez	2281	149677
			Joel Freitas	1620	155733
			Rafael Luís	2280	152310
		V 40	Joel Freitas	1620	155733
		V 45	Cândido Barros	1621	139479
			António Madaleno	1537	140235
		V 50	António Madaleno	1537	140235
		V 55	Nuno Faria	1807	128804
			Paulo Gouveia	1536	158714
			Samuel Matos	1580	152404
		Senior	Márcia Sumares	1062	145688
			Sofia J. Pereira	1063	149921
			Sofia J. Silva	1098	150003
		V 35	Ana Cruz	1228	151801
		V 45	Sandra Góis	1229	154264
			Mariza Góis	1226	153603
			Sancha Campanella	1227	138858
ADC	F	Senior	Abílio Sousa	2356	149494
			António Camacho	2354	150118
			Miguel Neiva	2355	149477
		V 35	Honório Rodrigues	1851	152239
			Marco Brasil	1858	147415
			Rui Pinto	1868	146311
		V 40	Dinarte Vieira	1862	145683
			Roberto Ornelas	1864	146183
			Bruno Ferreira	1852	152301
		V 45	E. Miguel Gouveia	1853	152952
			Francisco Sampaio	1866	132524
			Paulo Gomes	1863	145684

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE		
ADC	M	V 45	Paulo Sérgio Silva	1860	145900		
			Sérgio Gonçalves	1855	151824		
		V 50	Eduardo Raposo	1557	151873		
			Gonçalo Nuno	1856	151369		
		V 55	Paulo Santos	1865	140272		
ADCSAS	M	Senior	André Vieira	2324	148086		
		sub 23	Diogo Câmara	2299	154419		
		V 35	António A. Gouveia	2239	154238		
			Hugo Barradas	1530	158969		
			Marco Catarino	1423	159321		
			Tony Gouveia	2234	154053		
		V 40	João Antº Fernandes	1424	159667		
			João Spínola	1629	155335		
			José Paulo Freitas	1426	159148		
			Manuel Vasconcelos	2235	154962		
			Marco P. Vieira	1659	155252		
			V 45	José de Abreu	2237	154515	
		V 50	João M. Fernandes	2238	154209		
		V 55	Luís Meneses	1425	159637		
		ADG	F	Senior	Fabiana Gonçalves	1026	134489
					Joana G. Freitas	1028	148995
					Sónia da Silva	1027	142777
V 40	Liliana R. Freitas				1122	129804	
	Lúcia Franco			1123	130351		
	Rubina Perestrelo			1125	130320		
	Sónia Faria			1270	133508		
	Susana Nóbrega			1126	143639		
V 50	Anne Marchington			1124	130461		
M	Junior		João Tomás Camacho	599	153232		
	Senior		Carlos J. Moreira	2444	152823		
			Guilherme Franco	2446	139857		
			Luís Figueira	2443	152871		
			Paulo Franco	2445	140220		
	V 35		Eduardo Carvalho	2191	140723		
			Eduardo Luís Silva	1646	150120		
			Javier Santos	2190	152965		
			Luís F. Ferreira	2194	139465		
	V 40		Élvio Melim	2196	130229		
		Hélder S. Fernandes	2200	139738			
	Nuno Miguel Vieira	2192	135864				
V 45	João Arlindo Sousa	2199	124933				
V 55	Carlos Figueiredo	2678	139831				
	Manuel Franco	2197	130264				
ADNPS	F	Senior	Filipa Silva	1310	137255		

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ADNPS	F	Senior	Verónica Correia	2741	160194
		V 35	Sandra Vargem	1313	154571
		V 45	Sandra Fonseca	1312	147703
	M	Senior	Américo Olival	2474	154404
			António R. Gonçalves	1597	135291
			Carlos Pereira	2475	138783
			Higino Faria	1642	140917
			João Carlos Gomes	1643	147515
			Jorge Pita	2551	136983
			Marco Vera Cruz	2477	135398
			Filipe V. Teixeira	2743	142191
ADRAP	F	Benjamim B	Anthonella Hernandez	711	156396
			Emília Calaça	654	152454
			Inês Crespo	748	159602
			Leonor C. Freitas	754	160095
			Lia Nunes	747	158555
			Maria Leonor Pereira	755	159595
			Marisa Matos	768	161633
			Matilde S. Silva	709	156345
		Infantil	Ana Beatriz Pereira	77	150504
			Clarisse Catanho	667	132143
			Leonor Moreira	28	157333
			Matilde Freitas	761	156873
			Veronika Hernandez	712	156421
		Iniciado	Ana Beatriz Pires	76	154132
			Bruna Sousa	36	156841
			Catarina F. Vieira	78	150317
			Laura Pereira	216	150337
			Mariana Gouveia	214	141616
			Matilde Leça	282	160877
			Regina Santos	213	141473
		Junior	Adriana Viveiros	438	142030
			Célia Góis	471	129541
		Juvenil	Ana Leonor Catanho	434	132142
			Ana Luísa Catanho	435	132140
			Margarida Assunção	215	135798
		Senior	Carla Macedo	1302	125262
			Cláudia Rodrigues	1025	128460
			D Jamila Tavares	1385	149616
			Daniela Teixeira	1021	134123
			Isabelle Andrade	1018	139014
			Joana Costa	1023	149832
			Joana Pinto	1017	125671
			Marisa Ascensão	1019	137106

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalação	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ADRAP	F	Senior	Mónica S. Silva	1334	129610
			Sílvia Bettencourt	1375	139011
			Susana Lourenço	1015	128279
		sub 23	Diana Afonso	1383	132454
			Elisabete Silva	1087	124051
			Rafaela Morgado	1382	131361
		V 35	Scarlett Saleiro	1384	129883
			Ana Luísa Viveiros	2669	127786
			Cláudia Azevedo	1118	130281
		V 40	Vânia Joaquim	1016	139525
			Joana Mendes	1119	146174
			Josefina Caires	1116	129613
		V 45	Rute Sá	1336	155968
			Telma Alves	1117	133049
			Lina Dantas	1380	158825
		V 50	Rosa Mendonça	1387	147145
		V 55	Zita Jesus	1120	127902
	M	Benjamim A	Gonçalo Perdigão	869	159868
			Ramsés Hernandez	849	158556
			André Remesso	978	143095
		Benjamim B	Andree Abreu	876	158547
			Dinis A. Freitas	933	155794
			Gaspar Viveiros	977	149490
		Infantil	Henrique Perdigão	870	159869
			Jesús Abreu	875	158546
			Leonardo Viveiros	976	153024
		Iniciado	Lucas Gonçalves	904	156938
			Matias Olival	998	152913
			João Tomás Santos	103	125190
		Junior	José G. Pereira	148	159796
			Matias Freitas	897	156872
			Pedro A. Gouveia	143	161256
		Junior	Rodrigo Sol	192	144205
			Simão Carvalho	193	127731
			Artur Martins	330	160391
		Junior	Guilherme Abreu	322	139772
			João R. Sousa	321	161668
			Pedro Moreira	191	154091
		Junior	Tomás Remesso	194	127286
			António A. Fernandes	602	147739
			Guilherme Ornelas	603	145213
		Junior	Hélvio Nascimento	604	143710
			Ibrahim Gama	642	128271
			João Ramalho	608	125437

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ADRAP	M	Junior	Pedro A. Sousa	639	142559
			Samuel Rios	550	124780
			Tiago Fernandes	637	133080
		Juvenil	Christian Prell	339	157323
			Eduardo Silva	536	130410
			Gabriel Vieira	383	146465
			Henrique Abreu	541	125024
			João Assunção	546	159629
			Manuel Vieira	607	134377
			Márcio Viveiros	605	145216
			Miguel S. Abreu	606	142829
			Nuno Coelho	371	145981
			Rodrigo Carvalho	601	153588
			Samuel Vieira	544	160809
			Tomás Carvalho	382	127730
			Tomás Rosário	534	145502
		Senior	André Gonçalves	2461	127354
			Bruno Moniz	2460	130426
			Bruno Vaz Moniz	2451	135382
			Carlos Prino	1585	123418
			Décio Carreira	2328	148963
			Diogo Abreu	2467	124664
			Diogo Castro	2720	149121
			Eduardo Macedo	2472	146463
			Gilberto Carvalho	1500	124994
			João Tiago Costa	2462	142125
			Joaquim Lopes	2454	141976
			Leandro Gonçalves	1499	123545
			Mário André Pereira	2453	149291
			Mauro Figueira	2690	161298
			Pedro Martins	2452	129239
			Pedro R. Freitas	2465	138345
			Raúl Alves	2442	141068
			Ricardo Gonçalves	1640	137231
			Roque Semedo	2448	129360
			Rúben Mendonça	2449	154475
			Sérgio D. Freitas	1490	158362
		sub 23	Tiago F. Silva	2468	126354
			Tiago R. Silva	2679	160963
			Ulisses Tavares	2447	130899
			Víctor Silva	2456	130307
			Xavier Carvalho	2455	144905
			André A. Gonçalves	1521	129268
			João Afonso Olim	641	132145

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ADRAP	M	sub 23	Lino Viveiros	640	133798
			Miguel Tapadas	1507	123291
			Tito Fernandes	2298	132221
		V 35	Décio Gaspar	2473	125379
			Élvio Sousa	2202	151376
			Fábio Neves	2471	126829
			Filipe Belo	2470	127315
			Filipe Freitas	2212	130352
			Filipe Santos	2458	138434
			Hugo Cró	2220	134981
			José Figueira	1531	157908
			Luís Francisco	2211	125293
			Márcio Castro	2223	136228
			Marco P. Rodrigues	2217	142218
			Miguel Bettencourt	1745	127612
			Paulo F. Nóbrega	2213	132839
			Pedro Vares	2463	145124
			Ricardo Crespo	2207	128260
			Ricardo H. Gouveia	2233	126060
			Silvestre Rodrigues	2232	125204
			Sílvio Cró	2464	129158
			Tiago Rovisco	1532	158424
			Vítor M. Rodrigues	2466	140433
		V 40	Bruno Pereira	2221	134982
			Flávio Remesso	2228	127287
			Jimmy Coelho	2210	142732
			José Abreu	2215	127330
			Maciel Marques	2218	136345
			Roberto Gouveia	2222	141607
			Valter Rodrigues	2674	142773
			Agostinho Spínola	2231	129491
			Cláudio Nóbrega	1623	155413
			Francisco Dantas	1788	151599
		V 45	Manuel Almeida	2225	123616
			Rafa Rodrigues	2208	130409
			Richard Abreu	1519	125032
			Carlos Carichas	2214	127088
			Carlos Francisco	2204	129517
			José G. Carvalho	2226	143961
			Adler Pereira	2707	157503
		V 50	Jorge Cipriano	2209	126555
			Francisco J. Correia	1533	128298
		V 60	João M. Pereira	2219	126088
			António Lima	2230	126781

