



Federação Portuguesa de Atletismo

Comunicado de Resultados Campeonato Nacional de Estrada Lisboa

Jornada de: domingo, 13 de Janeiro de 2013

1303006

15.000 Metros (Fem)				15.000 Metros (Masc)			
Seniores				Seniores			
1ª Sara Moreira	85 Sen	MCP	4 8 4 8	1º Manuel Damião	78 Sen	MCP	4 5 1 9
2ª Ana Dulce Félix	82 Sen	MCP	4 9 1 5	2º Youssef Kalai	81 Sen	MCP	4 5 2 7
3ª Marisa Barros	80 Sen	SLB	5 0 0 6	3º José Moreira	80 Sen	SLB	4 5 5 9
4ª Anália Rosa	76 Vet	MCP	5 3 1 9	4º Paulo Gomes	73 Vet	CUAB	4 6 0 5
5ª Daniela Cunha	90 Sen	MCP	5 3 4 3	5º Ricardo Ribas	77 Vet	SLB	4 6 2 0
6ª Raíaela Almeida	83 Sen	SLB	5 3 4 5	6º Licínio Pimentel	77 Sen	SLB	4 6 2 0
7ª Carla Martinho	76 Vet	ADERCUS	5 3 5 9	7º Filipe Costa	88 Sen	SLB	4 6 2 5
8ª Ana Mafalda Ferreira	88 Sen	GDE	5 4 2 9	8º Fernando Silva	80 Sen	MCP	4 6 3 1
9ª Joana Nunes	85 Sen	ADERCUS	5 4 5 1	9º Ricardo Dias	84 Sen	CUAB	4 6 3 9
10ª Sara Carvalho	88 Sen	ADERCUS	5 5 0 3	10º António Silva	87 Sen	ACRSD	4 6 5 3
11ª Vera Nunes	80 Sen	SLB	5 5 3 5	11º Pedro Ribeiro	81 Sen	MAC	4 7 0 5
12ª Eunice Tavares	85 Sen	ACRSD	5 5 4 6	12º Rui Muga	84 Sen	GCB	4 7 2 7
13ª Cátia Leitão	92 S23	COO	5 5 4 9	13º Bruno Silva	83 Sen	MAC	4 7 3 3
1 S23				14º Nelson Da Cruz	77 Sen	CRPS	4 7 3 9
14ª Elisabete Azevedo	81 Sen	ADERCUS	5 6 2 2	15º Vítor Oliveira	81 Sen	MAC	4 7 5 1
15ª Tânia Sousa	88 Sen	COO	5 6 4 0	16º Andralino Furtado	92 S23	CPV SLB	4 7 5 3
16ª Filipa Almeida	88 Sen	SLB	5 7 1 8	17º Jorge Varela	80 Sen	CASJ	4 7 5 7
17ª Patrícia Pereira	81 Sen	ACRSD	5 7 3 1	18º Hélio Fumo	83 Sen	SLB	4 8 0 3
18ª Vera Fernandes	85 Sen	AABV	5 8 1 7	19º Alberto Chaíça	73 Vet	SUC	4 8 0 4
19ª Mónica Vieira	75 Vet	CRDA	5 8 3 3	20º Carlos Costa	86 Sen	CUAB	4 8 1 3
20ª Patricia Serafim	83 Sen	IFC	5 8 4 8	21º Ricardo Figueiredo	89 Sen	CAS	4 8 1 7
21ª Andreia Jesus	85 Sen	ACRSD	5 8 5 0	22º Hugo Santos	90 Sen	MAC	4 8 1 8
22ª Lurdes Monteiro	67 Vet	CPM	5 9 0 3	23º Marco Pinto	86 Sen	CAS	4 8 2 4
23ª Cátia Galhardo	88 Sen	COO	5 9 2 5	24º Nuno Lopes	87 Sen	CAS	4 8 2 4
24ª Lidia Pereira	67 Vet	CPM	1 0 0 3 7	25º Gonçalo Borges	84 Sen	ACRSD	4 8 2 7
