



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



| LIGA LASER-RUN PORTUGAL TOUR [#4] |                      |                  |        |                   |     |          |       |
|-----------------------------------|----------------------|------------------|--------|-------------------|-----|----------|-------|
| COVILHÃ, 29 JUNHO                 |                      |                  |        |                   |     |          |       |
| RESULTS                           |                      |                  |        |                   |     |          |       |
| RELAY COMPETITION                 |                      |                  |        |                   |     |          |       |
| Age Group                         |                      | All              |        | Running Sequence  |     | 2x300m   |       |
| Gender                            |                      | Female/Male      |        | Shooting Sequence |     | 2x5      |       |
|                                   |                      |                  |        | Shooting Distance |     | 5m       |       |
| #                                 | Athlete              |                  | Nation | School/ Club Name | Age | TIME     | PLACE |
|                                   | F                    | M                |        |                   |     |          |       |
| 1                                 | Lia Vicente          | Levi Cardoso     | POR    | MIX               | U11 | 05:36,31 | 1     |
| 3                                 | Mariana Oliveira     | Tiago Barroso    | POR    | CBA               | U11 | 06:27,64 | 2     |
| 2                                 | Mariana Bandeira     | Martim Carrageta | POR    | EPC               | U11 | 06:29,60 | 3     |
| 5                                 | Joana Freire         | Lucas Pires      | POR    | SHARKS            | U13 | 04:53,55 | 1     |
| 6                                 | Lorena Ferraro       | Rafael Santos    | POR    | SHARKS            | U13 | 05:05,29 | 2     |
| 7                                 | Maria Avellar        | Vicente Carlos   | POR    | SRC               | U13 | 05:31,83 | 3     |
| 10                                | Mariana Morouço      | Simão Jerónimo   | POR    | MIX               | U13 | 06:33,96 | 4     |
| 8                                 | Maria Inês Rodrigues | David Carecho    | POR    | PCC               | U13 | D:N,S    |       |
| 9                                 | Maria Rita Rodrigues | Martim Franco    | POR    | PCC               | U13 | D:N,S    |       |



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



| LIGA LASER-RUN PORTUGAL TOUR [#4] |                     |                    |        |                   |     |          |       |
|-----------------------------------|---------------------|--------------------|--------|-------------------|-----|----------|-------|
| COVILHÃ, 29 JUNHO                 |                     |                    |        |                   |     |          |       |
| RESULTS                           |                     |                    |        |                   |     |          |       |
| RELAY COMPETITION                 |                     |                    |        |                   |     |          |       |
| Age Group                         |                     | All                |        | Running Sequence  |     | 2x300m   |       |
| Gender                            |                     | Female/Male        |        | Shooting Sequence |     | 2x5      |       |
|                                   |                     |                    |        | Shooting Distance |     | 5m       |       |
| #                                 | Athlete             |                    | Nation | School/ Club Name | Age | TIME     | PLACE |
|                                   | F                   | M                  |        |                   |     |          |       |
| 4                                 | Margarida Gomes     | Francisco Boita    | POR    | MIX               | U15 | 04:53,38 | 1     |
| 7                                 | Matilde Delgado     | Júlio Dias         | POR    | MIX               | U15 | 04:57,43 | 2     |
| 8                                 | Rita Simões         | Francisco Martins  | POR    | CBA               | U15 | 05:10,40 | 3     |
| 2                                 | Helena Sousa        | Gustavo Fernandes  | POR    | PMP               | U15 | 05:13,62 | 4     |
| 1                                 | Alice Lagos         | Tomás Carrageta    | POR    | ADCRBA/EPC        | U15 | 05:15,69 | 5     |
| 3                                 | Joana Nunes         | Martim Vicente     | POR    | SRC               | U15 | 05:31,92 | 6     |
| 6                                 | Maria Bernardo      | Rodrigo Esteves    | POR    | MIX               | U15 | 05:40,18 | 7     |
| 13                                | Flor Curto          | Rodrigo Madaleno   | POR    | PCC               | U15 | 06:03,01 | 8     |
| 5                                 | Margarida Rodrigues | Rafael Moraes      | POR    | PCC               | U15 | D:N,S    |       |
| 11                                | Carolina Carvalho   | João Morouço       | POR    | MIX               | U17 | 04:39,19 | 1     |
| 10                                | Beatriz Franco      | Santiago Fernandes | POR    | PCC/ADCRBA        | U17 | 04:48,35 | 2     |
| 12                                | Daniela Silva       | Mateus Vinagre     | POR    | PMP               | U17 | 04:52,96 | 3     |
| 14                                | Leonor Oliveira     | Bernardo Barroso   | POR    | SRC/CBA           | U17 | 05:08,86 | 4     |