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
AJS	F	Benjamim A	Glória Fernandes	651	148052
			Isabela Simão	653	154768
			Maria Inês Gomes	428	146834
			Maria Inês Silva	746	159470
		Benjamim B	Ana Beatriz Barros	664	154083
			Clara Teixeira	718	156677
			Eduarda Silva	699	155858
			Inês Fernandes	693	155440
			Núria Neves	732	157575
			Vitória Abreu	665	154085
		Infantil	Adriana Afonseca	663	145200
			Ana C. Gonçalves	97	124645
			Beatriz Melim	98	142734
			Carolina Cunha	25	157984
			Carolina Faria	105	140071
			Carolina M ^a Faria	38	147710
			Emília Simão	666	154711
			Laura Sousa	13	161689
			Luna Andrade	96	126024
			M ^a Isabel Freitas	14	160931
			Mafalda Gonçalves	95	124641
			Petra Faria	716	156295
			Rubina Rodrigues	662	148397
			Sara Fernandes	94	126022
			Sílvia Jesus	47	147711
			Telma Freitas	86	147161
		Iniciado	Alice Afonseca	207	145199
			Ana Isabel Lopes	208	153126
			Beatriz A. Freitas	90	129079
			Bruna Belo	201	134566
			Carlota Gomes	80	154539
			Carolina J. Vieira	271	159398
			Catarina Fernandes	203	125402
			Catarina Ferraz	210	153769
			Catarina G. Fernandes	274	159469
			Daniela Freitas	91	129077
			Eliana S. Fernandes	82	153127
			Laura Ganança	42	156166
			Laura Jesus	278	153254
			Luísa Pinto	16	125139
			Magda Dias	44	155458
			Maria Leonor Ferro	88	128350
			Marta Barros	84	153582
			Mónica Dias	45	155457

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
AJS	F	Iniciado	Silvana da Silva	92	126929
			Ana Abreu	403	138090
			Ana Leite	406	123990
			Gabriela Silva	425	126934
			Graciela Abreu	427	139314
			Inês Borba	483	129765
			Joana F. Sousa	404	131285
			Sara Moreira	407	125356
		Juvenil	Tânia Alves	429	139426
			Ana Beatriz Pinto	423	139217
			Daniela M. Pinto	422	139216
			Inês Abreu	421	128781
			Laura Fernandes	432	148610
			Luciana Araújo	206	151672
			Miriam Cunha	424	144869
			Sara Pereira	205	146962
			Sofia Freitas	430	129080
			Vitória Góis	204	126381
		Senior	Adília Fernandes	1002	124496
			Bárbara Sofia Silva	1014	152165
			Cláudia Fernandes	1083	125076
			Elvina Jesus	1352	147024
			Énia Carmo	1011	143920
			Fátima Ribeiro	2698	133874
			Jessie Serrão	1008	138993
			Joana J. Pinto	1010	124822
			Joana Soares	1004	124968
			Laura Ramos	1005	145979
			Lina Soares	1006	144149
			Lúcia Santos	1084	124196
			Mariana Mendonça	1007	128553
			Sara Martins	1012	124516
			Simone Silva	1013	149493
		sub 23	Bárbara Silva	1085	131578
			Carolina Teixeira	558	127096
			Catarina Queirós	1086	127444
			Margarida E. Silva	1386	124070
			Milene Jesus	1327	129420
			Petra Fernandes	1082	125210
		V 35	Andreia Freitas	1103	124566
			Carina Araújo	1104	128713
			Mayra Abreu	1110	142530
			Sónia S. Faria	1370	158204
		V 40	Cristina Ferreira	1105	125525

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
AJS	F	V 40	Cristina Nascimento	1111	126166
			Olívia Sousa	1107	124982
		V 45	Jennifer Alves	1108	130220
			Nélia Freitas	2685	160938
			Teresa Ornelas	1113	147371
	M	Benjamim A	Afonso Jesus	880	158605
			Lourenço Lúcio	888	158262
			Tomás Freitas	916	156268
		Benjamim B	Guilherme Henriques	945	155340
			João Correia	979	154084
		Infantil	Eduardo Costa	152	157899
			Francisco A. Nóbrega	149	159077
			Guilherme Pita	980	152810
			João M. Rodrigues	918	156292
			Manuel Rocha	196	142512
			Marco Santos	144	156479
			Óscar Góis	981	128574
			Tomé Serrão	197	124879
		Iniciado	Bernardo S Fernandes	198	125410
			Damião Rodrigues	353	155375
			Francisco Palmeira	386	152630
			J. Francisco Freitas	327	160933
			João Pedro Neves	199	127115
			Nélio Santos	391	153572
			Nuno dos Santos	399	134567
			Omar Jesus	393	153123
			Pedro Chaves	394	151138
			Rodrigo Gonçalves	400	123971
			Santiago Olim	397	146446
			Simão Silva	338	150956
		Junior	Vítor Alves	384	152845
			Afonso Velosa	611	142275
			André Jerónimo	549	124830
			David Martinho	643	138266
			Diogo E. Fernandes	553	125211
			Eduardo Pestana	614	140006
			Flávio Abreu	533	161282
			Francisco Belo	615	134565
			Ivo Figueira	610	144929
			João Bettencourt	625	146185
			João H. Reis	644	150125
			João R. Gonçalves	647	142945
			Luís Miguel Silva	609	146447
			Nélio Sousa	551	149373

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
AJS	M	Junior	Samuel Vasconcelos	645	148080
			Bruno Faria	616	129985
		Juvenil	Diogo Martins	612	148686
			Flávio Fernandes	617	125264
			Francisco Nóbrega	557	143535
			Leandro R. Rodrigues	342	126841
			Luís B. Gonçalves	568	155912
			Tiago Camacho	597	133066
		Senior	António Fernandes	2491	128023
			Basílio Noronha	2478	153732
			Bernardo Pereira	2300	123862
			César Ramos	2490	139645
			Décio Abreu	2499	126835
			Diogo D. Pereira	1421	159165
			Francisco Cordoeiro	2488	124490
			João C. Gonçalves	2476	135375
			João P. Rodrigues	2480	149492
			Jorge E. Silva	1633	156330
			José Fernandes	1522	124932
			Leandro Soares	2481	145673
			Leonel Gomes	2494	145894
			Paulo Macedo	2469	127052
			Paulo Neto	2301	125089
			Pedro Pita	2610	159778
			Rafael C. Gouveia	2479	153583
			Ricardo G Fernandes	2493	146235
			Ricardo J. Pereira	2487	124014
			Robert Serrão	2495	141530
			Roberto Faria	2498	124522
			Rodolfo Ramos	2486	140847
			Stefano Fernandes	2423	137189
			Wilson Conniott	2485	128002
		sub 23	Ricardo Mestre	1543	131878
			Vítor Gouveia	2810	161478
		V 35	André Spínola	2252	138469
			Emmanuel Teles	2240	153306
			Humberto Santos	1422	159156
			Jorge Grave	2243	123606
			José M. Abreu	2244	149711
			Renato Andrade	2224	130080
			Rúben Escórcio	2254	142529
			Rubim Gonçalves	2266	125271
			Sérgio David Santos	2483	138534
			Tiago Aires	2242	137287

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
AJS	M	V 35	Vítor Viveiros	2496	125144
			Bruno Coelho	2253	129959
			Davide Fernandes	2241	152589
			Filipe Custódio	2011	125488
			Francisco Freitas	2271	125383
			Hélder Fernandes	2262	123607
			Hugo Batista	2263	142803
			Juvenal Faria	2268	124638
			Manuel Faria	1510	128482
			Nelson Neves	1871	136105
			Paulo Barreto	2247	153167
			Pedro Costa	2246	124858
			Pedro M. Pinto	2264	137631
			Roberto Lúcio	1544	126102
			Rui Filipe Sousa	2722	161358
			Sílvio Freitas	2265	138433
			Virgílio Ornelas	2261	125278
		V 45	Alcídio Ferro	2256	139979
			Alexandre Vieira	1631	153686
			Angelino Gonçalves	2273	131073
			Carlos Nóbrega	2272	124595
			Domingos Rodrigues	2259	126937
			Duarte N. Abreu	2250	125612
			Fernando Faria	2257	125491
			Filipe Camacho	1535	157995
			J. Miguel Freitas	2683	160929
			Joaquim Sousa	2258	140513
			José Ant ^o Ramos	2270	124930
			Paulo Bruno Freitas	2744	140251
			Rui Pestana	2245	129188
		V 50	Carlos Franco	2251	125306
			José Ornelas	2269	125758
APCTT	F	Junior	Lisandra B. Tavares	439	146346
		Juvenil	Angélica Gama	225	152588
		Senior	Andreia Mendonça	1032	153143
			Cátia Rubina Vieira	1431	159519
			Luísa Reis	1034	152316
			Andrea Freitas	1131	140737
		V 35	Paula Pereira	1129	140717
			Sara Lourenço	1432	158161
			Lisandra Tavares	1128	140749
		V 40	Odília Pedras	1194	149617
			Rubina Branco	1433	159407
			Rubina Fernandes	1195	149532

