



**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**

**LUIS MARTINS**

DORSAL 332

**TEMPO OFICIAL AOS 10KM: 34:20**

TEMPO CHIP: **34:19**  
RITMO MÉDIO: **03:25**

CLASS GERAL: **20.**  
ESCALÃO: **VET M35**  
CLASS ESCALÃO: **3**

TEMPO AOS 5 KM: 17:10

Equipa: **CENTRO DE ATLETISMO DE TONDELA**

atletas.net A VIDA PASSA A CORRER.

**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