25ª Mónica Simões	89 Sen	ADERCUS	1 0 0 4 8	26º Tiago Marques	83 Sen	ACV	4 8 5 4
26ª Carina Marques	86 Sen	ADERCUS	1 0 1 0 8	27º Paulo Soares	75 Vet	CASJ	4 9 0 5
27ª Luisa Monteiro	67 Vet	CRDA	1 0 1 2 3	28º Pedro Conceição	89 Sen	COO	4 9 1 7
28ª Lucília Soares	62 Vet	SLB	1 0 1 3 4	29º Luís Lima	71 Vet	CUAB	4 9 1 9
29ª Lurdes Pereira	83 Sen	ACRSD	1 0 2 1 0	30º Pedro Rodrigues	78 Sen	GCB	4 9 2 1
30ª Anabela Tavares	78 Sen	GDJL	1 0 2 1 5	31º Flávio Fernandes	79 Sen	CASJ	4 9 2 2
31ª Cátia Almeida	91 S23	CPM	1 0 2 4 0	32º Luís Mendes	90 Sen	ACRSD	4 9 3 4
32ª Cátia Teixeira	89 Sen	ACRSD	1 0 4 3 9	33º Joel Martins	77 Vet	CUAB	4 9 4 9
33ª Maria Lucas	67 Vet	CRDA	1 0 5 0 4	34º Fernando Mendonça	93 S23	CRPS	5 0 0 9
34ª Luzia Dias	70 Vet	SCP	1 0 6 5 2	1 S23			
35ª Laurinda Ferreira	71 Vet	CPM	1 0 7 0 1	35º José Gomes	77 Vet	CLC	5 0 2 0
36ª Susana Silva	70 Vet	COO	1 0 7 1 9	36º Jorge Pinto	70 Vet	CUAB	5 0 2 4
37ª Rosa Vasíndula	74 Vet	CRDA	1 0 7 2 9	37º Mário Fonseca	81 Sen	ACV	5 0 2 8
38ª Maria Martins	72 Vet	ADRLCE	1 0 8 3 2	38º Bruno Gaspar	82 Sen	ACV	5 0 3 7
39ª Catarina Ferreira	84 Sen	GDJL	1 0 8 3 4	39º Marco Costa	81 Sen	COO	5 0 4 1
40ª Isabel Rodrigues	71 Vet	COO	1 0 9 4 4	40º Luís Martins	93 S23	CAS	5 0 4 4
41ª Cidália Martins	65 Vet	CRDA	1 0 9 5 9	41º Nuno Carraça	89 Sen	URCA	5 1 0 4
42ª Filomena Oliveira	63 Vet	CPM	1 1 0 1 4	42º Pedro Pessoa	66 Vet	CRPS	5 1 1 2
43ª Manuela Folgado	50 Vet	CRLPS	1 1 0 1 6	43º Fabio Oliveira	79 Sen	CLC	5 1 1 3
44ª Ernestina Oliveira	64 Vet	GDJL	1 1 3 4 8	44º Luis Ginja	73 Vet	GDRR	5 1 1 8
45ª Ana Paula Abegao	68 Vet	CLAC	1 1 4 2 0	45º Felisberto Reigado	70 Vet	CASJ	5 1 3 0
46ª Fernanda Nunes	56 Vet	CRDA	1 1 5 3 3	46º Armando Monteiro	74 Vet	CRDA	5 1 4 7
47ª Zulmira Belo	66 Vet	CRDA	1 1 6 1 1	47º Mário Cassaca	72 Vet	COO	5 1 5 0
48ª Joaquina Flores	40 Vet	IND	1 1 8 0 8	48º Luís Baptista	77 Vet	CLC	5 1 5 4
49ª Carla Carloto	86 Sen	ACP	1 1 8 3 5	49º Luís Gomes	81 Sen	ACV	5 2 0 9
50ª Deolinda António	55 Vet	CRDA	1 2 6 1 6	50º João Ferreira	76 Vet	COO	5 2 1 0
				51º Pedro Vieira	89 Sen	MAC	5 2 2 3