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
APCTT	F	V 45	Anália Freitas	1134	152308
			Carmo Almeida	1130	130787
			Nélia Batista	1361	146140
			Nélia Gomes	1133	152510
	M	V 55	Ana Paula Aveiro	1132	149742
		Benjamim A	Simão Tavares	996	153214
			Benjamim B	974	153106
		Juvenil	Leandro Fernandes	555	157888
		Senior	Fábio Martins	2439	148861
			Luís M. Freitas	2438	150065
			Luís Martins	2436	152368
			Noé Luís	1469	159043
		V 35	Albino Batista	1566	147527
			Carlos Perestrelo	1468	158081
			Filipe Franco	2187	146504
			Luís M. Vieira	2437	150067
			Nicásio Teixeira	2441	146149
			Roberto Ramos	2179	152355
			Rogério Camacho	2435	152317
			Venâncio Abreu	2180	150017
		V 40	Duarte Viveiros	2176	150014
			Emanuel Freitas	2188	140736
			José Pedro Pinheiro	2181	147170
			José Reis	2177	152322
			Libónio Ornelas	1470	158918
			Nuno Tavares	2189	139655
			Roberto A. Sousa	1464	158093
			Miguel Valente	1962	149531
		V 45	Paulo Teixeira	1467	158526
			Roberto Solano	1965	126255
		V 50	Rui A. Dias	1465	158083
			Xavier Aveiro	2186	146457
		V 55	José A. Teixeira	1466	158085
			José Almada	2175	152642
ARCA-M	F	Benjamim A	Isabel Fernandes	655	150951
			Benjamim B	757	159988
		Infantil	Laura Martins	20	160014
			Matilde Vasconcelos	27	157844
		Senior	Andrea Gouveia	1357	157714
			Janete Garcês	1035	151132
		V 40	Sónia Santos	1137	140427
		V 50	Délia Freitas	2719	159009
		V 55	Luísa Ramos	1136	127947
			Teresa Abreu	1364	157845

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalação	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ARCA-M	M	Benjamim A	Salvador Silva	899	157172
			Tomás C. Rodrigues	855	159048
		Benjamim B	Martim Costa	856	159351
			João T. Andrade	335	158439
		Senior	André Benedito	1461	137247
			Carlos F. Fernandes	1497	158088
			Fábio Sousa	1573	157520
			Rafael O. Santos	1563	157785
			Rúben Paixão	1498	158776
			Paulo Andrade	1575	157501
		sub 23	Tóni Fernandes	2168	146714
		V 35	Cláudio Jardim	2173	126123
		V 40	Nuno M. Silva	2171	125687
			Marco Ferreira	2167	126172
			José Carlos Silva	2172	130822
			Ricardo Nóbrega	2170	130942
			Fernando Vieira	2169	146377
ATLAFA	F	V 50	Jana Pereira	1157	128650
	M	V 35	Luís A. Santos	2109	128666
		V 40	Alexandre Freitas	2105	141047
			Miguel Castro	2108	129159
			Carlos Araújo	1459	159155
BORDAL	F	Senior	João Almeida	2106	128653
			Zita Freitas	1036	136667
		V 40	Licínia Macedo	1224	127874
		V 45	Mafalda Freitas	1366	139681
			Paz Freitas	1411	141107
			Susana Vacas	1140	136656
		V 50	Diva Jardim	1138	131579
			Sónia Silva	1139	136886
CAFH	F	Benjamim A	Ester Correia	760	160790
			Maria Margarido	739	158360
		Benjamim B	Maria Luís Silva	756	157544
			Vitória Guerra	733	157965
		Infantil	Melissa Silvino	24	158042
		Iniciado	Alexandra Camacho	287	161741
		Junior	Inês Correia	486	140853
		Juvenil	Joana Silvino	481	157818
		Senior	Catarina Dinis	1043	125498
			Nilza Ornelas	1044	125487
		sub 23	Emília Caires	2702	160916
		V 35	Bárbara Correia	1161	126174
			Graciela Fernandes	1342	156934
			Carla Neves	1162	126834

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalação	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CAFH	F	V 40	Iola Sousa	1164	125628
			Raquel Franco	1166	130880
			Sandra Gonçalves	1167	125543
		V 45	Lenka Mendonça	1165	125651
		V 55	Teresa M. Sousa	1169	148664
	M	Benjamim A	David Rodrigues	934	155410
			Guilherme Fernandes	892	157766
			Júlio Serrão	991	149085
		Benjamim B	Juan Guerra	887	157963
			Lucas Correia	961	148409
			Nayan Duarte	890	157778
		Infantil	Santiago Silva	891	157858
			Lucas Quintal	154	157768
			Nuno Jesus	146	153255
		Iniciado	Gonçalo Margarido	336	158365
			Mário Silvino	153	157855
			Duarte Pessoa	547	155168
		Junior	Filipe R. Câmara	596	154734
			Miguel Lopes	570	155534
			Fernando Silvino	337	157856
		Juvenil	Nuno B. Margarido	552	158374
			António Jardim	2420	125486
			Cláudio Prioste	2419	130898
		Senior	Davide Silva	2418	131115
			Élvio Silva	2417	126386
			Énio Silva	2416	125702
			Luciano A. Jardim	2348	142672
			Telmo Ramos	1637	155509
			Tiago Fabiano Silva	631	135789
		sub 23	Alexandre Veríssimo	1501	158094
		V 35	Carlos E. Freitas	2308	130908
			Dário Pereira	1444	159705
			Duarte Xavier	2062	127872
			Júlio Henriques	1502	158579
			Duarte Câmara	2076	126622
			Hélder N. Fernandes	1572	157478
		V 40	João Vieira	2061	127939
			Luís Barros	2069	131119
			Miguel Passos	2066	125517
			Nélio B. Sousa	2065	125624
			Nuno Silva	2064	125735
			Raul Goulart	2063	127905
		V 45	António Mendonça	2079	125654
			Avelino Freitas	2078	127728

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CAFH	M	V 45	Clementino Santos	2815	150265
			Duarte Andrade	2077	125489
			Marco Brás	2067	125631
		V 50	Emídio Rodrigues	2074	126590
		V 60	João Abel Melim	2073	126134
			João Jardim	1823	130049
			José Carvalho	2070	125485
			Luciano Jardim	1836	128732
			Jorge Botelho	2071	126086
		V 65			
CAMAD	F	V 35	Luana Andreoli	1158	140287
		V 40	Rosalina Gouveia	1159	131219
		V 45	Nádia Meroni	1160	127979
	M	Senior	João F. Ferreira	1568	157325
			Norberto Ribeiro	1503	158226
		V 35	Bruno Mendes	2092	147187
			Edson Pereira	2104	128341
			André F. Caires	2081	129681
		V 40	Daniel Pereira	2095	146376
			Filipe Mota	2099	134761
			João C. Duarte	2082	135124
			João M. Gomes	2101	129793
			Ricardo Matos	2094	146750
			António Olival	2103	127804
			Gabriel Conceição	2085	153205
			João Mendonça	2091	127857
			Marco Ascensão	2704	161192
			Ricardo Fontes	2089	130553
		V 50	Dário Abreu	2096	133540
			José Ribeiro	2087	128688
			Leonardo Diogo	2083	135650
			Mário Gouveia	2098	129260
		V 55	Horácio Faria	2102	130417
			José Nunes	2084	127853
			Sidónio Cabral	2088	130868
			João S. Azevedo	1505	158773
CCDCMF	F	Senior	Carina S. Rodrigues	1377	126693
			Ana Bela Franco	1149	146398
			Márcia Nascimento	1151	146347
			Sónia Freitas	1148	127607
		V 45	Fátima Ferreira	1150	146295
			Nélia Nascimento	1146	130164
		V 50	Ana Paula Rodrigues	1374	146480
	M	V 45	Duarte Costa	2134	126183
			L. Filipe Rodrigues	2133	125218

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CCDCMF	M	V 45	Miquelino Camacho	2130	141819
			Zequiel Freitas	2131	128189
		V 50	Ricardo Spínola	2132	125122
CCDTHF	F	Senior	Lisandra Caires	1080	125782
		sub 23	Sara Morgado	410	152651
		V 35	Sofia Calafatinho	1343	156943
		V 40	Neli Rodrigues	1155	152936
		V 45	Manuela Morgado	1154	131543
			Sara Figueira	1365	157860
		V 50	Celina Rodrigues	1152	131030
			Orlanda Pereira	1341	156942
		V 60	Maria Silva	1153	129714
	M	Senior	Diogo André Nóbrega	2430	142973
			Edwin Nunes	2307	125516
			Paulo Madruga	2428	143081
			Yonny Pereira	2306	146352
		V 40	Filipe Rodrigues	2126	130571
			Marco Oliveira	2117	146462
		V 45	Bernardino Morgado	2127	129595
			Emanuel Rodrigues	2115	153045
			José Manuel Abreu	2124	131402
			Orlando Ascensão	2120	132287
			Paulo Nuno Santos	2119	131555
			Sérgio Luís	2118	131080
		V 50	Agostinho Freitas	2129	130583
			Amândio Correia	1595	156678
			António Gonçalves	2128	130649
			Eusébio Gomes	1556	157864
			José Gama	2125	131026
		V 60	José Sérgio Silva	2122	129713
CDCF-M	M	Senior	Inácio Camacho	2398	153871
			João Rodrigues	1555	157731
			Nélson Afonso	2400	152887
		V 35	João Batista	2024	152911
		V 40	Espírito Santo	2026	142476
CDCPM	F	Senior	Carla V. Freitas	1047	146225
			Marilisa Fernandes	1048	139394
		V 35	Cátia Fiqueli	1176	125501
		V 40	Maria João Abreu	1178	139562
		V 45	Judite Câmara	1180	138217
	M	Senior	Bruno Lambaz	2397	137145
			Élton Martins	1560	138619
			Fábio A. Pestana	2392	152653
			Flávio Duarte Vieira	2395	140104

