

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE	
AAM-M	F	Benj. A	Alice Pombo	1972	166669	
			Ariana Almeida	1964	165252	
			Beatriz Ponte	1991	166150	
			Carlota Camacho	1990	166595	
			Carolina Corte	1995	166939	
			Carolina de Freitas	1352	172478	
			Carolina Freitas	1985	166591	
			Carolina Y. Freitas	1993	163556	
			Clara Fernandes	1962	159253	
			Francisca Mata	1969	167422	
			Laura I. Fernandes	1963	159250	
			Margarida Sá	1997	164790	
			Vera Fernandes	1978	163567	
			Yara Micaela	1564	170016	
			Benj. B	Bianca Mendonça	1974	167127
				Francisca Rodrigues	1999	166668
				Isabel Fernandes	1994	150951
				Leonor Garanito	1989	165616
				Leonor Jesus	1996	165368
				Maria Antónia Neves	1983	165591
	Marta Neves	1987		166249		
	Mónica Mendonça	1406		171900		
	Infantil	Francisca Freitas		2000	163707	
		Íris Berenguer		1982	166582	
		Luana Clemente	1966	163565		
		Rosa Loureiro	1393	172316		
	Iniciado	Catarina Pombo	1973	147016		
		Rebeca Rodrigues	1988	166590		
		Sara Beatriz Aguiar	1998	153540		
		Sara I. Rodrigues	1535	170502		
		sub 23	Mariana Costa	1351	172487	
	V 35		Vanessa Serrão	120	167142	
	V 50		Helena Fernandes	114	146134	
M		Agostinho V. Fernandes	0	163554		
		Ryvan Daele	0	167728		
		Santiago Freitas	0	172480		
	Benj. A	Afonso Castro	1392	165329		
		António M. Jardim	1439	171514		
		Bryan Silva	1431	171675		
		Henrique Neves	1986	166250		
		João D. Freitas	1981	165343		

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			João R. Gouveia	1432	171664
			José Sousa	1440	166624
			Lourenço Correia	1970	167433
			Mateus Barroso	1971	165922
			Salvador Jesus	1977	166162
			Salvador R. Silva	1968	166625
			Vítor Nunes	1984	163630
		Benj. B	Bernardo R. Freitas	1960	165275
			Lourenço Fernandes	1961	158361
			Martim Aguiar	1430	163211
			Santiago Fernandes	1696	168080
		Juvenil	André R. Pereira	1976	151111
			Francisco Fernandes	1992	166147
			Mateus Castro	1965	166239
			Tiago E. Gouveia	1979	165691
		Senior	André Maio	121	139822
			André Pereira	975	129621
			Cristiano J Freitas	116	166268
			David Jardim	1337	171674
		sub 23	Daniel Silva	1332	172021
			Rodrigo Pontes	1391	172359
			Tiago Diaz	1308	171217
		V 40	José Castro	1313	171604
			Norberto Freitas	119	165836
			Ricardo Freitas	117	166267
			Tóni Fernandes	113	146714
		V 45	Ricardo J Fernandes	112	167108
		V 50	Alberto Freitas	118	166163
			João P. Gomes	111	167141
		V 55	Jorge Martins	115	166072
ACDSJ	M	V 45	Nelson Silva	122	132493
		V 70	Germano Gouveia	123	129795
ACM-M	F	V 35	Manuela Paulo	99	141013
	M	Senior	Higino Faria	105	140917
			Osvaldo Horta	110	168087
		V 40	J. Luís Santos	107	152431
			Luis Perez	104	149677
		V 45	Joel Freitas	103	155733
			Rafael Luís	108	152310
		V 50	António Madaleno	106	140235
			Cândido Barros	102	139479

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Nuno Faria	100	128804
			Paulo Gouveia	101	158714
		V 55	Samuel Matos	109	152404
ADC	F	Benj. A	Beatriz E. Rodrigues	1542	170245
			Francisca Neiva	1959	168035
		Senior	Sofia J. Silva	134	150003
		V 35	Blenda Corte	150	168016
			Janete Garcês	152	151132
			Márcia Sumares	149	145688
			Mariana L. Sousa	136	145407
		V 40	Ana Cruz	145	151801
			Sandra Góis	139	154264
		V 45	Mariza Góis	133	153603
			Sancha Campanella	131	138858
		V 50	Ilda André	137	127852
			Urraca Campanella	1082	169491
	M	Senior	Abílio Sousa	147	149494
			António Camacho	141	150118
			Diogo Pereira	1223	125995
			João Manuel Silva	140	167407
			José T. Gouveia	1241	170314
		V 35	Miguel Neiva	135	149477
			Rúben Alves	155	162639
			Rui Pinto	146	146311
			Vítor Vieira	125	138028
		V 40	Honório Rodrigues	124	152239
			Marco Brasil	129	147415
			Valério Gonçalves	143	148843
		V 45	Artur Mendonça	1214	170095
			Dinarte M Rodrigues	1083	169490
			Dinarte Vieira	144	145683
			João Vasconcelos	153	167513
			Marco Oliveira	154	146462
			Paulo Gomes	126	145684
			Sérgio Gonçalves	142	151824
		V 50	E. Miguel Gouveia	130	152952
			Francisco Sampaio	148	132524
			Paulo Sérgio Silva	128	145900
		V 55	Eduardo Raposo	127	151873
			Eusébio André	138	127847
			Paulo Santos	151	140272

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE	
ADCAM	F	V 60	Carlos Gomes	1289	161113	
		Senior	Carina Correia	1038	168107	
			Diana C. Freitas	1039	153293	
			Maura Ferreira	1148	168089	
		V 35	Sofia Fernandes	173	153107	
		V 40	Ana Gouveia	1035	161605	
			Raquel Vieira	1041	153359	
		V 45	Michele Martins	1036	147020	
		V 50	Augusta Silva	1034	146040	
		M	Senior	Alexandre R. Sousa	1180	169702
				André Silva	156	151925
				João Rodrigues	1020	157731
			Rúben Pinto	1046	145884	
			Rúben Quintal	1176	158521	
		sub 23	Afonso S. Gouveia	172	166084	
			Leandro Gouveia	1104	167945	
		V 35	Bruno Vasconcelos	160	159146	
			Hugo A. Correia	1105	163425	
			Hugo Meneses	157	160674	
			João Batista	158	152911	
			Nélio Lopes	159	153287	
			Ricardo Correia	162	127586	
		V 40	Acácio Gouveia	1103	153097	
			Afonso V. Freitas	161	139368	
			Luís Alberto Sousa	1037	153098	
			Márcio Teixeira	1044	149102	
			Miguel V. Gouveia	168	154738	
		Nuno Barros	164	127200		
		Renato Teixeira	167	131307		
	V 45	Domingos Grilo	1045	153358		
		Marco Carvalho	163	130239		
		Orlando Teixeira	1043	149103		
		Sabino Gouveia	171	131398		
		Sérgio P. Gouveia	1040	153110		
		Vítor Rodrigues	170	129694		
	V 50	Gabriel N. Freitas	166	139448		
		Jaime Silva	175	129936		
		João I. Nóbrega	174	130401		
		Roberto Luís	1042	155955		
	V 55	Alberto Drumond	169	130215		
		Pedro D. Fernandes	1033	129931		

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE	
ADCSAS	F	V 70	Juvenal Sousa	165	129462	
		Senior	Délia C. Freitas	182	167406	
			Jéssica Franco	180	167790	
	M	Senior		Joana Meneses	183	165688
				André Vieira	177	148086
				Diogo Ângelo Sousa	1198	169729
				José Viveiros	188	163399
			sub 23	Francisco Mendonça	1185	168793
			V 35	Tony Gouveia	186	154053
		V 40		António A. Gouveia	185	154238
				Hugo Barradas	176	158969
				Marco Catarino	1050	159321
			V 45	João Spínola	187	155335
				José Manuel Santos	179	155327
				Luís M. Gouveia	181	154967
				Marcelino Vasconcelos	1048	154962
				Marco P. Vieira	178	155252
				Sidónio Vieira	1047	169235
				V 50	José de Abreu	1258
	V 55	João M. Fernandes	1197	154209		
	V 60	Luís Meneses	184	159637		
ADG	F	V 35	Sónia da Silva	578	142777	
		V 40	Liliana R. Freitas	770	129804	
			Lúcia Franco	423	130351	
	M	Senior		Rubina Perestrelo	673	130320
				Sónia Mendonça	992	133508
			V 45	Susana Nóbrega	577	143639
			V 55	Anne Marchington	224	130461
		V 35		Carlos J. Moreira	772	152823
				Guilherme Franco	780	139857
				Eduardo Luís Silva	777	150120
				Javier Santos	771	152965
				Luís Figueira	782	152871
			V 40	Eduardo Carvalho	774	140723
				Luís F. Ferreira	776	139465
				Roberto Rodrigues	991	140535
			V 45	Élvio Melim	773	130229
				Hélder S. Fernandes	783	139738
	João Arlindo Sousa	778	124933			
	Nuno Miguel Vieira	781	135864			
	V 55	Manuel Franco	779	130264		

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
ADNPS	F	V 60	Carlos Figueiredo	775	139831
		V 35	Filipa Silva	1164	137255
	M	V 45	Sandra Vargem	1161	154571
			Sandra Fonseca	1232	147703
		Senior	Américo Olival	1163	154404
		Diogo Jesus	1230	170196	
		João Carlos Gomes	1129	147515	
		Joaquim Inácio	1252	170179	
		Marco Vera Cruz	1165	135398	
		Pedro de Freitas	1166	165639	
ADRAP	F	V 35	Jorge Pita	1231	136983
		V 40	Filipe V. Teixeira	1162	142191
		V 45	Duarte Inácio	1130	137205
		Benj. A	Beatriz Moreira	1541	170001
		Leonor Nóbrega	1543	169995	
		M ^a Clara Teixeira	1443	170991	
		Zoé Santos	1514	170534	
		Benj. B	Camila Melendez	1673	169253
		Diana Cardoso	1661	169422	
		Emma Marquez	1956	160611	
Infantil	Jennyfer Rodriguez	1677	169204		
	Marta Nóia	1449	170992		
	Anthonella Hernandez	1953	156396		
	Cristina I. Gonçalves	1675	163722		
	Emília Calaça	1602	152454		
	Inês Crespo	1453	159602		
	Leonor C. Freitas	1689	160095		
	Lia Nunes	1701	158555		
	M. Leonor Pereira	1454	159595		
	Mariana Machin	1958	155477		
Iniciado	Ana Beatriz Pereira	1668	150504		
	Clarisse Catanho	1623	132143		
	Joana Dias	1646	162491		
	Matilde Freitas	1672	156873		
	Sharon Abreu	1951	163727		
	Veronika Hernandez	1676	156421		
	Junior	Ana Luísa Catanho	1624	132140	
	Juvenil	Ana Beatriz Pires	1679	154132	
	Bruna Belo	1634	134566		
	Bruna Sousa	1688	156841		
Catarina F. Vieira	1706	150317			