criação em movimento
FPA / AAL / Xistarca



RICOH





Federação Portuguesa de Atletismo

Comunicado de Resultados Campeonato Nacional de Estrada Lisboa

Jornada de: domingo, 13 de Janeiro de 2013

1303006

15.000 Metros (Masc)				15.000 Metros (Masc)			
52º	Joaquim Fernandes	74 Vet	GDJL 5 2 2 7	105º	Sérgio Lima	82 Sen	AABV 5 8 1 7
53º	Luis Pinto	75 Vet	CUAB 5 2 3 9	106º	Jorge Amaral	68 Vet	GDJL 5 8 2 2
54º	Alexandre Soares	62 Vet	CRLPS 5 2 5 4	107º	Luis Pereira	59 Vet	BAC 5 8 2 3
55º	Mário Ferreira	81 Sen	COO 5 3 0 2	108º	João Machado	70 Vet	CUAB 5 8 2 4
56º	José Félix	68 Vet	LPSC 5 3 0 5	109º	José Borges	76 Vet	GDJL 5 8 4 1
57º	Martim Nunes	76 Vet	GCAD 5 3 1 5	110º	João Silva	74 Vet	CCRPM 5 8 4 1
58º	Alexandre Monteiro	66 Vet	CRDA 5 3 2 6	111º	António Moreira	72 Vet	NSLF 5 8 4 9
59º	José Antunes	66 Vet	GDRR 5 3 4 3	112º	João Rebelo	93 S23	CAS 5 8 5 1
60º	António Oliveira	70 Vet	ADRLCE 5 3 4 5	113º	Valério Afonso	60 Vet	CFB 5 8 5 3
61º	Olaide Ogunronbi	82 Sen	NGR SLB 5 3 5 4	114º	António A Silva	68 Vet	LPSC 5 9 0 6
62º	Fernando Matos	66 Vet	GCAD 5 4 0 6	115º	Nuno Sebastião	74 Vet	SLB 5 9 1 4
63º	Cesário Simões	69 Vet	MCVC 5 4 0 7	116º	Carlos Moreira	68 Vet	ACRSD 5 9 1 6
64º	Ricardo Oliveira	75 Vet	GDRF-L 5 4 3 2	117º	José A Ribeiro	51 Vet	CLUVE 5 9 3 5
65º	Paulo Albino	77 Vet	CRDA 5 4 3 7	118º	António Dias	59 Vet	CRLPS 5 9 3 6
66º	Sergiy Chonka	73 Vet	UKR ACV 5 4 4 1	119º	Manuel Palmeiro	63 Vet	GCB 5 9 4 4
67º	Pedro Pelado	85 Sen	CRPS 5 4 4 2	120º	José Bragada	63 Vet	GCB 5 9 4 9
68º	Pedro Silva	71 Vet	CRDA 5 5 0 0	121º	Luis Marques	57 Vet	ODIMARQ 5 9 5 6
69º	José Lopes	66 Vet	ODIMARQ 5 5 0 2	122º	Fernando Augusto	57 Vet	LPSC 1 0 0 0 9
70º	Jose Quaresma	68 Vet	SUC 5 5 0 3	123º	António Rodrigues	65 Vet	ACRSD 1 0 0 1 2
71º	António Caneca	72 Vet	ADRLCE 5 5 0 7	124º	Eusebio Rosa	68 Vet	SUC 1 0 0 3 1
72º	José Raimundo	62 Vet	GDRF-L 5 5 0 8	125º	Carlos Coelho	76 Vet	ADRLCE 1 0 0 3 2
73º	Eduardo Cardeira	82 Sen	GDRF-L 5 5 0 9	126º	José Santos	70 Vet	CRDA 1 0 0 3 2
74º	Paulo Simão	69 Vet	GDRF-L 5 5 1 2	127º	Vitor Salvador	71 Vet	ACRSD 1 0 0 3 9
75º	João Dias	71 Vet	CRDA 5 5 2 2	128º	Luis Xavier	69 Vet	CDQ 1 0 0 4 1
76º	Carlos Santos	69 Vet	ACV 5 5 2 8	129º	António Dias	55 Vet	MCVC 1 0 0 5 3
