



**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**

**HELDER PIRES**

DORSAL 629

**TEMPO OFICIAL AOS 10KM: 34:04**

TEMPO CHIP: **34:03**  
RITMO MÉDIO: **03:24**

CLASS GERAL: 15.  
ESCALÃO: SEN M  
CLASS ESCALÃO: 9

TEMPO AOS 5 KM: 17:10

Equipa: **CLUBE ATLETISMO DE OVAR**

**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