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Filipa João	1425	171606
			Laura Pereira	1667	150337
			Milena Moniz	1502	162510
			Yennifer Rodrigues	1650	168952
		Senior	Ana Granja	1578	127272
			Carla Macedo	1579	125262
			Cláudia Rodrigues	1613	128460
			Diana Afonso	1572	132454
			Joana Costa	909	149832
			Joana Pinto	920	125671
			Lovisa Clevehorn	901	146869
			Maria Carvalho	1580	129622
			Marisa Ascensão	1577	137106
			Mónica S. Silva	1267	129610
			Rafaela Hora	1681	131984
			Rafaela Morgado	1665	131361
			Sara Inácio	1801	124851
			Shaina Mags	1657	125280
			Sílvia Perdigão	1181	169899
		sub 23	Adriana Viveiros	2	142030
			Clara Azevedo	1806	140078
			Matilde de Sousa	1807	125172
			Sofia Ferreira	1802	128038
		V 35	Ana Soares	20009	165964
		V 40	Ana Azevedo	1182	169949
			Ana Luísa Viveiros	924	127786
			Cláudia Azevedo	1805	130281
			Josefina Caires	929	129613
			Rafaela Sá	1319	155968
			Sónia C. Rodrigues	1750	127686
			Telma Alves	927	133049
		V 50	Lina Dantas	918	158825
			Rosa Franco	1281	147145
		V 55	Maria Gonçalves	1662	165680
			Zita Jesus	936	127902
		V 65	Maria José Freitas	1310	141004
	M	Benj. A	Afonso Mendonça	1568	169999
			Francisco Pontes	1491	170632
			Guilherme Brites	1505	168944
			João F. Mendes	1515	169996
			Rodrigo Mendonça	1682	168950

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Unai Chaki	1503	170638
		Benj. B	Ari Santos	1513	170535
			Javier Hernandez	1702	163999
			Ramsés Hernandez	1703	158556
			Tiago Pereira	1516	170536
		Infantil	Andree Abreu	1955	158547
			Dinis A. Freitas	1952	155794
			Jesús Abreu	1954	158546
		Iniciado	Bernardo Nóia	1442	145012
			Diogo Mendonça	1441	171379
			Gabriel Barros	1399	144475
			Jesus Gouveia	1608	168963
			João Marreiros	1429	170631
			João Tomás Santos	1950	125190
			José G. Pereira	1534	159796
			Matias Freitas	1671	156872
			Pedro A. Gouveia	1625	161256
			Roberto Gomes	1708	163690
			Simão Carvalho	1957	127731
		Junior	Eduardo Silva	1249	130410
			Gabriel Vieira	1395	146465
			Manuel Vieira	1697	134377
			Márcio Viveiros	1705	145216
			Miguel Azevedo	1647	142829
			Tomás Carvalho	888	127730
			Tomás Rosário	931	145502
		Juvenil	Artur Martins	1707	160391
			Gabriel Sousa	1400	171567
		Senior	Bruno Moniz	890	130426
			Carlos Prino	1569	123418
			Diogo Abreu	904	124664
			Diogo Castro	1212	149121
			Diogo M. Nóbrega	1293	155301
			Diogo Mestre	1680	123287
			Duarte Santos	898	162765
			Fábio J. Vieira	1311	171429
			Germano Oliveira	894	130575
			Gilberto Carvalho	1074	124994
			Joaquim Lopes	934	141976
			Leandro Gonçalves	1687	123545
			Miguel Tapadas	1616	123291

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Pedro Martins	1683	129239
			Rafael Jorge	1803	123496
			Ricardo Moreira	896	146526
			Rodrigo F. Camacho	892	128625
			Roque Tavares	1704	129360
			Rudd Kappert	930	168105
			Tiago Bettencourt	1115	165793
			Ulisses Tavares	1749	130899
			Xavier Carvalho	916	144905
		sub 23	André F. Oliveira	1804	123183
			Francisco Belo	1127	134565
			Guilherme Ornelas	1700	145213
			Hélvio Nascimento	889	143710
			Ibrahim Gama	1069	128271
			João Afonso Olim	1002	132145
			Luís Carlos Silva	1244	167570
			Samuel Rios	1684	124780
			Tiago Fernandes	1433	133080
		V 35	André Gonçalves	1612	127354
			António Vieira	897	159323
			Décio Carreira	906	148963
			Décio Gaspar	910	125379
			Duarte Nuno Teixeira	1333	171957
			Eduardo Macedo	935	146463
			Élvio Sousa	908	151376
			Fábio Neves	932	126829
			Filipe Belo	905	127315
			João Tiago Costa	1274	142125
			José Figueira	1157	157908
			Luís Francisco	1125	125293
			Manuel de Faria	1090	168109
			Miguel Baptista	933	131814
			Nicásio Teixeira	893	146149
			Pedro Vares	903	145124
			Rafael Rodrigues	895	127297
			Ricardo Gonçalves	1091	137231
			Rúben Mendonça	1089	154475
			Sílvio Cró	922	129158
			Tiago F. Silva	919	126354
			Vítor M. Rodrigues	902	140433
		V 40	Flávio Remesso	926	127287

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Francisco Gonçalves	1294	170753
			H. Miguel Sousa	1314	134981
			Jimmy Coelho	925	142732
			José Abreu	911	127330
			Marco P. Rodrigues	885	142218
			Miguel Bettencourt	921	127612
			Nuno Lourenço	912	162797
			Ricardo Crespo	1698	128260
			Valter Rodrigues	913	142773
		V 45	António Sá	1342	172297
			Bruno D. Fernandes	1156	126349
			Bruno Pereira	1327	134982
			Diomar Abreu	1257	168727
			Francisco Dantas	917	151599
			José Câmara	900	163553
			Manuel Almeida	1699	123616
			Roberto Gouveia	886	141607
		V 50	Agostinho Spínola	887	129491
			Cláudio Nóbrega	1087	155413
			João Camacho	928	129676
			João V. Gouveia	1019	166387
			Mauro Gomes	923	149855
		V 55	Carlos Francisco	899	129517
			Gonçalo Nuno	1292	151369
			José G. Carvalho	914	143961
		V 60	João M. Pereira	891	126088
			Jorge Cipriano	915	126555
		V 65	António Lima	907	126781
AJS	F	Benj. A	Carolina S. Pereira	1917	166705
			Francisca Camacho	1908	167392
			Helena Pereira	1434	171630
			Margarida Teixeira	1915	163814
			Maria Inês Silva	1916	159470
			Sofia Faria	1910	166927
			Sofia Henriques	1914	166014
		Benj. B	Diana de Freitas	1438	171250
			Glória Fernandes	1947	148052
			Iara Barros	1918	166706
			Isabela Simão	1900	154768
			Maria Inês Gomes	1946	146834
			Susana I. Santos	1924	163970

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Vitória S. Gomes	1632	169153
		Infantil	Ana Quintal	1899	163811
			Carlota V. Fernandes	1907	167393
			Clara Teixeira	1896	156677
			Eduarda Silva	1694	155858
			Inês Chaves	1397	172079
			Kimberly Nunes	1912	167940
			Laura I. Gouveia	1538	156694
			Madalena Ferraz	1895	167463
			Maria Luís Silva	1904	157544
			Michela Durão	1645	169665
			Nanci Jesus	1631	166707
			Nicole Gomes	1898	167942
			Núria Neves	1929	157575
		Iniciado	Beatriz Correia	1666	169073
			Beatriz J. Vieira	1751	168488
			Beatriz Melim	1934	142734
			Carolina Faria	1903	140071
			Laura Perez	1902	167768
			Luna Andrade	1949	126024
			Micaela Henriques	1537	165897
			Sara Fernandes	1948	126022
			Sílvia Jesus	1942	147711
		Junior	Bruna Costa	1776	156909
			Catarina Pinto	1782	125119
			Inês Abreu	1760	128781
			Sara Pereira	1762	146962
			Vitória Góis	853	126381
		Juvenil	Ana Isabel Fernandes	1927	153126
			Carlota Gomes	1944	154539
			Catarina Fernandes	1925	125402
			Eliana Fernandes	1933	153127
			Luísa Pinto	1935	125139
			Magda Dias	1663	155458
			Matilde Barreto	1390	155285
			Mónica Dias	1664	155457
		Senior	Adília Fernandes	856	124496
			Andreia Romano	1052	168864
			Bárbara Silva	1799	131578
			Catarina Queirós	1790	127444
			Filipa Martins	1792	128544

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Jessie Serrão	870	138993
			Joana J. Pinto	1765	124822
			Joana Soares	4	124968
			Lina Soares	855	144149
			Lúcia Santos	1770	124196
			Mariana Mendonça	1617	128553
			Milene Jesus	1576	129420
			Raquel Soares	1298	171002
			Sandra M. Andrade	1055	168942
			Simone Silva	1773	149493
		sub 23	Ana Leite	1769	123990
			Beatriz Matias	1791	148660
			Margarida E. Silva	1794	124070
		V 35	Ana P. Martins	1054	128251
			Andreia Freitas	857	124566
			Carina Araújo	879	128713
			Carolina M. Marques	872	165532
			Elvina Jesus	1028	147024
			Énia Carmo	1205	143920
			Filomena Costa	1767	123365
		V 40	Carina Rodrigues	1315	125117
			Carla Pinto	850	152586
			Cristina Ferreira	860	125525
			Cristina Nascimento	875	126166
			Fátima Fernandes	1755	139315
			Marla Pereira	1053	169135
			Miriam Ramos	871	157305
			Nélia Rodrigues	882	167047
		V 45	Catarina Luís	867	165458
			Teresa Ornelas	852	147371
		V 50	Jennifer Alves	1208	130220
	M	Benj. A	Bernardo Vieira	1945	157043
			João Lucas Santos	1909	167195
			João Simão	1901	163832
			Martim Faria	1911	167044
		Benj. B	Afonso Jesus	1923	158605
			Afonso M. Serrão	1919	165780
			Hugo Ornelas	1920	163992
			João Carrascal	1922	166243
			Lourenço Lúcio	1941	158262
			Tomás Freitas	1921	156268