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



| LIGA LASER-RUN PORTUGAL TOUR [#4] |                  |                 |        |                   |     |          |       |
|-----------------------------------|------------------|-----------------|--------|-------------------|-----|----------|-------|
| COVILHÃ, 29 JUNHO                 |                  |                 |        |                   |     |          |       |
| RESULTS                           |                  |                 |        |                   |     |          |       |
| RELAY COMPETITION                 |                  |                 |        |                   |     |          |       |
| Age Group                         |                  | All             |        | Running Sequence  |     | 2x300m   |       |
| Gender                            |                  | Female/Male     |        | Shooting Sequence |     | 2x5      |       |
|                                   |                  |                 |        | Shooting Distance |     | 5m       |       |
| #                                 | Athlete          |                 | Nation | School/ Club Name | Age | TIME     | PLACE |
|                                   | F                | M               |        |                   |     |          |       |
| 19                                | Maria Carvalho   | Rodrigo Carlos  | POR    | SRC               | U19 | 04:39,43 | 1     |
| 16                                | Carolina Sousa   | Martim Carreira | POR    | PMP               | U19 | 05:00,33 | 2     |
| 17                                | Carolina Vinhais | Bruno Sousa     | POR    | MIX               | U19 | 05:15,31 | 3     |
| 18                                | Julieta Gomes    | Carlos Ruano    | POR    | PCC               | U19 | 06:35,58 | 4     |
|                                   |                  |                 |        |                   |     |          |       |
| 1                                 | Leonor Carreira  | Leandro Santos  | POR    | PCC               | Jun | 06:20,26 | 1     |
|                                   |                  |                 |        |                   |     |          |       |
| 3                                 | Juliana Vinagre  | David Silva     | POR    | MIX               | Sen | 05:03,68 | 1     |
| 4                                 | Mafalda Viveiros | Diogo Batista   | POR    | ADG/CBA           | Sen | 06:01,07 | 2     |



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



| LIGA LASER-RUN PORTUGAL TOUR [#4] |                  |                 |        |                   |      |          |       |
|-----------------------------------|------------------|-----------------|--------|-------------------|------|----------|-------|
| COVILHÃ, 29 JUNHO                 |                  |                 |        |                   |      |          |       |
| RESULTS                           |                  |                 |        |                   |      |          |       |
| RELAY COMPETITION                 |                  |                 |        |                   |      |          |       |
| Age Group                         |                  | All             |        | Running Sequence  |      | 2x300m   |       |
| Gender                            |                  | Female/Male     |        | Shooting Sequence |      | 2x5      |       |
|                                   |                  |                 |        | Shooting Distance |      | 5m       |       |
| #                                 | Athlete          |                 | Nation | School/ Club Name | Age  | TIME     | PLACE |
|                                   | F                | M               |        |                   |      |          |       |
| 9                                 | Maria Carrico    | Nuno Gravito    | POR    | MIX               | M40+ | 05:34,83 | 4     |
| 12                                | Sara Grácio      | Filipe Cardoso  | POR    | PMP               | M40+ | 05:39,79 | 7     |
| 10                                | Mirella Aparício | Joel Martins    | POR    | SRC/CBA           | M40+ | 05:42,52 | 5     |
| 11                                | Rita Guedes      | Nelson Marques  | POR    | CBA/CBA           | M40+ | 05:58,65 | 6     |
| 6                                 | Carla Lagos      | Hugo Carrageta  | POR    | ADCRBA/EPC        | M40+ | 06:21,95 | 1     |
| 13                                | Teresa Jesus     | José Fernandes  | POR    | PCC               | M40+ | 06:54,72 | 8     |
| 7                                 | Filipa Ribeiro   | David Calado    | POR    | PMP               | M40+ | 07:08,42 | 2     |
| 8                                 | Mara Lavrador    | Filipe Cruz     | POR    | CBA/CBA           | M40+ | 07:30,33 | 3     |
| 15                                | Cristina Ponte   | Carlos Ferreira | POR    | SRC               | M50+ | 06:02,50 | 1     |
| 17                                | Sara Silva       | Jorge Carecho   | POR    | PCC/SHARKS        | M50+ | 06:11,93 | 3     |
| 16                                | Dina Bagagem     | Pedro Vinagre   | POR    | PMP               | M50+ | 07:08,58 | 2     |