

Clube Millennium bcp vence a prova “6 Cascatas Trail Running 2023”

O Clube Millennium bcp venceu coletivamente a prova “6 Cascatas Trail Running” (Trail Longo), que se realizou no passado dia 3.

Com partida da aldeia de Cheleiros, as duas provas de carácter competitivo – Trail Longo e Trail Curto, e a caminhada desportiva –, percorreram a zona salaia à volta da aldeia, num dia com algum frio, mas sem chuva.



As provas alternaram entre zonas rápidas e zonas técnicas: se nas primeiras era correr por estradões e por algumas estradas de alcatrão; nas segundas tínhamos passagem pelas cascatas (com pequenos troços de escalada, trilhos fechados, transposição de pedras e água pela cintura), direito a passagens por túneis e ribeiras, direito a subir pelo leito de uma ribeira (com água, claro), descidas e subidas íngremes com lama escorregadia... enfim, coisas que fazem parte deste desporto, e que tornaram esta prova muito engraçada e interessante.













Para além da vitória coletiva no Trail Longo, a nível individual tivemos também uma excelente prestação, pois conseguimos vários pódios, quer de classificação geral, quer de escalão, para além de todos termos concluído os desafios a que nos tínhamos proposto.

PÓDIOS

Trail Longo (25km / 1000D+):

Isabel Jerónimo	1ª Geral Feminina / 1ª F45
Sofia Ramalho	2ª Sénior F
Rute Ribeiro	1ª F35
Pedro Martins	1º M55
Rui Magalhães	2º M55
Pedro Cordas	3º M50

Trail Curto (14km / 450D+):

Eduardo Rodrigues 2º M60

Obtivemos, também, o troféu de “Equipa Mais Numerosa”.



Equipa Clube Millennium BCP

Modalidade Trail Longo Categoria Sexo Mista

RESULTADOS

Pos Pontos
1° 64

VOLTAS

	Tempo de Corrida	Tempo Percurso	Pos
Controlo Intermédio	60		7°
Chegada	64	64	1° 

EQUIPA

Isabel Jeronimo	2:38:16.219	18°	1° F45
Pedro Cordas	2:42:04.316	22°	3° M50
Pedro Martins	2:43:45.126	24°	1° M55
Rui Magalhães	2:57:08.371	43°	2° M55
Rui Ramalho	3:29:08.452	75°	7° M55
Sofia Ramalho	3:29:08.616	76°	2° SEN F
Pedro Fontinha	3:34:15.243	86°	16° M40
Carlos Sinceridades	3:39:02.973	90°	12° M50
Eduardo Ferreira	3:57:46.718	106°	20° M45
Rute Ribeiro	4:21:50.985	122°	1° F35
Carlos Nunes	4:21:51.189	123°	10° M55
Maria Nobre	4:32:47.465	132°	4° F55
Luis Cotrim	4:33:16.014	134°	11° M55

Equipa Clube Millennium BCP

Modalidade Trail Curto Categoria Sexo Mista

RESULTADOS

Pos Pontos
13° 405

EQUIPA

Helder Baptista	1:54:25.915	90°	5° M55
Pedro Neves	2:10:42.704	157°	10° M55
Eduardo Rodrigues	2:10:47.349	158°	2° M60
Antonio Seixas	2:20:05.171	194°	4° M60
Paulo Felicio	2:24:27.818	219°	15° M55
Rui Sabino	2:33:26.993	251°	39° M50
Carla Olimpio	2:42:11.314	271°	19° F40

[6 Cascatas Trail Running - G-Live \(trilhoperdido.com\)](http://6 Cascatas Trail Running - G-Live (trilhoperdido.com))