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
		Infantil	Cláudio Camacho	1932	162028
			Guilherme Henriques	1930	155340
			Martim Henriques	1394	172249
			Santiago Custódio	1492	157385
			Tiago M. Freitas	1674	169165
		Iniciado	Afonso Nóbrega	3746	157344
			João M. Rodrigues	1398	156292
			Lucas R. Santos	3739	150116
			Manuel Rocha	1938	142512
			Marco Santos	1603	156479
			Nélio Serrão	1897	124879
			Nuno M. Abreu	1713	156481
			Óscar Góis	1943	128574
			Sairy Carrascal	1939	163810
		Junior	Bruno Faria	1789	129985
			Diogo Martins	1764	148686
			Francisco Nóbrega	1758	143535
			Rodrigo Reis	1777	167042
			Tiago Camacho	1797	133066
			Xavier Outeiro	1784	132925
		Juvenil	Francisco Palmeira	1936	152630
			Nélio Santos	1928	153572
			Omar Jesus	1937	153123
			Pedro Chaves	1940	151138
			Pedro Tiago Pestana	1905	142456
			Rodrigo Gonçalves	1926	123971
		Senior	Bernardo Pereira	1785	123862
			César Ramos	881	139645
			David Câmara	1435	171580
			Delvis Santos	1787	138502
			Diogo D. Pereira	1771	159165
			Francisco Cordoeiro	1570	124490
			João P. Rodrigues	1774	149492
			José Fernandes	1757	124932
			Leandro Soares	862	145673
			Leonel Gomes	1772	145894
			Luciano Abreu	1202	170013
			Luís Daniel Ferreira	1798	151311
			Magno Sousa	873	137265
			Martim Melo	1658	169369
			Nelson Pinto	1759	126325

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Oleksandr Lyashchenko	1781	125167
			Paulo Jesus	1330	171994
			Paulo Macedo	858	127052
			Paulo Neto	1768	125089
			Pedro Pita	878	159778
			Rafael C. Gouveia	859	153583
			Ricardo J. Pereira	1711	124014
			Roberto Faria	1754	124522
			Wilson Conniott	1752	128002
		sub 23	Diogo Gonçalves	1638	124067
			Eduardo Pestana	3	140006
			Guilherme Almeida	1780	129562
			Ivo Figueira	1763	144929
			Luís Miguel Silva	1761	146447
			Tiago Freitas	1778	128438
			Vítor Gouveia	1766	161478
		V 35	Carlos Pereira	1783	138783
			Décio Abreu	854	126835
			Duarte Nascimento	1800	163155
			Énio Marques	1282	170740
			João C. Gonçalves	1031	135375
			Jorge Grave	1793	123606
			Ricardo G Fernandes	1204	146235
			Rodolfo Ramos	877	140847
			Sérgio David Santos	1788	138534
		V 40	André Spínola	1207	138469
			Davide Fernandes	851	152589
			Duarte Rodrigues	883	167105
			Filipe Custódio	869	125488
			Gonçalo Dantas	1262	170503
			Hugo Batista	1023	142803
			Humberto Santos	1775	159156
			Manuel Faria	863	128482
			Manuel Marques	1786	124078
			Paulo Barreto	864	153167
			Renato Andrade	1259	130080
			Rúben Escórcio	880	142529
			Rubim Gonçalves	865	125271
			Sílvio Freitas	1756	138433
		V 45	Duarte N. Abreu	866	125612
			Duarte Nunes	1338	131843

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Francisco Freitas	874	125383
			Hélder Fernandes	1753	123607
			João Quintal	1796	126634
			Joaquim Sousa	1795	140513
			José Ant ^o Ramos	868	124930
			Juvenal Faria	861	124638
			Paulo Bruno Freitas	1203	140251
			Pedro M. Pinto	884	137631
			Rui Pestana	1201	129188
			Virgílio Ornelas	1029	125278
		V 50	Domingos Rodrigues	876	126937
			Ricardo Melim	1779	126673
		V 55	Carlos Franco	1154	125306
			José Ornelas	1030	125758
APCTT	F	Junior	Angélica Gama	793	152588
		Senior	Cátia Rubina Vieira	839	159519
			Luísa Reis	824	152316
		V 40	Andrea Freitas	798	140737
			Isabel Alves	797	163027
			Lisandra Tavares	786	140749
			Paula Pereira	845	140717
			Sílvia Neves	807	154126
		V 45	Ana F. Sousa	844	167516
			Anália Freitas	832	152308
			Liliana Pinto	808	163131
			Marta Domingos	828	157489
			Nélia Gomes	815	152510
			Odília Pedras	802	149617
			Rubina Fernandes	785	149532
		V 55	Ana Paula Aveiro	836	149742
		V 60	Manuela Carrillo	829	126676
	M	Benj. B	Simão Tavares	1894	153214
		Infantil	João Tavares	1893	153106
			Simão Câmara	1892	157767
		Junior	Diogo Bacanhim	788	157904
		Senior	Abdellah Oubella	837	167092
			Duarte Gonçalves	792	166558
			James Góis	813	139130
			João P. Fernandes	847	165576
			Luís C. Gomes	846	159891
			Luís F. Gouveia	849	166596

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Luís M. Freitas	842	150065
		V 35	Agostinho Caldeira	804	159514
			Carlos Perestrelo	805	158081
			Hugo Marques	848	163072
			Ivo Rodrigues	833	158107
			Luís Carlos Nóbrega	803	131598
			Luís Martins	819	152368
			Roberto Ramos	841	152355
			Rogério Camacho	787	152317
		V 40	Duarte Figueira	812	148455
			Fábio Tito Nunes	1309	169754
			Fernando Calaça	1339	171853
			Filipe Franco	840	146504
			Francisco M. Fernandes	830	166987
			Libónio Ornelas	796	158918
			Natércio Vieira	822	162718
			Válter Luís	821	167622
			Venâncio Abreu	825	150017
		V 45	Bruno Gomes	817	167754
			Carlos P. Ferreira	816	158833
			Décio Pinto	809	155125
			Duarte Viveiros	838	150014
			Emanuel Freitas	799	140736
			Filipe Câmara	827	157560
			Francisco Costa	814	161065
			Hélder Correia	831	163078
			José Reis	790	152322
			Marco Nunes	823	158347
			Nuno Castro	795	163429
			Nuno Sousa	801	163077
			Nuno Tavares	784	139655
			Paulo Camacho	843	161672
			Paulo Jorge Silva	806	167515
			Paulo Teixeira	789	158526
			Roberto A. Sousa	800	158093
			Rui Filipe Canada	1300	171148
			Victor Abreu	811	129358
		V 50	Miguel Valente	835	149531
			Roberto Solano	794	126255
		V 55	Apolónio Abreu	810	146804
			Jaime A. Silva	834	157688

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			José A. Teixeira	818	158085
			Rui A. Dias	820	158083
			Xavier Aveiro	826	146457
		V 60	José Almada	791	152642
ARCA-M	F	Benj. A	Margarida Gonçalves	1885	167185
		Benj. B	Eduarda Gouveia	1890	167076
		Infantil	Ana Beatriz Silva	1891	153830
			Eva Castro	1889	167085
		Senior	Andrea Gouveia	190	157714
			Joana Gouveia	196	167027
			Marlene Gomez	1288	170744
		V 35	Luciana Caires	197	167032
			Rubina Sousa	206	167019
		V 40	Lina Jardim	1271	170619
		V 45	Patrícia Camacho	189	165887
			Sónia Castro	205	165866
			Sónia Santos	204	140427
	M	Benj. A	Leonardo Gonçalves	1884	167206
			Tomás Gonçalves	1611	169802
		Benj. B	Salvador Santos	1886	157172
		Iniciado	João L. Pereira	1887	167048
		Junior	Rodrigo Rodrigues	202	162592
		Juvenil	João T. Andrade	1888	158439
		Senior	Paulo Andrade	200	157501
		sub 23	Gonçalo F. Sousa	195	166580
		V 35	Fábio Sousa	193	157520
			Nuno G. Castro	198	167015
			Tiago Lobato	203	166344
		V 40	David Gouveia	191	163720
			Nuno M. Silva	199	125687
			Sérgio Gomes	1272	170626
		V 45	Cláudio Jardim	208	126123
			Pedro M.G. Pinto	201	126050
		V 50	Marco Ferreira	209	126172
		V 60	Duarte Brandão	192	165915
		V 65	José Carlos Silva	207	130822
		V 70	Fernando Vieira	194	146377
ATLafa	F	V 35	Andreia P. Correia	1080	152717
		V 40	Teresa Jardim	1079	138428
		V 55	Jana Pereira	1076	128650
	M	V 40	Élvio M. Correia	1081	128646

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Miguel Castro	1077	129159
		V 45	Alexandre Freitas	1078	141047
			Roberto C Gouveia	1253	169559
		V 50	Carlos Araújo	1142	159155
			João Almeida	1141	128653
BORDAL	F	V 35	Zita Freitas	1021	136667
		V 45	Licínia Macedo	1189	127874
		V 50	Mafalda Freitas	1190	139681
			Paz Freitas	1187	141107
			Sónia Silva	1188	136886
			Susana Vacas	1184	136656
		V 55	Díva Jardim	1186	131579
	M	V 50	Eduardo Jesus	1226	153083
CAFH	F	Benj. B	Maria Margarido	1878	158360
		Iniciado	Bruna Vasconcelos	1879	166646
			Bruna Vaz	1883	166346
			Clara França	1216	169873
		Junior	Andreia Vasconcelos	91	166644
			Joana Silvino	89	157818
		Senior	Catarina Dinis	88	125498
			Nilza Ornelas	77	125487
		V 35	Bárbara Correia	61	126174
			Graciela Fernandes	82	156934
		V 40	Carla Neves	97	126834
			Patrícia Franco	85	162834
			Raquel Franco	60	130880
			Sandra Goulart	62	125543
			Sofia Calafatinho	81	156943
		V 45	Lenka Mendonça	87	125651
			Rubina Gouveia	90	157729
		V 50	Orlanda Pereira	83	156942
		V 60	Teresa M. Sousa	74	148664
	M	Benj. A	Tiago Olival	1880	163324
		Benj. B	Guilherme Fernandes	1881	157766
		Infantil	Lucas Cruz	1882	164378
		Junior	Fernando Silvino	96	157856
			Martim Andrade	1250	170361
			Nuno B. Margarido	1256	158374
			Rodrigo Andrade	1251	170357
		Juvenil	André Salvação	1456	170736
			Gonçalo Margarido	1877	158365