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDCPM	M	V 35	Maurício Gomes	1475	136296
			Milton Lopes	2015	154026
			Samuel Silva	2020	137216
		V 40	Américo Caldeira	2022	125508
			J. Manuel Vieira	2013	153416
			Nélson Vieira	2014	140692
			Ricardo D. Abreu	2018	139456
		V 45	João Câmara	2023	138216
		V 50	Joaquim Rebelo	2016	146453
		V 55	António de Castro	2021	136880
CDEPC	F	Junior	Cláudia Marreiros	482	140508
	M	Senior	Nuno Mendonça	1608	154538
			Valter Fernandes	2391	144568
			Dinarte J. Rodrigues	2002	154546
		V 35	Milton Caetano	1526	158747
			Alcino Pereira	2004	146459
			Carlos Freire	2629	146059
			Filipe Barreiro	2005	140451
		V 40	Luís Rocha	2010	129715
			Márcio Gomes	2009	140024
			Gil Freitas	2006	140469
			José M. Nóbrega	2008	140135
		V 45	J. Ricardo Jardim	1611	130083
			Miguel A. Ferreira	2003	146679
			Paulo Neves Silva	2007	140516
CDES	F	Benjamim A	Ana Costa	766	161188
			Maria M. Barradas	744	159601
		Benjamim B	Leonor Pereira	687	154159
			Rita Madureira	658	153860
			Vitória Spínola	735	158171
		Infantil	Lara Luís	21	154985
		Iniciado	Lisa Luís	272	154984
			Sara Abreu	223	131980
		Juvenil	Adriana Alves	262	156449
			Raquel Pereira	224	153842
		Senior	Joana Dória	1391	158177
			Lourdes Vieira	1395	158266
			Rubina Freitas	1413	159330
			Tânia Pita	1051	149776
			Vanessa F. Andrade	1358	130194
		V 35	Carla Pinto	1114	152586
			Laurisete Teles	1187	152335
			Mónica Castanha	1049	141769
			Mónica Gouveia	1404	158411

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDES	F	V 35	Rute Camacho	1184	141427
			Tânia Lima	1186	152287
		V 40	Carla Caires	1185	141634
			Edite Silva	1344	156448
			Fátima Fernandes	1106	139315
			Filipa Franco	1299	154931
			Isabel Camacho	1188	152693
			Libânia Freitas	2805	141260
			Tânia Gaspar	1181	128640
		V 45	Carla A. Fernandes	1434	159687
			Elsa Freitas	1183	140083
			Maria José Andrade	1182	134926
		V 50	Ana Rita Silva	2662	160448
		V 55	Maria Noite	1394	158624
	M	Benjamim A	Tiago A. Coelho	874	159610
			Benjamim B	1523	146121
		Juvenil	Matias Brites	879	159370
			Mário R. Freitas	595	152799
			Alcino Abreu	2390	128884
			António Pereira	2492	125740
			Cláudio J. Gonçalves	1478	158300
			Francisco Camacho	2385	151890
			Henrique Ribeiro	2388	145932
			João P. Figueira	1473	128205
			José M. Pereira	1483	158057
			José Vítor	2429	129138
		Senior	Magno Sousa	2484	137265
			Ricardo L. Silva	2326	153654
			Ricardo Moreira	2482	146526
			Taciano Teixeira	2387	146018
			Telmo Pão	2389	125840
		sub 23	Alexandre Cardoso	1484	158913
			Pedro Teles	2294	130280
		V 35	António Vieira	1443	159323
			Gilmer Galeano	2386	152190
			Herberto Matos	1916	153547
			Hugo Pita	1830	135165
			Luís Barradas	1622	155449
			Márcio Coelho	1996	136082
			Nuno Gomes	1987	139446
			Rui Luís Coelho	1990	141891
			Rui Raposo	1477	158074
			Valter Serrão	1480	158053
			Vítor Martins	2000	136285

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDES	M	V 40	Alírio Spínola	1991	145902
			António M. Santos	1476	126846
			Bruno Dantas	2107	128663
			Bruno Faria Abreu	1989	141758
			Bruno Teixeira	1984	125505
			Cláudio Jesus	2001	128669
			Duarte D. Nunes	1997	134874
			Élio Jesus	1782	145901
			Élvio Batista	2634	160471
			Estevão Costa	1487	157971
			João Nunes	1986	143563
			Jorge Teles	1988	137639
			Luís Miguel Mendes	1999	128259
			Mário dos Ramos	1982	149110
			Miguel Ferreira	1983	136283
			Nuno Castanha	1995	130371
			Óscar Correia	2260	131691
			Ricardo Alves	1588	153756
			Ricardo Caldas	1627	155569
			Toni Silva	1606	156056
		V 45	Carlos Andrade	1414	138168
			Duarte Brazão	1488	158001
			Gonçalo Mendes	1956	142423
			Luís Ramos	1440	159571
			Mauro Gomes	1985	149855
			Paulo R. Freitas	1486	157792
		V 50	João Garrido	1474	146534
			José A. Correia	1485	157796
			Manuel J. Vieira	1479	158806
		V 55	Gil Rosa	1992	142903
			João E. Andrade	1993	146333
			João Manuel Sousa	1994	139522
		V 60	António Martins	1442	157581
			António Rosa	1998	131875
CDESP	F	V 35	Sandra Sousa	1356	157536
	M	V 35	Francisco Gouveia	1569	135248
CDG	M	Benjamim B	Santiago Quintaneiro	885	159329
CDI-M	F		Clara Fernandes	738	159253
			Laura I. Fernandes	737	159250
		Benjamim A	Lucia McIntyre	730	157294
		Benjamim B	Kylah McIntyre	729	157293
		Iniciado	Francisca Garcês	284	161253
			Francisca Jardim	46	155278
		Senior	Carolina Silva	1053	153084

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDI-M	F	Senior	Filipa Andrade	1369	158514
			Lovisa Clevehorn	1052	146869
			Lucy Andrade	1401	140895
		sub 23	Carolina Gouveia	414	153592
			Mónica Gama	1435	159728
			Soraia Rodrigues	1408	149719
		V 35	Cátia Jardim	1409	124999
			Michele Faria	1190	124671
			Rita Oliveira	1192	145126
		V 40	Carla Pombo	1398	146338
			Filipa Delgado	1193	124983
			Rosa Rodrigues	1191	139601
			Sandra Pontes	1325	156147
			Sílvia Rodrigues	1376	140668
			Inês dos Santos	1396	158617
		V 45	Dora Serrão	1326	156155
		V 50	Elisa Branco	1189	124811
		V 65			
	M	Benjamim A	Lourenço Fernandes	734	158361
			Francisco J. Gouveia	177	148700
			Simão Mendonça	102	138252
		Juvenil	Hugo Faria	594	130904
			Eduardo F. Ferreira	2812	161658
			Fábio S. Rodrigues	2380	147487
		Senior	Gonçalo Nuno Silva	2383	143257
			Henrique Rosa	2384	129957
			Ivan Sousa	1636	155517
			Ivo Rodrigues	1445	158107
			João L. Camacho	2375	154639
			Maurice Escórcio	2382	147474
			Paulo A. Abreu	1635	155539
			Paulo A. Encarnação	2813	161659
			Ricardo Macedo	2377	152710
			Sérgio Pires	2379	151171
			Tiago A. Mendes	2811	161657
			Angel Gama	2292	133061
		sub 23	Célio Silva	1979	139572
			Gonçalo F. Vieira	1976	124698
			Márcio Gonçalves	1964	147444
		V 35	Márcio Sousa	1613	155834
			Mike Escórcio	2381	147466
			Nélson C. Fernandes	1978	141168
			Paulo Sá Rodrigues	2725	161250
			Sílvio Franco	1528	139825
			Dionísio Sousa	1970	124617

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDI-M	M	V 40	Hélder Gouveia	1972	125261
			Luís Aguiar	1975	124975
			Magno Rodrigues	1968	140328
			Manuel Jesus	1974	125362
			Manuel Sousa	1967	143630
			Marco Marques	1969	125564
			Miguel Gouveia	1971	123942
			Pedro Branco	1973	124732
			Pedro Delgado	1966	126540
			Ricardo Vaz	2653	156116
		V 50	José A. Ferreira	1960	152408
			Paulo M. Gonçalves	1919	127426
		V 55	José M. Santos	1963	147816
		V 65	Álvaro Sousa	1977	130288
			Élvio T. Silva	1457	159350
CDMS	F	Benjamim B	Margarida Silva	659	144787
		V 40	Lília Arsénio	1399	151263
			M ^a Fátima Pereira	1350	157063
			Marta Domingos	1349	157489
			Sílvia Maria Neves	1300	154126
			Teresa Silva	1196	151949
	M	Benjamim A	David C. Silva	893	157772
		Benjamim B	Simão Câmara	894	157767
		Infantil	Daniel Correia	155	144853
		Senior	André Silva	2374	151925
			Mauro L. Fernandes	2809	161376
			André Alexandre	1951	150531
			António J. Gonçalves	1616	142916
			Arlindo Carvalho	1664	142860
			Hugo Nascimento	1954	142668
			Marco P. Fernandes	2733	160336
			Nuno M. Santos	1576	128659
		V 40	David Correia	1953	142555
			Filipe Câmara	1574	157560
			Juliano Silva	1959	138445
			Márcio Soares	1578	142699
			Paulo Pereira	1463	147047
			Paulo Serra	1950	154218
			Ricardo Barbosa	1579	143713
			Rogério Queirós	1618	149037
		V 45	Filipe Varela	1657	152542
			Francisco Costa	2732	161065
			Jorge Silva	1958	140487
		V 50	António Pinto	1957	142999

