



**Heliflex**

Tubos e Mangueiras, S.A.

**5ª CORRIDA  
POPULAR DA  
COSTANOVA**

14 JULHO 2018

**DIPLOMA OFICIAL**



**ilhavo**  
Câmara Municipal

**OS 10 KM MAIS RÁPIDOS  
DE PORTUGAL**

**TIAGO MARQUES**

DORSAL 133

**TEMPO OFICIAL AOS 10KM: 36:40**

TEMPO CHIP: **36:38**  
RITMO MÉDIO: **03:39**

CLASS GERAL: 37.  
ESCALÃO: VET M40  
CLASS ESCALÃO: 7

TEMPO AOS 5 KM: 18:11

Equipa: CASA DO BENFICA EM CASTELO BRANCO

**Heliflex**

Tubos e Mangueiras, S.A.

**Glicínias Plaza**  
SHOPPING CENTER



**RENAULT**  
Passion for life

Entrepósito A. Fontes  
Aveiro | S.M. Feira | O. Azeméis



**Diário de Aveiro**



Junta de Freguesia da  
Gafanha da Encarnação