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Mário Silvino	1876	157855
		sub 23	Tiago Fabiano Silva	80	135789
		V 35	Alexandre Veríssimo	78	158094
			António Jardim	76	125486
			Carlos E. Freitas	57	130908
			Élvio Silva	66	126386
			Énio Silva	79	125702
			Ludgero Freitas	64	162961
		V 40	Duarte Xavier	58	127872
			Gonçalo Pacheco	1618	133290
			Hélder N. Fernandes	84	157478
			Hugo Martins	94	162966
			José L. Reis	1312	171472
			Luís Barros	68	131119
			Miguel Gonçalves	67	129830
		V 45	António Mendonça	86	125654
			Avelino Freitas	65	127728
			João Vieira	75	127939
			Marco Brás	92	125631
			Miguel Passos	71	125517
			Nuno Silva	69	125735
			Raul Goulart	70	127905
			Ricardo Vaz	59	156116
		V 50	Clementino Santos	1075	150265
			Duarte Andrade	63	125489
		V 55	Emídio Rodrigues	72	126590
		V 65	João Abel Melim	73	126134
			Jorge Botelho	95	126086
CAMAD	F	V 40	Luana Andreoli	460	140287
			Rosalina Gouveia	444	131219
		V 50	Nádia Meroni	962	127979
	M	Senior	César Quinta	1260	169566
			Filipe Ferreira	456	157325
			Norberto Ribeiro	1017	158226
		V 35	Edson Pereira	443	128341
			Hélder D. Correia	461	165696
			Ricardo Gouveia	441	126060
		V 40	André F. Caires	1344	129681
			Bruno Mendes	449	147187
			Daniel Pereira	455	146376
			Fábio Freitas	442	151120

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			João M. Gomes	453	129793
		V 45	Filipe Mota	459	134761
			Marco Ascensão	448	161192
			Ricardo Fontes	451	130553
			Ricardo Matos	454	146750
		V 50	António Olival	450	127804
			Gabriel Conceição	446	153205
			João Mendonça	457	127857
			Leonardo Diogo	447	135650
		V 55	Dário Abreu	452	133540
			José Ribeiro	458	128688
		V 60	Sidónio Cabral	1032	130868
		V 65	João S. Azevedo	445	158773
CCDCMF	F	Senior	Carina S. Rodrigues	214	126693
		V 40	Ana Bela Franco	213	146398
			Márcia Nascimento	218	146347
			Sónia Freitas	221	127607
		V 45	Lisa Drumond	1001	146217
			Nélia Nascimento	220	130164
		V 55	Ana Paula Rodrigues	210	146480
	M	Senior	Francisco Luz	217	167943
			Jesus Vieira	215	167946
			Sérgio E. Silva	212	168454
		V 45	Duarte Costa	961	126183
			Zequiel Freitas	222	128189
		V 50	L. Filipe Rodrigues	216	125218
			Miquelino Camacho	219	141819
			Ricardo Spínola	223	125122
		V 60	Francisco J Correia	211	128298
CCDTHF	F	sub 23	Sara Morgado	230	152651
		V 35	Lisandra Caires	232	125782
		V 45	Dalva Emerik	235	168125
		V 50	Manuela Morgado	231	131543
		V 55	Celina Rodrigues	240	131030
		V 60	Maria Silva	227	129714
	M	Senior	Diogo André Nóbrega	234	142973
			Edwin Nunes	241	125516
			Gonçalo Nuno Silva	247	143257
			Paulo Madruga	244	143081
			Yonny Pereira	239	146352
		V 40	Filipe Rodrigues	228	130571

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
		V 45	Bernardino Morgado	236	129595
			Bruno D. Sousa	225	131315
			José Manuel Abreu	243	131402
			Orlando Ascensão	233	132287
		V 50	António Gonçalves	237	130649
			Eduardo Baptista	246	163430
			Paulo Nuno Santos	229	131555
		V 55	Agostinho Freitas	242	130583
			Eusébio Gomes	245	157864
			José Gama	238	131026
		V 65	José Sérgio Silva	226	129713
CDCPM	F	Senior	Iulia Fuiorea	497	136564
		V 35	Carla V. Freitas	478	146225
			Cátia Fiqueli	473	125501
			Natércia Freitas	494	162945
		V 40	Julietta Francisco	485	141649
			Olívia Sousa	466	124982
			Sónia Lucas	483	162936
		V 45	Judite Câmara	472	138217
			Maria João Abreu	482	139562
			Sónia Quelhas	462	152359
	M	Senior	Énio Castro	476	156365
			Fábio A. Pestana	498	152653
			Humberto Gomez	469	163120
			João Valente	486	162952
			José Valente	484	162964
		V 35	António Jesus	496	162937
			Basílio Noronha	467	153732
			Bruno Lambaz	474	137145
			Emídio Correia	488	138055
			Fábio Vieira	468	140473
			Flávio Duarte Vieira	479	140104
			Maurício Gomes	491	136296
		V 40	Dinarte Nunes	499	126758
			Emmanuel Teles	464	153306
			J. Manuel Vieira	493	153416
			Mílton Lopes	475	154026
			Nélio Rodrigues	481	161170
			Ricardo D. Abreu	490	139456
			Samuel Silva	477	137216
			Tiago Aires	465	137287

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Valter Viveiros	463	142776
		V 45	Américo Caldeira	470	125508
			António Gouveia	489	141240
			Nuno Santiago	487	162710
		V 50	João Câmara	471	138216
			Óscar Serrão	480	162897
		V 55	Joaquim Rebelo	495	146453
		V 60	António de Castro	492	136880
CDEPC	F	sub 23	Cláudia Marreiros	1072	140508
	M	Infantil	Rafael Silva	1003	168868
		Senior	Valter Fernandes	1073	144568
		V 40	Carlos Freire	506	146059
			Márcio Gomes	504	140024
			Milton Caetano	509	158747
		V 45	Alcino Pereira	507	146459
			Filipe Barreiro	501	140451
			Luís Rocha	503	129715
			Manuel Ferreira	1005	154536
		V 50	Gil Freitas	505	140469
			José M. Nóbrega	500	140135
			Paulo Neves Silva	502	140516
		V 55	J. Ricardo Jardim	1004	130083
			Miguel A. Ferreira	508	146679
CDES	F	Benj. B	Daniela C. Caires	1620	169726
		Senior	Inês Sepúlveda	1326	171906
			Vanessa F. Andrade	512	130194
		V 40	Edite Silva	754	156448
			Isabel Camacho	989	152693
			Rute Camacho	514	141427
		V 45	Helena Brazão	20010	170902
		V 50	Ana Silva	742	162923
			Maria José Andrade	750	134926
		V 55	Maria Noite	1273	158624
	M	Benj. A	Matias Figueira	1609	168457
		Benj. B	Guilherme R. Pita	1875	156961
		Infantil	Matias Brites	1571	159370
		Senior	Élvio Rodrigues	517	135967
			Fábio C. Rodrigues	994	162661
			João Nogueira	987	129845
		V 35	António R. Gonçalves	516	135291
			Duarte Dias	1239	146988

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Gilmer Galeano	996	152190
			Hugo Pita	521	135165
			José M. Pereira	757	158057
			Paulo Machado	963	166924
			Rui Luís Coelho	752	141891
			Vítor Martins	763	136285
		V 40	Alírio Spínola	766	145902
			António M. Santos	518	126846
			Bruno M. Gouveia	511	162946
			Bruno Teixeira	760	125505
			Duarte D. Nunes	744	134874
			Élio Jesus	756	145901
			José Luís	761	162972
			Juliano Silva	759	138445
			Luís Resende	753	148412
			Márcio Coelho	748	136082
			Mário dos Ramos	984	149110
			Miguel Ferreira	993	136283
			Roberto Teles	745	137639
			Rui Raposo	749	158074
			Valter Serrão	522	158053
		V 45	Alcídio Ferro	520	139979
			Bruno Faria Abreu	747	141758
			Duarte Brazão	758	158001
			Duarte Câmara	743	126622
			Élvio Batista	988	160471
			Fernando Faria	510	125491
			Gonçalo Mendes	764	142423
			Luís Miguel Mendes	769	128259
			Nelson Neves	746	136105
			Ricardo Alves	755	153756
			Ricardo Caldas	741	155569
			Roberto Vieira	995	166044
			Toni Silva	519	156056
		V 55	António Oliveira	515	125539
			Gil Rosa	765	142903
			João E. Andrade	513	146333
			João Manuel Sousa	767	139522
			Manuel J. Vieira	751	158806
		V 60	António Rosa	768	131875
CDESP	F	V 35	Sandra Sousa	1329	157536

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
CDG	M	V 40	Francisco Gouveia	1328	135248
	F	Senior	Raquel Andrade	525	146087
	M	Benj. A	Gustavo Quintaneiro	1504	170807
		Infantil	Santiago Quintaneiro	1873	159329
		V 40	João Quintaneiro	523	125238
CDI-M			Rui Loureiro	526	126856
		V 45	Rui Coelho	524	126225
	F	Senior	Carolina Silva	264	153084
			Filipa Gomes	1324	171953
		V 40	Bina Gomes	251	137227
			Carla Pombo	279	146338
			Cátia Jardim	283	124999
			Filipa Delgado	284	124983
			Rita Oliveira	249	145126
			Romana Neves	267	166903
		V 45	Margarida Clairouin	265	165973
			Rosa Rodrigues	253	139601
			Sandra Pontes	258	156147
		V 65	Elisa Branco	282	124811
	M	Iniciado	Francisco Delgado	1565	169888
			Francisco J. Gouveia	1872	148700
			Simão Mendonça	1871	138252
		Senior	Eduardo F. Ferreira	280	161658
			Luís Gouveia	1228	162970
			Maurice Escórcio	263	147474
		Ricardo Macedo	252	152710	
	V 35	Célio Silva	260	139572	
		Fábio S. Rodrigues	255	147487	
		João L. Camacho	256	154639	
		Márcio Gonçalves	274	147444	
		Mike Escórcio	276	147466	
		Nélson C. Fernandes	271	141168	
		Paulo A. Encarnação	273	161659	
	V 40	Gonçalo F. Vieira	250	124698	
		Jorge Neves	268	166900	
		Manuel Jesus	272	125362	
		Manuel Sousa	261	143630	
		Márcio Sousa	257	155834	
		Marco Marques	269	125564	
		Paulo Sá Rodrigues	281	161250	
		Pedro Delgado	969	126540	

