

## TRILHOS DA LOUSA – 23 JANEIRO 2022 – 12 e 24 KM

Realizou-se no dia 23 de janeiro, mais uma edição dos Trilhos da Lousa (Loures).

O Clube Millennium bcp esteve representado nas duas distâncias, 24 e 12 km, nesta que é uma prova que se realiza pela zona salaia e que tem vindo a ganhar destaque nos últimos anos.

Mais uma vez pautou-se por uma prova algo técnica, com um desnível acentuado, o que, dado as características do terreno, obrigou os atletas a um sobe e desce constante, tornando a prova bastante exigente, fazendo com que tivesse sido um belo desafio.

Os nossos atletas representaram bem e meritoriamente o Clube e, acima de tudo, divertiram-se numa bela mas fria manhã de janeiro.



Pos	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Por Categoria	Tempo	Tempo Líquido	Vel.Média
Clube Millennium Bcp									
150.	309	Sofia Ribeiro	Clube Millennium Bcp	Feminino	Sen F	10	1:43-15.524	1:43-15.524	08:35
284.	392	Paulo Mariz	Clube Millennium Bcp	Masculino	M50	28	2:02-55.987	2:02-10.486	10:14
285.	394	Beatriz Mariz	Clube Millennium Bcp	Feminino	Sen F	23	2:02-58.719	2:02-12.923	10:15
284.	390	Nuno Anjos	Clube Millennium Bcp	Masculino	M50	30	2:07-51.987	2:07-21.965	10:39
327.	391	Artur Lebe	Clube Millennium Bcp	Masculino	M55	21	2:15-05.000	2:15-05.000	11:16
364.	393	Estrela Mariz	Clube Millennium Bcp	Feminino	F50	13	2:30-17.686	2:29-32.796	12:31

Pos	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Por Categoria	Controlo Intermédio	Tempo	Tempo Líquido	Vel.Média
Clube Millennium Bcp										
500.	85	Eduardo Ferreira	Clube Millennium Bcp	Masculino	M45	19	2:50-45	3:31-17.142	3:30-56.546	08:33
501.	95	Jose Farinha	Clube Millennium Bcp	Masculino	M45	20	2:50-35	3:31-17.206	3:31-00.774	08:33
570.	104	Fernando Sousa	Clube Millennium Bcp	Masculino	M50	20	3:26-56	4:23-38.429	4:23-20.401	10:40
571.	86	Ricardo Mendes	Clube Millennium Bcp	Masculino	M45	30	3:27-18	4:23-40.208	4:23-20.492	10:40
588.	92	Maria Nobre	Clube Millennium Bcp	Feminino	F50	6	3:47-17	4:48-21.773	4:48-01.646	11:40
596.	89	Jose Rebelo	Clube Millennium Bcp	Masculino	M55	11	4:12-02	5:21-50.437	5:21-33.037	13:02