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalação	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDMS	M	V 50	Jaime A. Silva	1567	157688
CDRP-M	M	Senior	Jorge M. Gonçalves	1552	157812
			Manuel Serrão	1554	157893
		V 35	Ricardo M. Jardim	1551	157798
			Francisco Dias	1553	157835
			Marco G. Pereira	1412	135918
CEE-M	F	V 40	Francisco Perez	1550	157814
			Adriana Henriques	743	158767
			Ana Maria Santos	742	158427
		Benjamim B	Daniela Neves	749	159394
			M ^a Beatriz Pestana	741	158429
			Ana Figueira	62	147257
		Infantil	Beatriz I. Abreu	22	158500
			Eleonora Pinto	63	147299
			Iara Abreu	19	160088
		Iniciado	Lígia Jesus	689	155294
			Margarida Franco	60	147278
			Margarida M. Pereira	15	160718
			Sara Beatriz Aguiar	49	153540
			Tatiana Vieira	17	160720
			Vitória L. Serrão	18	139364
			Constança Baptista	279	160618
			Inês Barros	242	155286
			Leonilde Nunes	65	142484
			Letícia Abreu	283	160911
			Margarida Serrão	280	160919
			Marisol Nóbrega	281	147203
			Solange Nunes	66	142513
			Soraia Fernandes	270	159308
			Ana Aguiar	485	158405
		Juvenil	Isabel Rodrigues	1054	149547
			Laura León	1096	128427
			Marlene Correia	1301	155373
		Senior	Ana F. Sampaio	1199	152047
			Cristina N. Freitas	1197	142528
			Nídia Pacheco	1202	153779
			Rita Baptista	1200	147350
			Rosalina Freitas	1201	153998
			Afonso R. Silva	882	158425
		Benjamim B	Armando Gomes	884	158426
			João M. Vieira	868	159587
			José A. Gonçalves	883	158432
			Rodrigo S. Rodrigues	881	158434
			Afonso Serrão	175	155296

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CEE-M	M	Infantil	André R. Santos	145	160918
			Bernardo Pestana	160	157341
			Jean Costa	902	157030
			Lucas R. Santos	187	150116
			Luís Pestana	188	147596
			Nuno Henriques	955	154328
			Paulo Abreu	150	159344
			Rodrigo Abreu	147	160729
			Tiago M. Abreu	101	158588
			Tiago Rodr. Ferreira	185	154120
		Iniciado	Axel Camacho	324	160617
			Daniel Faria	362	149644
			Francisco Santos	328	160930
			João Costa	329	160615
			Pedro Tiago Pestana	190	142456
			Telmo Vieira	343	156402
			Tiago R. Jesus	325	147709
			Tomás Oliveira	189	143742
		Juvenil	Armando Ramos	538	160727
			Gonçalo Ferreira	540	160724
			Gonçalo Teles	537	160614
			João F. Pereira	359	155258
			Luís F. Jesus	543	160613
			Nuno Mamani	542	160725
			Rodrigo José Camacho	358	143504
		Senior	Daniel Ferraz	2373	125107
			João Morais	2371	125552
			João P. Azevedo	2749	161524
			Matthieu Santos	2747	161429
			Ricardo Quintal	2372	136255
		V 35	António Alves	1941	142514
			Arthur Castro	1936	152114
			Daniel Ferreira	2489	124670
			Gabriel Silva	1949	124756
			Miguel Magalhães	1939	147159
		V 40	Ricardo M. Ribeiro	1493	158366
			Agostinho Costa	1527	155215
			Augusto Fontes	1948	124823
			João Gil Pereira	1947	142942
			Joel Viana	1937	152318
		V 45	Mauro Abreu	2635	132190
			Paulo Aguiar	1658	155310
			Carlos Viríssimo	1935	153646
			Nuno Branco	1942	142673

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CEE-M	M	V 50	António M. Mendonça	1943	142466
CEOL	F	V 45	Odília Luís	1338	156704
		V 50	Ana Afonso	1339	156734
	M	V 45	Carlos Pontes	1591	156697
			Manuel Henriques	1590	156705
			Marco Ribeiro	1592	156711
		V 50	Domingos Nunes	1589	156720
CFA-M	F	Benjamim A	Bruna Alves	736	158423
		Benjamim B	Ana Isabel Gomes	681	152786
			Catarina Afonso	660	153183
			Korina Fernandes	671	145951
			Leonor Sousa	682	153446
		Infantil	Débora Martins	680	147310
		Iniciado	Alexandra Ramos	226	128407
			Fabiana Silva	222	153658
		Junior	Beatriz Henriques	447	126465
		Juvenil	Margarida Roque	446	126771
		V 35	Yuzi Abreu	1168	145735
		V 40	Filipa A. Freitas	1262	148667
		V 45	Sandra Pestana	1204	128403
		V 50	Iolanda Henriques	1203	133904
	M	Benjamim A	Fabián Silva	886	158823
		Benjamim B	Bernardo Dias	993	152834
			Guilherme Nunes	954	142841
		Infantil	Dino Freitas	953	152785
		Iniciado	Bernardo Teixeira	184	126774
			Gonçalo Gomes	374	133990
			João M. Santos	372	148657
			João Tomás Gomes	183	127056
			Rafael Baroca	182	148131
		Junior	Diego Cisneros	627	148353
		Senior	Carlos R. Brito	2370	148341
			César Cardoso	1559	156683
		V 35	Fábio Vaz Gonçalves	2080	145733
		V 45	Aldino Roque	1929	154346
			António Silva	1932	154355
			Christophe Afonso	1562	149325
			Paulo Monteiro	1542	158153
		V 50	Carlos Ramos	1934	128309
			Justino Soares	1931	154344
CFCARV	M	V 35	Milton Freitas	1924	128095
			Nuno Figueira	1926	127420
		V 40	Lourenço Barcelos	1570	127388
		V 45	Miguel Freitas	1644	127422

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalaão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CFCARV	M	V 50	João Carlos Neves	1923	127425
			Miguel Dias	1917	137313
		V 55	Jorge Mendes	1921	125364
		V 60	José Correia	1927	128466
			Rui Dias	1918	128979
		V 65	José António Spínola	1928	127438
CKC	F	Senior	Carolina G. Santos	1057	139328
			Laureen Teixeira	1056	145939
		V 35	Andreia Pestana	1403	139334
		V 50	Cláudia R. Faria	1207	139336
	M	Senior	Mauro Barros	2369	136832
			Carlos Rodrigues	1904	146073
			Daniel Costa	2205	138840
			Marco Barros	1911	124615
			Mauro Câmara	1909	131765
			Ricardo J. Quintal	1910	130802
		V 45	Élvio Henriques	1905	143182
			João A. Freitas	1913	124762
		V 50	Carlos Fernandes	1915	128465
		V 55	Raúl Mendes	1902	128551
CMOF	F	Senior	Joana Abreu	2637	160428
			Regina Baptista	1050	146857
			Sílvia Inácio	2734	161043
		V 40	Ana Umbelino	1173	130260
			Carla Franco	1332	155483
			Carla Leite	1254	146466
			Donita Barradas	1410	132815
			Isabel Gonçalves	1393	158701
			M. Sofia Santos	1316	155276
			Márcia Gamelas	1175	129673
			Micaela Martins	1141	127986
			Neide Vieira	1172	129726
			Sónia P. Freitas	1363	156680
			Vanessa Caires	1171	130521
		V 45	Ana Brazão	1333	155754
			Carla Vasconcelos	2643	159893
			Dina Aveiro	1392	158652
			Judite Pestana	1406	159240
			Nivalda Perdigão	1174	135383
		V 50	Nina Moura	1208	139345
		V 60	Solange Ferraz	1170	131890
	M	Senior	Amílcar Fernandes	2409	135374
			André F. Ferreira	2402	154464
			Carlos Sousa	2404	152341

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CMOF	M	Senior	João M. Faria	2405	149272
			João Pita	1495	158715
			Luís Furtado	1451	159019
			Marco A. Marques	2408	146923
			Ricardo Giestas	1455	159143
			Rúben Reis	2636	160430
			Sérgio Jesus	2411	124624
			Steven Martins	2407	146888
			Vítor F. Jesus	2410	126681
		sub 23	Francisco Furtado	1453	159384
		V 35	Dinarte Jesus	2046	126087
			João Basílio	1454	159208
			João Marques	2406	147504
		V 40	Luís M. Caldeira	1450	149505
			Nélio Rodrigues	2735	161170
			Sérgio Catarino	2049	129167
			Adriano Furtado	1452	159336
			Amílcar Gamelas	2045	128140
			Belchior de Sousa	2048	142136
			Bruno D. Sousa	1458	131315
			Daniel Capelo	2032	149392
			Dennis Pereira	2036	140194
			Honório Teixeira	1598	126805
			José António Reis	2034	147491
			Luís de Sousa	2033	148574
			Marco Caires	2058	126103
			Marco Vieira	2057	126077
			Mário Freitas	2056	127141
			Paulo Anastácio	1796	126526
			Paulo Perdigão	2041	126563
			Raúl Ribeiro	2054	126842
			Ricardo Silva	1449	126970
			Rui Abreu	2031	152778
			Rui Martins	2053	125816
		V 45	António Ferraz	2037	137497
			Daniel Borges	2039	134918
			Paulo Rodrigues	2040	126566
			Sérgio Perdigão	2052	126083
			Sidónio Freitas	2051	140688
		V 50	Vítor Sousa	2050	126075
			Alberto Pinto	1494	158840
			Miguel N. Henriques	2027	155143
			Paulo Cró Nóbrega	2686	159830
			Paulo Milheiro	2042	127978

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CMOF	M	V 50	Quintin Barry	2055	125759
			Ricardo Baptista	1945	128306
			Agostinho P. Fernandes	2029	153013
			Bruno Castanha	2028	153739
			Daniel Serrão	1758	146430
		V 60	Jorge Casaca	1655	141751
			José Luís Silva	2060	126040
			Donald Zutterman	2047	144972
			Justino Nóbrega	2059	133512
CNF-SÉ	F	Senior	Raquel Andrade	1061	146087
		V 50	Ilda André	1223	127852
	M	Senior	Pedro A. Martins	2361	130184
			Ricardo Rosa	2360	129002
		sub 23	Francisco Luís	2290	127379
		V 35	Miguel Gonçalves	1875	129830
			Rafael Rodrigues	1888	127297
		V 40	Rui Loureiro	1881	126856
			Dinarte Nunes	1887	126758
			Duarte Pinto	1886	139663
			João Quintaneiro	1884	125238
		V 45	J. P. Sousa	1876	126451
			Luís Ferreira	1883	127303
		V 50	Eusébio André	1885	127847
			Ricardo Melim	1874	126673
CNSV	F	Benjamim A	Patrícia O. Gomes	740	159374
		Benjamim B	Carina Gomes	713	156602
			Francisca Vieira	661	147885
			Mariana Machin	701	155477
		Infantil	Sara Amaral	54	150665
		Iniciado	Ana Gomes	40	156601
		Senior	Ângela Romeira	1390	158725
			Margarida Barros	1335	156569
			Mariana Oliveira	1097	141923
			Tânia Garcês	1059	137892
		V 35	Herculana Sousa	1216	145604
			Lara Mendonça	1213	125665
			Marisol Rodrigues	1060	139828
			Vera Rodrigues	1367	158188
		V 40	Delina Gomes	1214	136623
			Liliana Cardoso	1217	145623
			Sandra Capontes	1215	136617
			Sónia Quelhas	1221	152359
	M	Infantil	Salvador Lopes	895	157734
		Juvenil	Diugo Gomes	548	159373