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Sílvio Franco	1136	139825
		V 45	Bruno Meneses	275	167736
			Hélder Gouveia	254	125261
			José Canada	270	163345
			Luís Aguiar	1227	124975
			Magno Rodrigues	1132	140328
			Miguel Gouveia	262	123942
			Paulo Neves	266	166902
			Pedro Branco	278	124732
		V 50	José A. Ferreira	1254	152408
		V 60	José M. Santos	248	147816
		V 70	Álvaro Sousa	277	130288
CDMS	F	V 40	Teresa Silva	533	151949
	M	Benj. A	David C. Silva	1452	157772
		V 35	André Alexandre	527	150531
		V 40	David Correia	528	142555
			Hugo Nascimento	529	142668
			Márcio Soares	1306	142699
			Marco A. Ferreira	1265	142738
			Marco P. Fernandes	531	160336
		V 45	Jorge Silva	530	140487
			Paulo Serra	532	154218
CDRP-M	F	Benj. B	Ana Costa	1870	161188
	M	Senior	Roberto Cachucho	535	167627
		V 35	David Figueira	1320	171558
		V 40	José M. Serrão	534	157893
			Luís Gontardo	1299	171079
		V 45	Estevão Costa	537	157971
		V 50	Francisco Perez	536	157814
CEE-M	F	Benj. B	Lucia Mcintyre	1868	157294
		Infantil	Kylah Mcintyre	1869	157293
		Junior	Ana Aguiar	548	158405
		Senior	Carolina Caires	574	158486
			Cláudia A. Freitas	1296	171090
			Francisca Brito	576	168671
			Isabel Rodrigues	1155	149547
		V 35	Cátia C. Andrade	1178	169853
			Lucy Andrade	564	140895
			Marta Martins	551	166426
			Susete Faria	546	163057
		V 40	Lucilina Aguiar	545	163036

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			M. Sofia Santos	539	155276
			Marlene Correia	549	155373
			Vanessa Caires	540	130521
		V 50	Ana F. Sampaio	570	152047
			Nídia Pacheco	552	153779
		V 55	Rosalina Freitas	557	153998
	M	Infantil	J. Rodrigo Freitas	1428	171693
			Miguel A. Silva	1427	171694
			Simão A. Silva	1426	171695
		Junior	Flávio Freitas	547	166151
		Juvenil	José Carlos Barros	1343	155279
		Senior	Armando Araújo	538	164281
			Bruno Silva	575	125893
			Daniel Ferraz	569	125107
			Francisco Camacho	556	151890
			Humberto Martins	1213	169916
			Inácio Camacho	572	153871
			João P. Azevedo	555	161524
			Miguel F. Gonçalves	559	166585
			Ricardo Quintal	1012	136255
			Vasco Monteiro	1277	141222
		sub 23	Eduardo Jardim	1269	141050
		V 35	Fábio Santos	1349	152401
			Miguel Magalhães	544	147159
			Nuno Figueira	566	127420
			Telmo Pão	562	125840
			Vítor A. Fernandes	560	165599
		V 40	Espírito Santo	561	142476
			Gabriel Silva	565	124756
			João Gil Pereira	563	142942
			Marco Caires	541	126103
			Óscar Correia	571	131691
			Sérgio Catarino	573	129167
		V 45	Agostinho Costa	567	155215
			Augusto Fontes	1266	124823
			João G. Faria	543	167426
			Nuno Castanha	558	130371
			Paulo Aguiar	550	155310
			Pedro Costa	542	124858
		V 50	Nuno Branco	554	142673
			Paulo Sousa	568	167456

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE	
CEOL	F	V 50	Odília Luís	1233	156704	
	M	V 45	Manuel Henriques	1222	156705	
			Marco Ribeiro	1234	156711	
		V 50	Carlos Pontes	1221	156697	
		V 55	Alcino Basílio	1255	139954	
		V 65	Petr Danich	1546	164047	
CFA-M	F	Benj. A	Mariana Afonso	1852	163582	
		Benj. B	Bruna Alves	1865	158423	
			Júlia Aguiar	1517	163763	
			Infantil	Catarina Afonso	1853	153183
				Inês Sousa	1855	152846
				Leonor Sousa	1863	153446
	Iniciado	Débora Martins	1857	147310		
		Leonor G. Freitas	1628	160628		
		M. Leonor Fernandes	1629	169739		
		Junior	Margarida Roque	1131	126771	
			Marianne Gonçalves	580	165694	
		Juvenil	Mariannela Gonçalves	1866	165693	
			Natasza Sowinska	1639	169669	
			Senior	Carolina Gomes	1276	170729
				sub 23	Ana Sofia Henriques	1135
				Beatriz Henriques	1133	126465
	M	V 40	Yuzi Abreu	1122	145735	
			V 45	Filipa Aguilar	1006	148667
			V 50	Sandra Pestana	585	128403
			V 55	Iolanda Henriques	583	133904
			Benj. A	Fabián Silva	1121	158823
		Leonardo F. Alves		1864	163705	
		Benj. B		Elias Silva	1642	169670
				Francisco G. Freitas	1626	169747
				Lucas Fernandes	1627	169740
		Infantil	Bernardo Dias	1860	152834	
Dinis N. Gonçalves	1637		169679			
Guilherme Nunes	1862		142841			
Iniciado	Abel Kerekes		1643	169675		
	André D. Silva		1859	165710		
	Dino Freitas	1861	152785			
Juvenil	Bernardo Teixeira	1858	126774			
	João Pedro Neves	1854	127115			
	Rafael Baroca	1465	148131			
	Senior	Carlos R. Brito	581	148341		

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Mykhailo Kushka	592	166589
		sub 23	Diego Cisneros	587	148353
			Manuel Nunes	1007	166085
		V 35	Fábio Vaz Gonçalves	1120	145733
		V 40	Mário Baroca	579	166320
		V 45	Aldino Roque	1134	154346
			Christophe Afonso	593	149325
			João P. Nunes	586	163596
		V 50	António Silva	588	154355
		V 55	Carlos M. Nunes	1117	169674
			Carlos Ramos	584	128309
			Justino Soares	582	154344
CFCARV	M	V 55	Miguel Dias	594	137313
		V 60	Rui Dias	596	128979
		V 65	José António Spínola	595	127438
CKC	F	Senior	Laureen Teixeira	287	145939
	M	Senior	Leandro Coelho	295	163420
			Mauro Barros	285	136832
		V 40	Marco Barros	288	124615
			Mauro Câmara	289	131765
			Ricardo J. Quintal	294	130802
		V 45	Daniel Costa	286	138840
			Élvio Henriques	293	143182
			João A. Freitas	290	124762
		V 50	Carlos Fernandes	292	128465
		V 60	Raúl Mendes	291	128551
CMOF	F	Senior	Carolina I. Nunes	971	168226
			Dana Honzáková	602	166549
			Joana Abreu	1194	160428
			Regina Baptista	1139	146857
			Sofia Inácio	597	154522
			Tânia Silva	622	140475
		V 35	Rafaela Inácio	1192	161186
		V 40	Célia Bairos	1094	161627
			Donita Barradas	1305	132815
			Ester Santos Alves	970	132039
			Isabel Gonçalves	1067	158701
			Lucília Quintal	1238	170029
			Micaela Martins	1283	127986
			Neide Vieira	1096	129726
		V 45	Dina Aveiro	613	158652

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Judite Pestana	623	159240
			Tânia Gaspar	615	128640
		V 50	Nivalda Perdigão	599	135383
			Paula Henriques	618	161960
		V 55	Nina Moura	1144	139345
		V 60	Solange Ferraz	1235	131890
	M	Infantil	Lourenço Jesus	1851	146121
		Senior	André F. Ferreira	972	154464
			Fábio Pereira	601	126378
			João M. Faria	1242	149272
			João Pita	1160	158715
			Marco A. Marques	1237	146923
			Steven Martins	612	146888
			Vítor F. Jesus	1070	126681
		sub 23	Francisco Furtado	1071	159384
		V 35	Amílcar Fernandes	1284	135374
			Dinarte Jesus	621	126087
			João Marques	625	147504
			João N. Freitas	614	165263
			Luís M. Caldeira	611	149505
			Ricardo Giestas	1236	159143
			Ricardo N. Ferreira	598	163555
			Rúben Reis	1195	160430
			Sérgio Furtado	1051	159019
			Sérgio Jesus	20002	124624
		V 40	Alexandre Nogueira	20007	166051
			Bruno Magalhães	1193	135209
			João Basílio	20001	159208
			José António Reis	624	147491
			Luís de Sousa	1138	148574
			Luís Vieira	973	134916
			Marco Vieira	610	126077
			Nuno Gomes	1095	139446
			Ricardo Silva	20000	126970
		V 45	Adriano Furtado	626	159336
			António Ferraz	1026	137497
			Cláudio Jesus	616	128669
			Mário Freitas	605	127141
			Nuno D. Faria	974	155743
			Paulo A. Martins	1027	168553
			Paulo Perdigão	600	126563

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Paulo Rodrigues	1112	126566
			Raúl Ribeiro	20003	126842
			Rui Abreu	1113	152778
			Rui Martins	619	125816
			Sidónio Freitas	1210	140688
			Vítor Sousa	627	126075
		V 50	Miguel N. Henriques	620	155143
			Paulo Milheiro	604	127978
			Ricardo Baptista	609	128306
			Sérgio Perdigão	1285	126083
		V 55	Agostinho P. Fernandes	607	153013
			Quintin Barry	608	125759
		V 60	Bruno Castanha	1126	153739
			Jorge Casaca	617	141751
		V 65	Justino Nóbrega	603	133512
			Poncin Patrick	606	163528
CNSV	F	Benj. B	Leonor Batista	1848	149609
		Infantil	Francisca Vieira	1849	147885
		Iniciado	Sara Amaral	1850	150665
		Senior	Ana Luísa Roda	328	163798
			Mariana Oliveira	305	141923
		V 35	Ekaterina Zubareva	323	149478
			Fabiana Gonçalves	324	134489
			Margarida Barros	307	156569
			Sílvia Sousa	304	139662
		V 40	Liliana Cardoso	325	145623
			Sandra Capontes	296	136617
			Vânia Rodrigues	321	166376
			Vera Rodrigues	310	158188
		V 45	Carla Caires	314	141634
			Delina Gomes	317	136623
			Nélia Batista	315	146140
		V 50	Conceição Ferreira	332	168538
	M	Infantil	Lino Fernandes	1600	169912
			Martim Batista	1847	149399
		Senior	António M. Silva	330	168106
			Gil Miguel Silva	1085	138386
			Nélson Afonso	319	152887
			Ruan Rodrigues	1295	171037
		V 35	Francisco P Teixeira	331	158538
			Gabriel Gouveia	300	146692