77º	Tiago Godinho	87 Sen	ACRSD 5 5 4 9	130º	António Borges	55 Vet	MCVC 1 0 1 4 1
78º	João Marques	53 Vet	ACRSD 5 5 5 4	131º	João Martins	78 Sen	CDQ 1 0 1 5 8
79º	Vasco Marta	91 S23	GDJL 5 6 0 1	132º	João Farinha	86 Sen	ACP 1 0 2 0 0
80º	João Carvalheiro	67 Vet	CDQ 5 6 1 3	133º	Pedro Salcedas	71 Vet	ACRSD 1 0 2 0 8
81º	José Santiago	66 Vet	CDQ 5 6 1 7	134º	João Brás	64 Vet	ODIMARQ 1 0 2 3 5
82º	Jacinto Correia	64 Vet	MCVC 5 6 1 7	135º	Rui Duarte	83 Sen	ACV 1 0 2 3 8
83º	Orlando Alves	65 Vet	GCB 5 6 1 9	136º	Luis Mota	71 Vet	CLAC 1 0 2 4 4
84º	Alain Couto	73 Vet	ADRLCE 5 6 2 2	137º	Hélder Melo	87 Sen	ACP 1 0 2 4 6
85º	Hugo Ferreira	75 Vet	COO 5 6 2 4	138º	Carlos Ferreira	75 Vet	ADRLCE 1 0 2 4 7
86º	Alberto Mendes	64 Vet	MCVC 5 6 2 4	139º	Bruno Carrilho	81 Sen	ACP 1 0 2 5 7
87º	Hernani Francisco	68 Vet	VFC 5 6 3 1	140º	Luis Seco	58 Vet	GDRF-L 1 0 3 0 7
88º	Paulo Carvalho	69 Vet	CLC 5 6 4 0	141º	Helder Carlos	68 Vet	CRLPS 1 0 3 3 6
89º	Filipe Canário	77 Vet	CASJ 5 6 4 1	142º	Sergio Monteiro	91 S23	IFC 1 0 3 4 0
90º	Manuel Gaboleiro	70 Vet	SUC 5 6 4 5	143º	António Inácio	56 Vet	CRDA 1 0 4 0 1
91º	Rui Chaves	76 Vet	SUC 5 6 4 6	144º	Carlos Antunes	51 Vet	ODIMARQ 1 0 4 0 8
92º	Joaquim Abraços	78 Sen	CASJ 5 6 5 1	145º	Nuno Queija	72 Vet	CFB 1 0 4 3 9
93º	Eduardo Fernandes	67 Vet	CCRAM 5 6 5 8	146º	Filipe Neves	68 Vet	CFB 1 0 4 4 1
94º	Ambrósio Pereira	74 Vet	CRDA 5 7 0 5	147º	Carlos Cardoso	67 Vet	ADRLCE 1 0 4 4 2
95º	Jorge Gonçalves	68 Vet	IND-ST 5 7 1 8	148º	Carlos Lopes	74 Vet	GDJL 1 0 4 4 2
96º	André Trindade	89 Sen	ACP 5 7 3 0	149º	José A Silva	63 Vet	IND 1 0 4 4 2
97º	Paulo Gomes	70 Vet	ADRLCE 5 7 3 1	150º	Eurico Pereira	59 Vet	GDIB 1 0 5 0 2
98º	João Ferreira	86 Sen	GDJL 5 7 3 4	151º	Marco Gomes	74 Vet	CCRAM 1 0 5 1 3
99º	Luis Silva	71 Vet	CPA-S 5 7 3 7	152º	Manuel Silva	68 Vet	ADRLCE 1 0 5 2 6
100º	Vitor Oliveira	89 Sen	CDUL 5 7 4 0	153º	Mário Duarte	58 Vet	GDRF-L 1 0 5 3 1
101º	Francisco Costa	68 Vet	ACP 5 7 4 7	154º	Bernardo Santos	87 Sen	CDUL 1 0 6 1 6
102º	Alcino Nunes	72 Vet	CLAC 5 7 4 9	155º	Alcindo Neves	85 Sen	IFC 1 0 6 1 6
103º	José Santos	64 Vet	ACRSD 5 7 5 0	156º	Marco Santos	74 Vet	CRDA 1 0 6 2 0
104º	José Oliveira Gomes	64 Vet	ADRLCE 5 8 1 5	157º	Armando Aldegalega	37 Vet	SCP 1 0 6 5 0