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CNSV	M	Juvenil	Gonçalo N. Silva	545	160021
		Senior	Fábio Santos	2362	152401
			Gil Miguel Silva	2364	138386
			James Góis	2367	139130
		V 35	Dino Costa	1546	158121
			Fábio Freitas	1981	151120
			Filipe Teles	1896	134850
			Francisco P Teixeira	1547	158538
			Gabriel Gouveia	1548	146692
			Gonçalo R. Gonçalves	1900	142785
			Jorge Louro	2366	139752
			Miguel Nóbrega	1893	146004
			Nuno Medeiros	1894	134941
			Urbano Faria	1524	128696
		V 40	Cristóvão Rodrigues	1897	134851
			Eduardo Cadima	1549	135089
			Guilherme Gomes	1518	147636
			Ricardo Gomes	1891	145583
			Roberto S. Nóbrega	1892	146006
		V 60	José Mendonça Faria	1899	128690
CPC-M	F	Senior	Sofia Fernandes	1037	153107
		V 35	Ana Gouveia	2816	161605
		V 40	Michele Martins	1143	147020
			Raquel Vieira	1145	153359
		V 50	Augusta Silva	1142	146040
		V 55	Manuela Carrillo	1255	126676
		V 60	Angêlica Fernandes	1144	153369
	M	Junior	João F. Quintal	635	153228
		Senior	Nélio Lopes	2431	153287
			Rúben Quintal	1538	158521
		V 35	Afonso Freitas	1906	139368
			Bruno Vasconcelos	1446	159146
			Luís Alberto Sousa	2154	153098
			Renato Teixeira	2162	131307
			Ricardo Correia	2434	127586
		V 40	Acácio Gouveia	2152	153097
			Dinis Teixeira	1525	158960
			Domingos Grilo	2150	153358
			Lino Borges	1439	159366
			Márcio Teixeira	2729	149102
			Marco Carvalho	2164	130239
			Miguel V. Gouveia	2148	154738
			Nuno Barros	1715	127200
			Sabino Gouveia	2158	131398

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalação	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CPC-M	M	V 40	Vítor Rodrigues	2163	129694
			Jaime Silva	2160	129936
		V 45	João I. Nóbrega	2161	130401
			Orlando Teixeira	2157	149103
			Sérgio P. Gouveia	2153	153110
			Roberto Luís	1601	155955
			Sidónio de Fernandes	2151	153367
			Alberto Drumond	2166	130215
			Pedro D. Fernandes	2159	129931
			Juvenal Sousa	2165	129462
		V 50	Francisco JHenriques	2140	153950
			José Olim	2146	131873
CPCL	M	V 55	Paulo de Abreu	2746	131324
			Eleutério Brito	1565	153266
		V 60	Heliodoro Freitas	2142	146078
			João P. Gonçalves	1496	140066
			Tiago Brito	2143	130300
		V 65	João V. Silva	1586	155615
			Abel França	2139	131477
		V 70	Roberto Sousa	2135	131169
			João Conceição	2136	131175
			Armando Mendonça	2138	131126
CPPM	M	Senior	Fernando Júnior	2137	131125
			Henrique Barros	1489	157930
		sub 23	Sérgio Rodrigues	1584	156736
			Marco P. Freitas	1583	156874
		V 45	Madalena Neto	657	152771
			Adriana Freitas	702	155969
CSJG	F	Benjamim A	Catarina Olim	706	155962
			Liliana Barbosa	705	156110
			M. Francisca Cafôfo	708	156108
			Alexandra Aguiar	100	144306
			Francisca Cortinhas	99	154307
		Benjamim B	Francisca Martins	73	147743
			Ana Dantas	72	152945
			Ana Vieira	220	146936
			Carolina Rodrigues	221	152017
			Estela Martins	74	139564
		Infantil	Inês Andrade	285	160719
			Jéssica Fernandes	258	139340
			Maria João Camacho	75	138468
			Sofia R. Gonçalves	267	157466
			Alexandra Silva	412	125540
		Iniciado	Joana C. Oliveira	491	161590

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CSM	F	Juvenil	Anísia Freitas	219	130128
			Beatriz F. Freitas	484	158232
			Diana Ferreira	460	150369
			Joana Viveiros	440	128826
			Taísa Silva	263	130007
		Senior	Ana Rodrigues	1388	129516
			Carlota Spínola	1091	124956
			Teresa M. Silva	1092	126055
			Vera Portela	1041	123240
			Ana Beatriz Gomes	411	124807
		sub 23	Catarina Rosa	1089	124634
			Kidline Gomes	1389	129619
			Margarida Santos	1318	126779
			Patrícia Alminhas	1368	125762
			Cândida Bairrada	1319	123242
		V 35	Filipa Freitas	1040	124533
	M	Benjamim A	Miguel Oliveira	889	158281
		Benjamim B	Afonso Correia	925	156187
			Florival Mendonça	922	156045
			Gabriel Dinis Silva	964	148626
			Gonçalo P. Silva	995	140310
			Guilherme Figueira	927	156181
			Gustavo Andrade	924	156189
			J. Rodrigo Fernandes	877	156041
			João Cró	913	156185
			Juan Pinto	921	156201
			Matias Barros	850	138727
			Pedro M. Gonçalves	971	148623
			Pedro Nunes	878	156006
			Santiago Martins	926	156184
			Simão Rodrigues	853	161030
			Tomás Andrade	923	156190
			Tomás Nóbrega	920	156003
		Infantil	Guilherme Andrade	973	142666
			João C. Nóbrega	936	155582
		Iniciado	Duarte Fernandes	380	140218
			Gonçalo Mendonça	172	154909
			Hugo Fernandes	376	154879
			Lourenço A. Viveiros	171	155451
			Martim Gonçalves	378	131122
			Tiago Afonso Martins	377	131084
		Junior	Guilherme Neves	634	135699
			Sérgio Henriques	632	153056
		Juvenil	João R. Pereira	379	135879

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CSM	M	Juvenil	José Luís Gomes	598	153111
		Senior	Bruno E. Pereira	2325	153913
			Diogo Costa	2426	137198
			Luís A. Vasconcelos	1441	160017
			Luís E. Santos	2424	125023
		sub 23	Bruno Viveiros	2296	126413
			Hugo Barros	2709	161269
			Igor Silva	633	151136
		V 35	Rodrigo Sousa	2425	146161
		V 40	Rúben Teixeira	2112	147725
		V 55	Teodoto Silva	2114	140020
GCPS	F	V 35	Carina Jesus	1317	155019
		V 40	Márcia Correia	1231	152370
		V 45	Susana Mendonça	1230	152512
	M	V 35	Bruno A. Rodrigues	1849	152309
		V 40	Ramiro Correia	1599	156176
		V 45	Jorge M. Silva	1632	154994
GDC-M	F	Benjamim A	Emma Marquez	851	160611
		Infantil	Ana Jardim	684	153849
		Iniciado	Ana Correia	227	141356
		Junior	Carolina Boulhosa	408	140163
		Senior	Catarina Gonçalves	1065	128523
		sub 23	Carolina Caires	1429	158486
		V 35	Ana Isabel	1378	158497
			Carmen Silva	1244	141674
			Dina Viveiros	1245	144497
			Joana Alves	1236	127158
			Yenny Pestana	1243	134922
		V 40	Andreia João	1233	139549
			Cláudia P. Nóbrega	1304	139202
			Filipa José	1235	124801
			Liliana J. Freitas	1246	149459
			Rubina Ribeiro	1307	149421
			Sandra Caires	2652	134888
			Sónia Rodrigues	1242	134881
			Telma Gonçalves	1248	149434
		V 45	Marla Vieira	1239	129062
		V 50	Luz Soares	1241	127712
		V 55	Maria Helena Freitas	1237	130967
		V 65	Maria Tavares	1238	126901
	M	Benjamim A	Lucas Coelho	992	148964
		Infantil	Martim Silva	952	144904
		Iniciado	Rodrigo Boulhosa	370	140159
		Junior	Fábio Nunes	589	140148

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
GDC-M	M	Juvenil	Diogo Vilar	590	141226
			Tiago Boulhosa	591	140161
		Senior	André Abreu	2649	134884
			Diogo Velosa	2804	161440
			Élvio Rodrigues	2353	135967
			Francisco Correia	2347	152415
			José Xavier Sousa	2349	140832
			Telmo Jesus	2346	134894
			Vítor Vieira	2333	138028
		V 35	Alberto Aguiar	1847	126039
			Daniel Vieira	1843	139827
			Eduardo Teles	1848	140334
			Élio Santos	2727	130018
		V 40	Vítor Viríssimo	1651	134885
			Alberto Jardim	1846	126867
			António B. Viveiros	1649	146705
			Aurélíio Góis	1844	126372
			Carlos Brito	1818	134925
			José Navarro	1837	124672
			Lino Santos Silva	1819	134880
			Livramento Santos	1581	157442
			Luís Nélio Silva	1428	158488
			Mário Francisco	1821	129636
			Paulo Coelho	1817	141744
			Paulo Fernandes	1833	128993
			Rui Neves	1816	147260
			Tony Serrão	1831	128155
		V 45	Dinis H. Freitas	1815	149436
			Élio Aveiro	1427	158487
			Humberto Gonçalves	1841	128119
			José M. Caires	1838	129346
			Luís de Abreu	1820	134883
		V 50	Marco Teixeira	1835	126437
			Nelson Fernandes	1834	125198
			Ricardo Quaresma	1594	146011
			Rogério Andrade	1650	141723
			Rómulo Ascensão	1827	141712
			Duarte Bettencourt	1825	127975
			Gilberto Correia	1824	125016
			Jorge Shone	1829	138938
			Marco Barbeito Silva	1652	134911
			Ricardo Manuel	1828	139720
		V 55	Alcino Basílio	1662	139954
			António Oliveira	1845	125539