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Gonçalo R. Gonçalves	306	142785
		V 40	Albino Batista	316	147527
			André Luís	326	153430
			Dino Costa	302	158121
			Eduardo Cadima	297	135089
			Filipe Teles	299	134850
			Guilherme Gomes	313	147636
			Hélio Antunes	327	163462
			José D. Ferreira	320	167041
			Miguel Nóbrega	308	146004
			Pedro D. Gomes	301	162371
			Ricardo Gomes	298	145583
			Roberto S. Nóbrega	309	146006
			Urbano Faria	303	128696
			Vítor Viríssimo	312	134885
		V 45	Cristóvão Rodrigues	311	134851
			Luís Alves	990	161691
			Nuno M. Rodrigues	1018	169110
		V 50	Alberto Pinto	329	158840
			José Rui Rodrigues	318	152789
		V 65	José Mendonça Faria	322	128690
CPC-M	M	Senior	Rúben da Silva	1149	169833
			Rúben Fernandes	1150	169830
			Valério Pedro	1151	169832
		V 35	Agostinho Ferreira	1167	169898
			José Daniel Caires	1170	169896
			Luís M. Vasconcelos	1152	169814
		V 40	Fábio Marques	1169	169897
			Luís A. Rodrigues	1173	169908
			Nuno Matado	1209	170062
		V 45	António Faria	1168	169900
			Marco Bacanhim	1171	169895
			Rui da Silva	1175	169893
		V 50	Leonel Morais	1174	169894
			Luís J. Rodrigues	1172	169892
		V 55	José D. Nóbrega	1147	163545
CPCL	M	V 55	Francisco JHenriques	336	153950
		V 60	José Olim	334	131873
			Manuel Pestana	1261	165052
			Paulo de Abreu	335	131324
		V 65	Abraão Vieira	986	168932

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Eleutério Brito	337	153266
			Heliodoro Freitas	338	146078
		V 70	Tiago Brito	333	130300
CPPM	M	V 45	Roberto Sousa	342	131169
		V 50	Abel França	341	131477
		V 65	João Conceição	1068	131175
		V 70	Armando Mendonça	340	131126
			Fernando Júnior	339	131125
CSJG	M	Senior	Flávio Sousa	1346	158076
			Gonçalo Lira	1217	170006
			João Pedro Gomes	1137	166440
		V 35	Fábio Martins	1100	148861
			Luís M. Vieira	1219	150067
			Paulo Franco	1220	140220
			Ricardo Faria	1099	147272
		V 40	Alberto Escórcio	1218	166309
			Énio Pestana	1211	166636
			Juan Vieira	344	135141
		V 50	Aldónio Aveiro	1101	132972
			Marco P. Freitas	343	156874
		V 55	Martinho Fernandes	1102	150662
CSM	F	Benj. A	Clara Câmara	1483	171028
			Eva Pereira	1458	171054
			Francisca Dantas	1691	168773
			Inês Silva	1829	164531
			Maria Neto	1828	163890
			Mariana Rodrigues	1820	168359
			Sofia Neves	1461	171044
			Valeska Abreu	1830	163408
		Benj. B	Ariana Tipene	1501	170847
			Beatriz S. Pereira	1821	168449
			Carolina Martins	1601	169266
			Inês Luís	1460	171047
			Júlia Soares	1822	163852
			Luciana Negrinho	1490	170930
			Madalena Neto	1825	152771
			Margarida F. Pereira	1457	171045
			Mariana Franco	1486	171023
			Sarah Rodrigues	1826	162572
			Vitória Silva	1444	171375
		Infantil	Adriana Freitas	1845	155969

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
		Iniciado	Alexandra Aguiar	1844	144306
			Cristina Neves	1846	163948
			Francisca Cortinhas	1838	154307
			Francisca Martins	1606	147743
			Iara Tembe	1659	163539
			Inês E. Fernandes	1837	162667
			Taísa Pires	1401	171897
		Junior	Amelie Schumann	1604	169071
			Beatriz F. Freitas	1743	158232
			Joana Viveiros	1741	128826
			Taísa Silva	1742	130007
		Juvenil	Ana Vieira	1842	146936
			Estela Martins	1843	139564
			Jéssica Fernandes	1823	139340
			Sofia R. Gonçalves	1834	157466
		Senior	Alexandra Oliveira	1735	126525
			Beatriz moniz	1734	137654
			Bruna Varela	1744	123662
			Carlota Spínola	1736	124956
			Carolina Duarte	1738	126406
			Catarina Rosa	1544	124634
			Filipa Vasconcelos	1536	137446
			Inês Cunha	1740	125341
			Kidline Gomes	1739	129619
			Lara Glória	1728	130813
			Miriam Tavares	1567	130399
			Tânia Caires	1500	130707
			Vera Portela	1745	123240
		sub 23	Alexandra Silva	1747	125540
			Ana Beatriz Gomes	1731	124807
			Maria João Esteves	1732	128353
			Patrícia Alminhas	1729	125762
		V 35	Cândida Bairrada	1737	123242
			Filipa Freitas	937	124533
		V 45	Melissa Tipene	1396	172152
	M	Benj. A	Afonso Caires	1489	171030
			João H. Jesus	1819	168591
			Leandro Melim	1455	171068
			Matias Nunes	1484	171031
			Noah Pinto	1818	162856
			Simão Santos	1462	171036

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Tamehana Tipene	1402	171964
			Zachariah Roberts	1407	171857
		Benj. B	Afonso M. Silva	1485	171026
			Diego Abreu	1827	163536
			João R. Silva	1350	172459
			Lucas Pereira	1459	171048
			Mateus Cruz	1710	159824
			Matias Vieira	1621	162968
			Miguel Oliveira	1833	158281
			Salvador Faria	1488	171024
			Tiago J. Gomes	1487	171025
		Infantil	Fábio Aguiar	1841	144442
			Gonçalo P. Silva	1824	140310
			Kevin Sousa	1622	168997
			Mateus Belo Jesus	1832	141330
			Pedro M. Gonçalves	1831	148623
			Simão Maltez	1678	163854
			Simão Rodrigues	1839	161030
		Iniciado	Miguel A. Nóbrega	1660	162108
			Vasco Mata	1840	166710
		Junior	João R. Pereira	942	135879
			José Luís Gomes	946	153111
			Richard Andrade	940	167064
		Juvenil	Afonso D. Fernandes	1450	140218
			Gonçalo Mendonça	1836	154909
			Hugo Fernandes	1835	154879
			Tiago Afonso Martins	1607	131084
		Senior	Bruno Viveiros	1746	126413
			Diogo Costa	1733	137198
			Élvio Escórcio	941	158348
			Luís E. Santos	938	125023
			Mílton Ferreira	1748	124955
		sub 23	Guilherme Neves	1605	135699
			Igor Silva	1730	151136
			Rodrigo F. Marques	1341	172138
		V 35	Bruno E. Pereira	945	153913
			Luís A. Vasconcelos	944	160017
		V 40	Rúben Teixeira	943	147725
		V 60	Teodoto Silva	939	140020
ECFC	F	Senior	Fátima Caires	357	168001
	M	Senior	André Sequeira	1301	167964

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Davide Pereira	356	168012
			Jorge M. Gonçalves	998	157812
			José Gonçalves	1302	128026
			Manuel Lourenço	1316	168056
			Miguel Leça	1335	171713
			Paulo Mendes	358	167963
		V 35	Pedro Perregil	997	163299
			Rúben Gouveia	1317	171396
		V 40	Arlindo Carvalho	355	142860
			José M. Teixeira	352	130344
			Luís Freitas	351	167889
			Manuel N. Fernandes	353	163300
			Marco G. Pereira	354	135918
		V 50	José Barbosa	350	157815
		V 60	José M. Silva	349	166912
GCPS	M	V 35	Bruno A. Rodrigues	1323	152309
			Nuno Lopes	1322	148149
		V 40	Maurílio Silva	20006	172150
		V 45	Ramiro Correia	20004	156176
GDC-M	F	Iniciado	Ana Jardim	1816	153849
		Junior	Beatriz Lameiras	1158	156228
			Filipa Jesus	394	165253
		Juvenil	Ana Correia	1815	141356
		Senior	Catarina Gonçalves	396	128523
		sub 23	Ana Abreu	404	138090
			Carolina Boulhosa	419	140163
		V 35	Joana G. Freitas	385	148995
		V 40	Ana Isabel	410	158497
			Anabela Ribeiro	401	168258
			Andreia João	391	139549
			Carmen Silva	411	141674
			Dina Viveiros	389	144497
			Filipa Calaça	416	129178
			Joana Alves	371	127158
			Luísa A. Martins	1153	149435
			Rubina Ribeiro	1145	149421
			Sandra Caires	1108	134888
			Tânia P. Nascimento	383	163098
			Telma Gonçalves	422	149434
			Yenny Pestana	1109	134922
		V 45	Andreia M. Pereira	1345	172404

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Cláudia P. Nóbrega	1107	139202
			Filipa José	368	124801
			Marla Vieira	373	129062
			Neli Rodrigues	380	152936
			Sónia Rodrigues	388	134881
		V 70	Maria Tavares	377	126901
	M	Benj. B	Lucas Coelho	1813	148964
		Infantil	Nayan Duarte	1817	157778
		Iniciado	Martim Silva	1814	144904
		Juvenil	Nuno Bettencourt	1644	169496
		Senior	André Abreu	1110	134884
			Diogo Marques	1114	168840
			Diogo Velosa	1084	161440
			Francisco Correia	398	152415
			José Xavier Sousa	415	140832
			Júlio E. Gonçalves	1268	170332
			Pedro de Sousa	1177	169951
		sub 23	Fábio Nunes	397	140148
			João Bettencourt	359	146185
		V 35	Alexandre Pereira	405	168140
			Bernardo J Fernandes	1200	170034
			Eduardo Teles	374	140334
			Pedro Marote	1206	169977
			Telmo Jesus	407	134894
		V 40	Alberto Aguiar	1275	126039
			António B. Viveiros	390	146705
			Joaquim Magalhães	384	160092
			Jorge Calaça	417	127898
			Livramento Santos	378	157442
			Luís Nélio Silva	409	158488
			Mário Francisco	414	129636
			Paulo Coelho	412	141744
			Tony Serrão	379	128155
		V 45	Alberto Jardim	363	126867
			Aurélio Góis	392	126372
			Carlos Brito	1111	134925
			Daniel Borges	386	134918
			Dinis H. Freitas	420	149436
			Élio Aveiro	408	158487
			Emanuel Rodrigues	381	153045
			Fábio Barros	369	155976