geração em movimento
FPA / AAL / Xistarca



RICOH





Federação Portuguesa de Atletismo

Comunicado de Resultados Campeonato Nacional de Estrada Lisboa

Jornada de: domingo, 13 de Janeiro de 2013

1303006

15.000 Metros

(Masc)

158º Paulo Brito	71 Vet	JOMA	1 07 00
159º Carlos Nathis	67 Vet	CDQ	1 07 08
160º Luciano Dantas	67 Vet	COO	1 07 20
161º Alexandre Canal	67 Vet	CCRAM	1 07 30
162º Octavio Dias	60 Vet	CLAC	1 07 31
163º Luís Rodrigues	73 Vet	ADRLCE	1 07 51
164º João Albuquerque	64 Vet	ACP	1 08 04
165º Bernardino Pereira	36 Vet	FIXES	1 08 16
166º Alvaro Reis	63 Vet	ADRLCE	1 08 31
167º Nuno Barata	77 Vet	CFB	1 08 36
168º Augusto Silva	53 Vet	ADRLCE	1 08 49
169º Joaquim Martins	63 Vet	CLC	1 09 04
170º Jose Vicente	54 Vet	CLAC	1 09 13
171º José Figueiredo	49 Vet	GDIB	1 09 16
172º Henrique Santos	80 Sen	CUAB	1 09 20
173º Joao Martins	62 Vet	CUAB	1 09 21
174º Carlos Marques	70 Vet	CRDA	1 09 23
175º José Pajinha	60 Vet	CRDA	1 09 37
176º Daniel Lopes	87 Sen	ADRLCE	1 10 02
177º Joaquim Carmo	66 Vet	CUAB	1 10 16
178º José Serpa	45 Vet	GDIB	1 10 21
179º João Joaquim	47 Vet	CLAC	1 10 44
180º Manuel Amorim	63 Vet	ADRLCE	1 11 18
181º José Santos	55 Vet	CLAC	1 11 20
182º Joaquim Gomes	54 Vet	ADRLCE	1 11 46
183º Pedro Canelas	72 Vet	LPSC	1 11 57
184º José Neto	57 Vet	CRDA	1 12 09
185º José Fernandes	52 Vet	ADRLCE	1 13 38
186º Diamantino Cruz	58 Vet	GDRF-L	1 13 57
187º Henrique Linares	53 Vet	GDIB	1 14 07
188º Fernando Marques	49 Vet	IFC	1 15 02
189º Vitor Ferreira	64 Vet	CPA-S	1 15 50
190º Elísio Pereira	49 Vet	ADRLCE	1 16 27
191º Nuno Marques	74 Vet	IFC	1 17 16
192º Jeremias Ribeiro	43 Vet	IFC	1 18 06
193º Antonio Paixao	50 Vet	CLAC	1 18 18
194º Carlos Marques	37 Vet	LPSC	1 19 21
195º Manuel Maia	40 Vet	CLAC	1 21 27
196º Joaquim Barbosa	78 Sen	ADRLCE	1 23 03
197º Alfredo Santos	53 Vet	ADRLCE	1 23 05
198º Eduardo Passos	56 Vet	ADRLCE	1 25 28
199º José Caetano	51 Vet	MCVC	1 27 24
200º António Sousa	70 Vet	COO	1 28 53
201º Alberto Silva	39 Vet	ADRLCE	1 32 59
202º José M. Duarte	72 Vet	CDQ	1 34 08