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
GDC-M	M	V 55	Horácio Rodrigues	1842	125164
			Joaquim Fernandes	1840	125187
			Paulo J. Gonçalves	1832	128456
GDE	F	Benjamim A	Ana Heloísa Pestana	751	160007
			Constança Pinto	765	160557
			Inês Marques	758	160542
		Benjamim B	Joana Barradas	753	160004
			Margarida Costa	690	154710
			Beatriz Carvalhido	764	160544
		Benjamim C	Bianca Andrade	767	160454
			Iara Vieira	750	160005
			Joana Silva	763	160936
		Infantil	Júlia Rosa	752	160002
			Leonor Dias	745	158915
			Beatriz H. Gonçalves	51	147433
		Iniciado	Carolina Pita	50	147435
			Diana F. Henriques	12	161750
			Francisca C. Gouveia	728	157394
		Iniciado	Sara Rocha	11	161726
			Ana Carina Barros	236	147600
			Ana Lopes	232	147707
		Iniciado	Bianca Silva	229	143746
			Carolina J. Azevedo	234	147597
			Catarina J. Vieira	275	158912
		Iniciado	Catherine Serrão	286	161737
			Ema M. Abreu	276	158858
			Fátima Pita	230	143506
		Iniciado	Inês Dias	35	157034
			Laura S. Henriques	52	147249
			Lúcia Fernandes	235	147598
		Iniciado	Margarida Nóbrega	273	158916
			Mariana Silva	48	154239
			Sónia P. Gonçalves	233	147599
		Junior	Ana Cris. Ferreira	456	131221
			Clara Azevedo	469	140078
			Diana Andrade	417	127300
		Junior	Mariana Ferreira	488	125867
			Mariana Pestana	401	131334
			Milena Lucena	453	133001
		Juvenil	Sofia Ferreira	454	128038
			Anastácia Freitas	252	128842
			Catarina Pinto	451	125119
		Juvenil	Catarina Sá	490	126993
			Filipa Ferreira	231	131220

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
GDE	F	Juvenil	Francisca Pestana	249	142899
			Mara Nóbrega	466	151117
			Marta Faria	268	130569
		Senior	Camila João	1066	125892
			Cátia Santos	1068	124388
			Daniela Sousa	1069	126384
			Edna Rodrigues	1071	142790
			Lucinda Gomes	1407	123666
			Sara Rodrigues	1067	124751
			Sofia Santos	1070	124651
			Susana Godinho	1397	126028
		sub 23	Ana Monteiro	1102	123414
			Tatiana Silva	459	126987
		V 40	Luísa Freitas	1251	129895
		V 45	Lúcia Costa	2694	134020
		V 50	Luísa Monteiro	1253	135147
	M	Benjamim A	Afonso Aguiar	852	161021
			Diogo O. Silva	872	160006
			Guilherme Santos	863	160556
			João M. Abreu	865	160550
			Lucas Aguiar	864	160547
			Rodrigo Aguiar	860	160554
			Tiago Guerra	871	159998
		Benjamim B	Marcos Faria	950	147434
			Martim Camacho	867	160553
			Rodrigo M. Pereira	949	147442
			Simão Barradas	857	160551
			Tiago A. Santos	873	160001
			Tiago S. Ferreira	866	160546
		Infantil	António B. Freitas	157	157389
			Guilherme R. Ferreira	141	161834
			J. Gonçalo Pestana	142	161714
			Luís André Barros	104	160549
		Iniciado	David Fernandes	345	143477
			Guilherme Dionísio	323	161729
			Hugo Sapeta	165	157041
			João M. Costa	332	160003
			Lucas Faria	365	126981
			Luís Ribeiro	340	157036
			Pedro H. Ferraz	326	161727
			Santiago Peña	349	151113
		Junior	Alex Linenburg	650	130946
			Diogo M. Freitas	585	128493
			Eduardo Jardim	582	141050

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
GDE	M	Junior	Francisco Henriques	624	134309
			João D. Pereira	579	147436
			João Pedro Silva	622	141081
			Moisés Faria	584	130573
			Pedro Buaró	623	125229
			Rodrigo Barros	621	141082
			Tiago Freitas	583	128438
		Juvenil	Alejandro Mota	350	151122
			Bruno Pita	587	128139
			Fernando Nóbrega	344	145403
			Francisco A. Pereira	567	151776
			Pedro F. Ferreira	368	144418
			Pedro Monteiro	367	127764
			Rodrigo Ornelas	535	159953
			Rúben Abreu	586	128138
			Bruno Silva	2344	125893
			Davide Teixeira	2343	129165
			Edgar Remédios	2337	123613
			Humberto Pires	2335	129995
			João Alexandre	2338	125625
			Jorge Batista	1529	139539
			Jorge Pestana	2342	123866
			Manuel Fernandes	2341	129182
			Marçal Rodrigues	1669	135250
			Pedro Oliveira	2339	124021
			Sérgio Silva	1460	128682
		V 35	Diogo Sousa	1812	124636
			Filipe Passos	1416	129248
			Miguel Pinto	1668	135243
			Roberto Prioste	1814	130869
		V 45	Énio Freitas	1811	135280
		V 50	Alexandre Monteiro	1809	124259
GRCC	F	Iniciado	Jeni Afonso	277	159779
			Júlia Martins	269	158540
		Juvenil	Catarina Góis	489	159042
			Elisabete Jesus	1371	158762
		V 35	Elsa Carvalho	1373	142744
			Anna Afonso	1360	157703
			Cristina Jesus	1211	152713
		V 40	Cristina Martins	1206	124865
			Dina Capelo Silva	1210	146291
			Elsa Sousa	1372	158707
			Fátima M ^a Ferreira	1212	153052
			Teresa Coelho	1209	139332

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalaço	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
GRCC	M	Junior	Hélder Sousa	532	161015
			Nelson Sousa	1901	153122
			Tiago Jardim	1540	137188
		V 40	Carlos C. Freitas	1482	132165
			Gonçalo da Silva	1908	131438
			João André Silva	1907	139361
		V 45	Duarte Coelho	1914	126111
			João José Sousa	1541	158706
			João M.F. Ornelas	1922	128255
		V 55			
IND-M	F	Senior	Carlota Escórcio	1074	139664
			Juliana Bettencourt	1259	149356
			Miriam Ramos	1351	157305
		V 40	Cristina Brazão	2748	161270
			Lucília Pestana	2808	161405
			Ângela Milho	1436	160192
		V 50	Dores França	1353	157601
			Olívia Policarpo	1257	140377
			Maria Jorge Fraga	1418	158821
		V 55			
	M	Senior	António Abreu	2327	151905
			Énio Castro	1605	156365
			Flávio Sousa	1545	158076
			Gonçalo Valério	2331	143609
			Marco Jesus	5003	161286
			Rúben Freitas	1666	146644
		V 35	Alberto Serrão	2806	138035
			Óscar Coelho	1447	158654
			Alejandro Rodrigues	1415	159379
		V 40	António L. Abreu	1756	153801
			António Rodrigues	2658	160094
			Carlos A. Fernandes	5002	159783
		V 45	Décio Pinto	1604	155125
			Décio Santos	1801	141959
			Dinarte Garcês	1794	141977
			Joaquim Magalhães	2730	160092
			Carlos Maligno	1789	151601
			Filipe Vares	1798	126943
			Jaime Ferreira	2648	134914
			José D. Fernandes	1800	142370
			José H. Gouveia	2807	161406
			Victor Correia	1786	152501
		V 50	Nuno Gonçalves	1804	125786
			Pedro Nuno Freitas	1795	139218
			Emanuel Moura	1793	142585
		V 55			
			João M. Freitas	1797	132313

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalação	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
IND-M	M	V 55	Miguel Saunders	1790	149330
			Ricardo Xavier	1791	149177
			Rui Carvalho	1803	130567
		V 60	Dinarte Pereira	1805	125643
		V 65	João C. Afonso	2619	158247
		V 70	Luís Mendonça	1792	148779
			António Ferreira	1558	123939
			José Barros	1456	158749
			Kari Santala	2740	151137
JAC	F	V 35	Mariana L. Sousa	1260	145407
	M	Senior	Miguel Barros	1437	147991
			Emanuel Soares	1781	145766
		V 35	Rúben Serrão	1785	146472
			Sandro Silva	1784	146519
			José A. Jesus	1783	146821
			Paulo Figueira	1780	145883
		V 40	Sandro Rodrigues	1779	146619
		V 45	António Ganança	1438	142678
		V 55			
JROXO	F	V 50	Dulce Lima	1290	148462
		V 55	Goreti Rôxo	1289	148404
			Maria F. Silva	1288	148344
	M	V 45	Miguel P. Sousa	1706	149450
			Adelino Rôxo	1705	153316
		V 55	Luís Rôxo	1707	148380
			Manuel Sardinha	1708	147674
		V 40	Margarida Góis	686	142631
			Mariana Góis	238	126668
			Cátia Vieira	1029	141162
			Carla M. Neves	1264	127079
LCM-M	F	V 40	Carina Góis	1263	126974
			Carla P. Silva	1379	147635
			Catarina Serrão	1266	126551
		V 45	Carla Patrícia Telo	1265	125441
			Sandra Teixeira	1240	128386
		V 50	Ana Marote	1267	126620
	M	Infantil	Frederico L. Antunes	947	142787
			João Luís Olim	178	155064
		Iniciado	André F. Gomes	373	148581
			Rúben F. Mendonça	331	159723
			Rúben Rodrigues	333	155034
		Junior	Afonso Santos	539	133636
			Pedro Prioste	619	126121
		Juvenil	João Marote	578	131140
			Rodrigo Vieira	577	147379