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Humberto Gonçalves	421	128119
			João C. Duarte	360	135124
			José M. Caires	413	129346
			José Navarro	403	124672
			Lino Santos Silva	387	134880
			Marco Teixeira	367	126437
			Nelson Fernandes	365	125198
			Paulo Fernandes	395	128993
			Rafael Vieira	418	142486
			Ricardo Quaresma	366	146011
			Rogério Andrade	406	141723
			Rómulo Ascensão	393	141712
			Rui Neves	399	147260
		V 50	Armando Vieira	1215	170109
			Duarte Bettencourt	364	127975
			Gilberto Correia	400	125016
			Luís de Abreu	402	134883
			Luís M. Abreu	1331	171981
			Marco Barbeito	1106	134911
			Ricardo Manuel	1159	139720
		V 55	Daniel Serrão	382	146430
			João Chambel	1240	170336
			Jorge Shone	375	138938
		V 60	Horácio Rodrigues	370	125164
			Joaquim Fernandes	372	125187
			Paulo J. Gonçalves	376	128456
GDE	F	Benj. A	Beatriz Leitão	1437	171546
			Camila Mendez	1482	170981
			Carolina A. Vieira	1471	170984
			Catarina S. Oliveira	1472	170983
			Valéria da Silva	1473	170982
		Benj. B	Ana Heloísa Pestana	1550	160007
			Constança Pinto	1560	160557
			Diana Barros	1469	170986
			Inês Marques	1558	160542
			Margarida Costa	1670	154710
			Matilde Faria	1548	164974
			Matilde Ornelas	1557	164989
			Raquel Gonçalves	1506	165158
			Raquel Medeiros	1481	170969
			Yara Silva	1470	170985

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
		Infantil	Ana Margarida Silva	1474	170895
			Beatriz Carvalhido	1563	160544
			Beatriz Gomes	1654	169205
			Beatriz S Pereira	1418	171834
			Bianca Ferreira	1411	171842
			Círia Leixo	1421	171802
			Eva Velosa	1518	166242
			Iara Vieira	1526	160005
			Inês Jesus	1409	171852
			Jéssica Oliveira	1448	171364
			Júlia Rosa	1562	160002
			Lara Pinto	1422	171801
			Leonor Dias	1590	158915
			Leonor Mondim	1530	166398
			M ^a . Leonor Fernandes	1446	171366
			Mafalda Brito	1423	171800
			Mafalda Santos	1648	169595
			Mariana S. Rodrigues	1412	171841
			Nicole Melo	1410	144946
			Sofia F. Freitas	1531	166399
			Sofia L. Freitas	1521	166141
		Iniciado	Ana M. Camacho	1424	171799
			Beatriz H. Gonçalves	1529	147433
			Carolina Pita	1712	147435
			Francisca C. Gouveia	1540	157394
			Lígia Oliveira	1527	157388
			Michelle Maggiorani	1649	169545
		Junior	Filipa Ferreira	1719	131220
			Francisca Pestana	1669	142899
			Marta Faria	1695	130569
		Juvenil	Catherine Serrão	1812	161737
			Inês Dias	1595	157034
			Letícia L. Abreu	1520	166142
			Margarida Nóbrega	1593	158916
			Mariana Silva	1811	154239
			Solange Nunes	1655	142513
		Senior	Ana Monteiro	1143	123414
			Camila João	954	125892
			Cátia Santos	98	124388
			Daniela Sousa	952	126384
			Inês Cruz	1726	157052

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Lucinda Gomes	1584	123666
			Patrícia Silva	1630	123802
			Sara Rodrigues	953	124751
			Sofia Duarte	1589	124330
		sub 23	Ana Cris. Ferreira	1722	131221
			Ângela Silva	1582	132148
			Catarina Karas	1723	124035
			Diana Andrade	1587	127300
			Mariana Pestana	1651	131334
			Milena Lucena	1615	133001
		V 35	Antónia Borges	1404	139295
			Edna Rodrigues	958	142790
		V 40	Luísa Freitas	948	129895
			Michele Faria	956	124671
		V 45	Miriam Paurat	983	168776
		V 55	Ana Paula Sousa	1727	162674
			Luísa Monteiro	957	135147
	M	Benj. A	Elerick Ponce	1468	170987
			Mateus Vieira	1476	170958
			Rui Vieira	1477	170960
			Salvador Franco	1479	170964
			Tiago Aguiar	1478	170961
		Benj. B	Afonso Aguiar	1555	161021
			Bernardo Ornelas	1561	165940
			Carlos Barros	1553	164976
			Diogo A. Silva	1551	165989
			Gonçalo N. Sá	1547	164972
			Guilherme Moraes	1556	160556
			Hugo Pontes	1480	170965
			João M. Abreu	1549	160550
			João Silva Sousa	1507	170721
			Lourenço Pita	1559	164975
			Lucas Aguiar	1554	160547
			Lucas Ferreira	1510	170670
			Tiago Guerra	1552	159998
			Urbino Santos	1475	170896
		Infantil	Daniel Pontes	1413	171840
			David Pinto	1511	170648
			Diego Dinis	1467	171027
			Diogo Mendes	1420	171803
			Élton Rodrigues	1419	171832

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Francisco F. Figueira	1463	169289
			João Paulo Figueira	1447	171365
			João Pedro Gonçalves	1445	171377
			Jorge Camacho	1522	160553
			Juan Andrade	1466	171029
			Luís H. Nunes	1656	169033
			Marcos Faria	1528	147434
			Ricardo Nuno	1464	169282
			Salvador Gomes	1417	171835
			Simão Barradas	1523	160551
			Tiago Baeta	1415	171838
			Tiago S. Ferreira	1525	160546
			Tomás Pontes	1414	171839
		Iniciado	António B. Freitas	1596	157389
			Diogo Vieira	1533	166402
			Gonçalo F. Almada	1509	170649
			Guilherme R Ferreira	1539	161834
			Leonardo Costa	1408	171880
			Luís André Barros	1524	160549
			Martim Pinto	1532	166400
			Martin Gouveia	1416	171837
		Junior	Alejandro Mota	1591	151122
			Bruno Pita	1721	128139
			Fernando Nóbrega	1720	145403
			Francisco A. Pereira	1652	151776
			João da Silva	1573	170053
			Pedro Monteiro	959	127764
			Sérgio Pereira	1574	170054
		Juvenil	Eric Vieira	1575	170052
			Hugo Sapeta	1599	157041
			Ígor Xavier	1519	166144
			João M. Costa	1597	160003
			Lourenço A. Viveiros	1653	155451
			Lucas Faria	1693	126981
			Luís Afonso Neves	1436	171547
			Luís Ribeiro	1598	157036
			Pedro H. Ferraz	1592	161727
			Santiago Peña	1594	151113
		Senior	César Baeta	955	168460
			Davide Teixeira	1403	129165
			Edgar Remédios	1583	123613

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Hugo Rocha	1724	125013
			Humberto Pires	949	129995
			João Alexandre	1585	125625
			José Teixeira	1264	133244
			Micael Franco	1325	127129
			Miguel Mascarenhas	1717	123806
			Pedro A. Freitas	1640	126581
			Samuel Remédios	1725	123215
		sub 23	Diogo M. Freitas	1614	128493
			Miguel Moreira	1588	149996
			Moisés Faria	1692	130573
			Pedro Buaró	5	125229
			Rodrigo Barros	1641	141082
			Rodrigo Rito	1716	139410
		V 35	Diogo Sousa	1718	124636
			Pedro Silva	960	140511
		V 45	Lourenço Barcelos	950	127388
			Luís Gil	1586	125475
		V 50	Énio Freitas	1128	135280
			Pedro Nuno Freitas	1633	139218
		V 55	Alexandre Monteiro	951	124259
			Paulo M. Gonçalves	947	127426
		V 70	Rui Antunes	1545	162675
GRCC	F	Juvenil	Jeni Afonso	1508	159779
		V 40	Cristina Jesus	425	152713
		V 45	Anna Afonso	428	157703
			Teresa Coelho	440	139332
		V 50	Dina Capelo Silva	432	146291
			Elsa Sousa	426	158707
	M	Junior	Nuno Coelho	438	145981
		Senior	Tiago M. Coelho	433	162796
		sub 23	Hélder Sousa	429	161015
		V 35	André G. Rodrigues	434	162823
		V 40	João Guerreiro	437	167966
			Luís A. Nóbrega	436	149108
		V 45	Duarte Coelho	439	126111
			Gonçalo da Silva	431	131438
			João José Sousa	427	158706
		V 50	Bruno Franco	985	168698
			Humberto A. Rodrigues	435	149310
		V 55	Duarte Camacho	430	140620

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE	
IND-M	F	Benj. A	Beatriz C. Gonçalves	1451	171305	
		Infantil	Joana Serrano	1856	163771	
		Juvenil	Júlia Martins	1810	158540	
		Senior	Cristina Arreirol	1318	171652	
			Tânia Pita	1347	149776	
		V 35	Liliana Serrano	589	163779	
		V 40	Cláudia S. Freitas	1278	170714	
			Cristina Brazão	631	161270	
			Laurina Zijgers	1092	169394	
			Susana Alegria	633	162872	
		V 45	Belina Freitas	1291	163491	
			Lucília Pestana	636	161405	
		V 50	Cristina Martins	424	124865	
		V 55	Dores França	645	157601	
			Olívia Policarpo	968	140377	
		M	Junior	Christian Dias	1093	157323
	José Garcia			1248	170438	
	Tiago Serrano			591	147108	
	Senior		André A. Gonçalves	1321	129268	
			Gonçalo Valério	639	143609	
			Nuno Oliveira	20008	139068	
			Ricardo L. Silva	999	153654	
			Rúben Freitas	1022	146644	
			Rúben Paixão	976	158776	
			Tiago Felizardo	650	168606	
			V 35	Arsénio Ornelas	1270	170470
				Rodrigo Dionísio	1709	125479
			V 40	Daniel Gomes	643	167922
	Dinarte Garcês			1286	141977	
			Hélder Rodrigues	1307	170425	
			Óscar Coelho	629	158654	
		Roberto Telo	632	162933		
Rui Serrano		590	163781			
V 45	Alejandro Rodrigues	640	159379			
	Décio Santos	630	141959			
	J. P. Sousa	1116	126451			
	José H. Gouveia	637	161406			
	Nuno Maciel	1303	171169			
	Rogério Franco	638	163257			
V 50	Carlos Carichas	1280	127088			
	Carlos Maligno	641	151601			