Clube Participantes

		Participações		
		F	M	T
<u>PORTUGAL</u> -				
<u>Federação Portuguesa de Atletismo (FPA)</u>				
IND	Individual	1	1	2
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO LISBOA</u>				
CDUL	Centro Desp Univ de Lisboa		2	2
CFB	Clube de Futebol "Os Belenenses"		4	4
CLC	Câmara Lisboa Clube		5	5
COO	Clube Olímpico de Oeiras	5	8	13
CRDA	Clube Rec Desp Arrudense	8	12	20
CRLPS	Clube Rec Leões de Porto Salvo	1	3	4
FIXES	Grupo Rec Desp. Os Fixes		1	1
GDJL	Grupo Desp Joanelhas de Leião	3	6	9
GDRR	Grupo Desportivo e Recreativo da Reboleira		2	2
IFC	Inglêses Futebol Clube	1	5	6
JOMA	Juventude Operária de Monte Abraão		1	1
LPSC	Linda--a-Pastora Sporting Clube		5	5
MCP	Maratona Clube de Portugal	4	3	7
SCP	Sporting Clube de Portugal	1	1	2
SLB	Sport Lisboa e Benfica	5	8	13
URCA	União Rec Cult da Abrunheira		1	1
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO SANTAREM</u>				
CLAC	Clube de Lazer Aventura e Competição	1	8	9
CPA-S	Casa do Povo de Alcanena		2	2
CUAB	C U A Benaventense / Vigestevão Segurança	11		11
<u>ASSOCIACAO DISTRITAL ATLETISMO LEIRIA</u>				
ACV	Atlético Clube de Vermoíl		7	7
GDRF-L	Grupo Desp Rec das Figueiras		7	7
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO SETUBAL</u>				
CCRAM	Centro Cult Rec do Alto do Moinho		3	3
GDIB	Grupo Desp "O Independente" - Barreiro		4	4
IND-ST	Individual - Setúbal		1	1
SUC	Sport União da Caparica		5	5
VFC	Vitória Futebol Clube		1	1
<u>ASSOCIACAO DISTRITAL ATLETISMO COIMBR</u>				
CCRPM	Centro Cult Rec da Praia de Mira		1	1
CLUVE	Clube de Veteranos de Atletismo de Coimbra		1	1
ODIMAR	ODIMARQ ALUMINIOS		4	4
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO VISEU</u>				
CPM	Casa do Povo de Mangualde		5	5
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO AVEIRO</u>				
ADERCU	Ass Desp Cult Rec da Serena		6	6
ADRLCE	Ass Desp Rio Largo Clube de Espinho	1	21	22
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO PORTO</u>				
MAC	Maia Atlético Clube		5	5
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO BRAGANCA</u>				
GCB	Ginásio Clube de Bragança		5	5
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO CASTELO BRANCO</u>				
GCAD	Grupo de Convívio e Amizade nas Donas		2	2
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO GUARDA</u>				
ACRS	Ass Cult Rec da Senhora do Desterro	5	10	15



GERAÇÃO EM MOVIMENTO
FPA / AAL / Xistarca



RICOH





Federação Portuguesa de Atletismo

Comunicado de Resultados Campeonato Nacional de Estrada Lisboa

Jornada de: domingo, 13 de Janeiro de 2013

1303006

CAS	Centro de Atletismo de Seia	5	5
MCVC	Maratona Clube Vila Chã	6	6
NSLF	Núcleo Sportinguista Leões da Fronteira	1	1
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO PORTALEGRE</u>			
ACP	Atletismo Clube de Portalegre	1	6 7
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO BEJA</u>			
BAC	Beja Atlético Clube	1	1
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO ALGARVE</u>			
AABV	Ass Académica Belavista	1	1 2
CASJ	Clube Desp Areias de São João	6	6
CDQ	Centro Desp de Quarteira	6	6
CRPS	Clube Rec da Praia de Salema	4	4
<u>ASSOCIACAO ATLETISMO REGIÃO AUTÓNOM</u>			
GDE	Grupo Desportivo do Estreito	1	1

