



**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**

**JORGE VALE**

DORSAL 856

**TEMPO OFICIAL AOS 10KM: 36:45**

TEMPO CHIP: **36:44**  
RITMO MÉDIO: **03:40**

TEMPO AOS 5 KM: 18:13

CLASS GERAL: 40.

ESCALÃO: VET M45

CLASS ESCALÃO: 4

Equipa: **CLUBE ATLETISMO FAFE**

**Heliflex**

Tubos e Mangueiras, S.A.

**Glicínias Plaza**  
SHOPPING CENTER



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



**Diário de Aveiro**



Junta de Freguesia da  
Gafanha da Encarnação