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE	
LCM-M	M	Senior	Bruno Freitas	2359	126320	
			Luís C. Gomes	2671	159891	
			Luís F. Fernandes	2323	126274	
		sub 23	Tiago Abreu	620	132608	
			V 35	António J. Viveiros	2714	160990
				Nuno Manuel	1766	131999
		Sérgio Aveiro		1778	145414	
		V 40	Bruno Góis	1776	126973	
			Frederico Antunes	1775	126633	
			João Jesus	1774	124598	
			Marco Rosário	1771	126669	
			Miguel Franco	1492	132322	
			Patrício Lopes	2677	160961	
			Renato Nóbrega	1638	135005	
			V 45	Carlos P. Ferreira	1491	158833
				João José Nunes	1773	130186
				João Prioste	1768	126664
			Mário S. Rodrigues	1765	131886	
			Miguel Nóia	1619	155693	
			Nuno Rodrigues	1764	131806	
			Rui Gouveia	1763	146165	
			Victor Abreu	1769	129358	
			Vítor S. Rodrigues	1767	131745	
		V 50	Apolónio Abreu	1777	146804	
			Emanuel Barreto	2715	132629	
			José Manuel Mendonça	1539	157456	
		Marco Paulo Pereira	2731	128863		
		V 55	Paulo Silva	1770	126296	
			V 60	Manuel Carvalho	1772	126369
			MCDON	M	Iniciado	Santiago Faria
Senior	Fábio Conceição	2321			134877	
V 35	Maurício Santos	1746			128342	
V 40	Carlos Oliveira	1754			128417	
	Joel Vasconcelos	1743			149165	
	Juan Gonçalves	1748			128605	
V 45	Filipe Faria	1752			128318	
	V 50	Fernando Teixeira			1753	128357
		Marcelo Vieira			2121	130432
V 55		Francisco Viveiros			1508	128504
	Luís Vasconcelos	1747			128352	
	Paulo Nuno Gomes	1742			130228	
V 60	Francisco Viegas	1751			128415	
	João Luís Fernandes	1750			129107	
	José Pereira	1749			128338	

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalaão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
MCDON	M	V 60	Rogério Nunes	1744	128380
		V 65	Alberto Pestana	1755	128393
MSC.L	F	V 45	Iva Branco	1273	139713
	M	Senior	Carlos J. Castro	2320	150723
		V 35	Rúben F. Sousa	1738	127193
		V 50	António Bettencourt	1736	149708
			João Sousa	1734	149619
			Paulo Martins	1733	151538
		V 55	André Macieira	1741	127879
			Gerardo Silva	1740	127900
		V 60	Jacinto Santos	1472	127890
MTT	F	Senior	Catarina Barbosa	1381	158404
			Érica Silva	2718	161158
			Iulia Fuiorea	1075	136564
			Joana Luís	2728	161193
			Rossana Lourenço	1076	150160
		V 40	Dora Câmara	1269	131665
		V 45	Iva Freitas	1405	159386
	M	Senior	Carlos J. Gouveia	1509	131667
			Cláudio Abreu	2322	134716
			Edgar Silva	1661	155259
			Germano Oliveira	1630	130575
			J. Nuno Pereira	1534	131790
		V 40	J. João Fernandes	1808	141426
			Paulo Leão	1760	135531
		V 45	Carlos Moço	1757	126235
			Frederico Silva	1761	131876
			Narciso Chaves	1762	131664
			Sidónio Nunes	1759	139759
NHR	F	Infantil	Catarina J Fernandes	23	158921
		Junior	Fátima C. Fernandes	457	146053
		V 35	Sandra Franco	1278	146095
		V 45	Isabel Dias	2736	161119
		V 50	Apolinária Nóbrega	1277	146038
			Maria Marçal	1417	158927
			Teresa Vasconcelos	1430	158349
		V 55	Sidónia Hilário	1279	145958
			Zélia Gonçalves	1276	146098
		V 60	Amélia Andrade	1280	146029
	M	Infantil	Martim G Fernandes	151	158922
		Senior	Adriano Olim	2319	145965
			André Pires	2316	152347
			Élvio Costa	2317	145972
			Élvio Escórcio	1420	158348

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalaão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
NHR	M	V 40	Miguel Diniz	1727	146027
			Renato F. Nóbrega	1728	145973
		V 45	Albino Olim	1726	145904
			Emanuel Fernandes	1730	145910
			Marco Nunes	1471	158347
		V 55	José P. Gonçalves	1419	158926
		V 65	António L. Fernandes	1729	146035
PT-MEO	F	V 50	Ana Silva Abreu	1225	135537
	M	V 55	Emanuel de Abreu	1872	136094
			José Sardinha	1869	135565
		V 60	João Pupo Correia	1870	135583
R-TRM	M	sub 23	Fabiano Abreu	1511	158643
			José Sá	1516	158438
		V 40	Olímpio Barros	1517	158149
			Sérgio A. Jesus	1514	158114
		V 50	José Freitas	1515	158078
			José T. Correia	1513	158285
			Fernando Lopes	1512	158115
SCM-M	F	V 40	Cesénia Faria	1282	130232
			Vanda Abreu	1354	130912
		V 45	Carla Fernandes	1286	141072
			Nélia Gouveia	1287	136650
			Rita Barbosa	1285	135843
	M	V 55	Laura Faia	1283	127137
		Senior	Ivan Correia	1520	125985
			João Filipe Camacho	2310	140615
		V 40	Carlos A. Faria	1717	130198
			Paulo Marques	1712	130193
		V 45	Adérito Gouveia	1709	136625
			Albino Barbosa	1711	135776
		V 55	Nelson Rosário	1716	126947
			Duarte Camacho	1710	140620
			Paulo Campos	1714	137404
			Paulo Carreira	1713	128296
			Agostinho Fernandes	1718	127143
SCSC	F	Senior	Sílvia Sousa	1077	139662
	M	Senior	Domingos Sousa	2311	147262
			Evaristo Teixeira	2313	134208
			Jonathan Fernandes	2314	139848
			Pedro Silva	2312	140511
			Rúben Pinto	2315	145884
		V 35	André Luís	2111	153430
			Ricardo Faria	1722	147272
		V 40	Duarte Gil Pereira	1723	139660

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalaão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
SCSC	M	V 45	Aldónio Aveiro	1724	132972
			José Rui Rodrigues	1720	152789
		V 50	Martinho Fernandes	2661	150662
		V 60	Sidónio Fernandes	2699	133015
VALOUR	F	Infantil	Lia Viveiros	717	156707
		V 45	Dalila Reis	1291	136641
		V 50	Fernanda Silva	2646	159327
		V 55	Maria da Graça Góis	1292	136635
	M	Iniciado	Enzo Viveiros	166	156708
		V 35	Filipe Fernandes	1448	159543
VIP-RC	F	Junior	Anita Vares	449	139459
			Débora M ^a Silva	1078	123329
			Sara Afonseca	1355	157649
			Tânia S. Freitas	1081	147892
		V 35	Ana Luís	2630	160038
			Clésia Teixeira	1329	156397
			Luzia Camacho	1271	140269
			Micaela Oliveira	1297	152457
	M	V 40	Alice Sousa	1272	135763
			Belinda Rodrigues	1295	126280
			Graciela Chaves	1268	131666
		V 45	Ana Amorim	1298	153000
			Ilídia Nunes	1296	147166
			Cecília Andrade	1163	125916
		V 50	Cristina N Fernandes	1330	156351
			Felicidade Soares	1293	130717
			Maria José Jardim	1294	130887
		Iniciado	João Setim	334	159440
			Alexandre Ferreira	2309	138426
			Diogo Andrade	2414	138383
			Fábio Pequeneza	2700	160920
			Filipe Aveiro	2303	152026
			Paulo C. Gonçalves	1462	125143
			Rúben Figueira	1602	155148
			Tiago F. Sousa	2304	149097
		sub 23	Carlos D. Silva	2283	149358
			Rodrigo F. Camacho	2282	128625
		V 35	Ivan Nunes	2415	125596
			Luís T. Coelho	1880	136735
			Marco Capelo	2717	130108
		V 40	Aires Afonseca	1673	151271
			Fábio S. Teixeira	2716	127977
			José Franco	1687	128073
			Márcio Spínola	1686	129875

Lista de Atletas Filiados

2019/2020

Total: 1837 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
VIP-RC	M	V 40	Marco Ant ^o Pestana	1672	152481
			Nuno Margarido	1678	141359
			Renato Freitas	1682	129870
			Roberto Bento	1681	129780
			Rodolfo Alves	2680	126697
		V 45	Bruno Gouveia	1481	130343
			Duarte P. Pereira	1676	146131
			Edgar Fernandes	1675	148474
			Nuno Dias	1704	128797
			Vítor M. Martins	1674	148569
		V 50	Adelino Camacho	1564	130130
			Eugénio Pinto	1699	130082
			Fernando Freitas	2627	129446
			Fernando Passinhas	1603	156278
			Filipe Nunes	1697	129880
			João Camacho	1692	129676
			Jorge Policarpo	1691	129441
			José Custódio	1688	129771
			Nélio Faria	1685	129963
			Paulo Margarido	1683	127151
			Ricardo Franco	1677	146582
			Rui Alberto Silva	1680	129756
		V 55	Eleutério Luís	1700	131500
			Gabriel de Freitas	1696	129923
			Gilberto Freitas	1695	130032
			Gilberto Pinto	1694	129300
			Hodório Pereira	1693	130180
		V 60	Horácio Alves	1703	140336
			Manuel Andrade	2068	125914
			Orlando Cardoso	1684	129752
			Rui Castro	1679	129831
		V 65	Egídio Freitas	1701	129175
			José A. Caldeira	1690	127901