Totais
50
202
252

Escalões	Participações		
	F	M	T
Sub23	2	6	8
Seniores	25	53	78
Veteranos	23	143	166
Totais	50	202	252



geração em movimento
FPA / AAL / Xistarca



RICOH



**Classificação Colectiva****15.000 Metros (Fem)**

1º	MCP	12 Pts	1+	2+	4+	5
	Maratona Clube de Portugal					
2º	SLB	36 Pts	3+	6+	11+	16
	Sport Lisboa e Benfica					
3º	ADERCUS	40 Pts	7+	9+	10+	14
	Ass Desp Cult Rec da Serena					
4º	ACRSD	79 Pts	12+	17+	21+	29
	Ass Cult Rec da Senhora do Desterro					
5º	COO	87 Pts	13+	15+	23+	36
	Clube Olímpico de Oeiras					
6º	CPM	112 Pts	22+	24+	31+	35
	Casa do Povo de Mangualde					
7º	CRDA	116 Pts	19+	27+	33+	37
	Clube Rec Desp Arrudense					

15.000 Metros (Masc)

1º	SLB	21 Pts	3+	5+	6+	7
	Sport Lisboa e Benfica					
2º	MAC	61 Pts	11+	13+	15+	22
	Maia Atlético Clube					
3º	CUAB	62 Pts	4+	9+	20+	29
	C U A Benaventense / Vigestêvão Segurança					
4º	CAS	108 Pts	21+	23+	24+	40
	Centro de Atletismo de Seia					
5º	CASJ	120 Pts	17+	27+	31+	45
	Clube Desp Areias de São João					
6º	ACRSD	144 Pts	10+	25+	32+	77
	Ass Cult Rec da Senhora do Desterro					
7º	ACV	150 Pts	26+	37+	38+	49
	Atlético Clube de Vermoil					
8º	CRPS	157 Pts	14+	34+	42+	67
	Clube Rec da Praia de Salema					
9º	COO	164 Pts	28+	39+	47+	50
	Clube Olímpico de Oeiras					
10º	CLC	214 Pts	35+	43+	48+	88
	Câmara Lisboa Clube					
11º	CRDA	237 Pts	46+	58+	65+	68
	Clube Rec Desp Arrudense					
12º	GCB	244 Pts	12+	30+	83+	119
	Ginásio Clube de Bragança					
13º	SUC	270 Pts	19+	70+	90+	91
	Sport União da Caparica					
14º	GDRF-L	283 Pts	64+	72+	73+	74
	Grupo Desp Rec das Figueiras					
15º	ADRLCE	312 Pts	60+	71+	84+	97
	Ass Desp Rio Largo Clube de Espinho					
16º	GDJL	335 Pts	52+	79+	98+	106
	Grupo Desp Joaninhas de Leião					
17º	MCVC	360 Pts	63+	82+	86+	129
	Maratona Clube Vila Chã					
18º	CDQ	420 Pts	80+	81+	128+	131
	Centro Desp de Quarteira					
19º	ACP	466 Pts	96+	101+	132+	137
	Atletismo Clube de Portalegre					
20º	ODIMARQ	468 Pts	69+	121+	134+	144
	ODIMARQ ALUMINIOS					
21º	LPSC	475 Pts	56+	114+	122+	183
	Linda-a-Pastora Sporting Clube					
22º	CLAC	570 Pts	102+	136+	162+	170
	Clube de Lazer Aventura e Competição					
23º	CFB	571 Pts	113+	145+	146+	167
	Clube de Futebol "Os Belenenses"					
24º	IFC	676 Pts	142+	155+	188+	191
	Ingleses Futebol Clube					
25º	GDIB	686 Pts	150+	171+	178+	187
	Grupo Desp "O Independente" - Barreiro					