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Victor Correia	1119	152501
		V 55	Carlos Manuel Reis	1243	162722
			João M. Freitas	649	132313
			José Hilário	644	163702
			Nuno Gonçalves	1225	125786
			Rui Carvalho	628	130567
		V 60	Dinarte Pereira	647	125643
			Sidónio Fernandes	1140	133015
		V 65	António Araújo	646	166407
			Arlindo Freitas	1279	139726
			Peter Benjamin	1348	172456
		V 70	António Ferreira	642	123939
			Élvio T. Silva	634	159350
			João C. Afonso	635	158247
JAC	M	Benj. B	Júlio Serrão	1809	149085
		Junior	Gonçalo N Fernandes	1024	145376
		V 35	Luciano A. Jardim	655	142672
			Miguel Barros	1183	147991
			Rúben Serrão	658	146472
		V 40	Dario Gonçalves	1287	170874
			Emanuel Soares	652	145766
			Johnny Fernandes	1340	172088
			Sandro Silva	654	146519
		V 45	José A. Jesus	653	146821
		V 50	Sandro Rodrigues	657	146619
		V 60	António Ganança	659	142678
			João Jardim	660	130049
		V 65	Luciano Jardim	656	128732
JROXO	F	V 55	Dulce Lima	977	148462
			Maria F. Silva	978	148344
		V 60	Goreti Rôxo	982	148404
	M	V 55	Luís Rôxo	979	148380
		V 60	Adelino Rôxo	981	153316
			Manuel Sardinha	980	147674
LCM-M	F	Iniciado	Margarida Góis	1636	142631
		Juvenil	Mariana Góis	1714	126668
		Senior	Tânia Assunção	1123	144136
		V 35	Cátia Vieira	666	141162
		V 40	Carina Góis	665	126974
			Carla M. Neves	1015	127079
		V 45	Catarina Serrão	664	126551

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
		V 50	Ana Marote	964	126620
	M	Benj. A	Francisco Antunes	1610	169735
			Lourenço Medeiros	1512	170630
		Iniciado	Francisco G. Nóbrega	1685	161910
			Frederico L. Antunes	1686	142787
		Junior	Rodrigo Vieira	1224	147379
		Juvenil	André F. Gomes	1566	148581
			Luís D. Mendonça	1619	165132
			Rúben F. Mendonça	1715	159723
			Rúben Rodrigues	1635	155034
		Senior	Adriano Olim	667	145965
			Bruno Freitas	662	126320
			Marco Aveiro	1124	144132
			Raúl Alves	671	141068
		sub 23	Pedro Prioste	1009	126121
		V 35	Luís F. Fernandes	1263	126274
			Sérgio Aveiro	967	145414
		V 40	Frederico Antunes	1014	126633
		V 45	Bruno Góis	663	126973
			Marco Rosário	661	126669
			Mário S. Rodrigues	1016	131886
			Miguel Nóia	1246	155693
			Nuno Alves	669	161715
			Patrício Lopes	668	160961
			Renato Nóbrega	1118	135005
			Rui Gouveia	672	146165
			Sérgio Berenguer	1011	168957
		V 50	João Prioste	965	126664
			José M. Mendonça	1245	157456
			Vítor S. Rodrigues	1010	131745
		V 55	Emanuel Barreto	1334	132629
		V 60	Paulo Silva	670	126296
		V 65	Manuel Carvalho	1008	126369
MCDON	M	Juvenil	Santiago Faria	1808	141936
		Senior	Fábio Conceição	1290	134877
		V 40	Juan Gonçalves	678	128605
			Maurício Santos	674	128342
		V 45	Filipe Faria	676	128318
		V 50	Marcelo Vieira	675	130432
		V 55	Paulo Nuno Gomes	682	130228
		V 60	João Luís Fernandes	679	129107

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Rogério Nunes	681	128380
		V 65	Francisco Viegas	677	128415
MSC.L	F	sub 23	Anita Vares	685	139459
		V 50	Iva Branco	692	139713
			Luz Soares	687	127712
	M	V 40	Rúben F. Sousa	689	127193
		V 50	João Sousa	683	149619
		V 55	André Macieira	691	127879
			João G. Costa	684	127005
			Paulo Martins	688	151538
		V 60	Gerardo Silva	690	127900
		V 65	Jacinto Santos	686	127890
MTT	F	Senior	Cris Pereira	718	167884
			Érica Silva	706	161158
			Iva Stechova	717	168206
			Mónica Camacho	1179	169955
		V 35	Catarina Barbosa	714	158404
			Liseth Rodrigues	1353	172488
			Olga Sapach	715	168178
		V 40	Dora Câmara	700	131665
			Elena Vaseva	694	165948
			Juliana Bettencourt	695	149356
			Sónia Mendes	704	163200
		V 45	Graciela Chaves	698	131666
		V 50	Iva Freitas	696	159386
			Sara Figueira	697	157860
	M	Senior	Cláudio Abreu	707	134716
			J. Nuno Pereira	711	131790
			Johann Ferreira	716	167911
			Samir Silva	719	168406
		V 35	Carlos J. Gouveia	709	131667
			Edgar Silva	702	155259
			Magno A. Mendes	713	163206
			Nuno Mendes	705	163203
		V 40	Aleksandr Vasev	708	166358
		V 45	Gonçalo Viveiros	693	165566
			J. João Fernandes	703	141426
			Lília Andrade	1304	171135
			Narciso Chaves	712	131664
			Paulo Leão	701	135531
			Sidónio Nunes	710	139759

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
		V 50	Frederico Silva	699	131876
		V 55	Paulo Dória	1297	171080
NHR	F	sub 23	Fátima C. Fernandes	1057	146053
		V 40	Sandra Franco	1064	146095
		V 50	Isabel Dias	1060	161119
		V 55	Maria Marçal	1059	158927
		V 60	Amélia Andrade	1061	146029
			Sidónia Hilário	1063	145958
	M	Senior	Élvio Costa	1056	145972
		V 45	Albino Olim	1065	145904
			Emanuel Fernandes	1066	145910
			Miguel Diniz	1058	146027
			Renato F. Nóbrega	1062	145973
R-TRM	M	Senior	Fabiano Abreu	725	158643
		V 40	José Sá	724	158438
			Sérgio A. Jesus	726	158114
		V 45	Domingos Andrade	722	163166
		V 50	Amândio Correia	727	156678
			José T. Correia	720	158285
		V 55	José Freitas	723	158078
		V 65	Fernando Lopes	721	158115
SCM-M	F	V 40	Cesénia Faria	733	130232
			Vanda Abreu	732	130912
		V 45	Carla Fernandes	734	141072
		V 50	Nélia Gouveia	730	136650
	M	Senior	Ivan Correia	737	125985
		V 45	Adérito Gouveia	729	136625
			Carlos A. Faria	738	130198
			Paulo Marques	731	130193
		V 50	Nelson Rosário	736	126947
		V 55	Paulo Campos	735	137404
		V 60	Paulo Carreira	728	128296
VALOUR	F	V 50	Dalila Reis	740	136641
			Fernanda Silva	739	159327
VIP-RC	F	Senior	Ania Rosa	41	166594
			Débora Mª Silva	1025	123329
			Sandra Conceição	30	166513
			Sara Afonseca	29	157649
			Tânia S. Freitas	26	147892
		V 35	Micaela Oliveira	36	152457
		V 40	Ana Luís	47	160038

Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			Belinda Rodrigues	53	126280
			Clésia Teixeira	28	156397
			Luzia Camacho	24	140269
		V 45	Alice Sousa	54	135763
			Ana Amorim	0	153000
		V 50	Cristina N Fernandes	27	156351
			Noélia Margarido	1336	163718
		V 55	Cecília Andrade	40	125916
			Felicidade Soares	21	130717
		V 60	Luísa Ramos	43	127947
			Maria José Jardim	22	130887
	M	Senior	Carlos D. Silva	34	149358
			Dinarte Gomes	1196	170008
			Filipe Aveiro	966	152026
			Manuel Fernandes	50	129182
			Paulo C. Gonçalves	37	125143
		V 35	Diogo Andrade	42	138383
			Ivan Nunes	31	125596
			Roberto Prioste	45	130869
		V 40	José Franco	56	128073
			Luís T. Coelho	7	136735
		V 45	Aires Afonseca	35	151271
			Duarte P. Pereira	25	146131
			Moisés Luz	1191	169976
			Nuno Dias	9	128797
			Nuno Margarido	46	141359
			Rodolfo Alves	1097	126697
			Vítor M. Martins	8	148569
		V 50	Adelino Camacho	51	130130
			Bruno Gouveia	52	130343
			Eugénio Pinto	19	130082
			Luís Ferreira	32	127303
			Nélio Faria	17	129963
			Paulo Margarido	10	127151
		V 55	Filipe Nunes	1086	129880
			Gabriel de Freitas	16	129923
			Horácio Alves	6	140336
			Hugo J. Fernandes	38	163713
			Jacinto Mendonça	1247	170440
			Jorge Policarpo	12	129441
			José Caldeira	11	128876



Lista de Atletas Filiados

2021/2022

Total: 1939 atletas

Clube	Sexo	Escalão	Nome de Competição	Dorsal AARAM	Licença LINCE
			José Custódio	15	129771
			Manuel Andrade	39	125914
			Ricardo Franco	44	146582
			Rui Alberto Silva	14	129756
		V 60	Eleutério Luís	23	131500
			Gilberto Freitas	18	130032
			Gilberto Pinto	55	129300
			Hodório Pereira	20	130180
			João M.F. Ornelas	48	128255
			Jorge Mendes	1146	125364
			Orlando Cardoso	33	129752
		V 65	Rui Castro	13	129831