

26 Abril de 2008 - Parque das Nações

1,9 Km SWIM / 90 Km BIKE / 21 Km RUN

Absoluta		Portugueses	
Geral	Escalão	Geral	Escalão

EDIÇÃO DE 2008					
SWIM	T1	BIKE	T2	RUN	Total

Diferença para 2007

Média Swim por 100 m (1,9 Km)	Média Bike Km/h (86,0 Km)	Média Run por Km (20,0 Km)
-------------------------------	---------------------------	----------------------------

91º				Paulo Margarido	Realizado 2007	0:35:59	0:02:03	2:37:24	0:00:59	1:27:10	4:43:35	Estreia	0:01:54	32,8	0:04:21	
					Previsão 2008	0:32:30	0:02:00	2:30:00	0:01:00	1:24:00	4:29:30		0:14:05	0:01:43	34,4	0:04:12
64º	5º	9º	2º		Realizado 2008	0:31:24	0:01:46	2:19:06	0:00:43	1:21:40	4:14:39		0:28:56	0:01:39	37,1	0:04:05

129º	33º			Duarte Mendonça	Realizado 2007	0:22:41	0:01:43	2:46:46	0:01:07	1:43:24	4:55:41	Estreia	0:01:12	30,9	0:05:10	
					Previsão	0:23:00	0:02:00	2:32:00	0:01:00	1:32:00	4:30:00		0:25:41	0:01:13	33,9	0:04:36
94º	27º	13º	2º		Realizado	0:21:53	0:01:11	2:23:37	0:00:57	1:34:25	4:22:03		0:33:38	0:01:09	35,9	0:04:43

				Ricardo Paixão	Previsão	0:31:00	0:02:00	2:20:00	0:01:00	1:36:00	4:30:00	Estreia	0:01:38	36,9	0:04:48
148º	39º	22º	4º		Realizado	0:29:27	0:01:56	2:21:53	0:01:39	1:37:47	4:32:42		0:01:33	36,4	0:04:53

189º				Carlos Carichas	Realizado 2007	0:35:52	0:02:20	2:54:30	0:01:21	1:45:47	5:19:50	Estreia	0:01:53	29,6	0:05:17	
					Previsão	0:33:00	0:02:00	2:40:00	0:01:00	1:40:00	4:56:00		0:23:50	0:01:44	32,3	0:05:00
240º	56º	38º	11º		Realizado	0:32:53	0:02:08	2:33:56	0:01:08	1:39:13	4:49:18		0:30:32	0:01:44	33,5	0:04:58

				Roberto Lúcio	Previsão	0:29:30	0:02:00	2:30:00	0:01:00	1:59:00	5:01:30	Estreia	0:01:33	34,4	0:05:57
263º	82º	42º	12º		Realizado	0:29:19	0:01:25	2:24:26	0:01:01	1:57:22	4:53:33		0:01:33	35,7	0:05:52

				Romeu Miranda	Previsão	0:35:00	0:02:00	2:50:00	0:01:00	1:45:00	5:11:00	Estreia	0:01:51	30,4	0:05:15
--	--	--	--	----------------------	----------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	---------	------	---------

Classific. 07		Atleta		EDIÇÃO DE 2007					
Geral	Escalão			SWIM	T1	BIKE	T2	RUN	Total

91º	?			Paulo Margarido	0:35:59	0:02:03	2:37:24	0:00:59	1:27:10	4:43:35
127º	25º			José Luís	0:35:37	0:03:17	2:34:12	0:01:12	1:39:55	4:54:13
129º	33º			Duarte Mendonça	0:22:41	0:01:43	2:46:46	0:01:07	1:43:24	4:55:41
158º	6º			Filipe Baptista	0:28:32	0:02:59	2:50:14	0:00:54	1:45:40	5:08:19
189º	?			Carlos Carichas	0:35:52	0:02:20	2:54:30	0:01:21	1:45:47	5:19:50
209º	12º			Paulo Silva	0:37:08	0:03:07	3:02:50	0:01:40	1:40:39	5:25:24

*2:55:51 no total

Média Swim por 100 m (1,9 Km)	Média Bike Km/h (86,0 Km)	Média Run por Km (20,0 Km)
-------------------------------	---------------------------	----------------------------

0:01:54	32,8	0:04:21
0:01:52	33,5	0:05:00
0:01:12	30,9	0:05:10
0:01:30	30,3	0:05:17
0:01:53	29,6	0:05:17
0:01:57	28,2	0:05:02

0:01:12	37,8	0:03:37
---------	------	---------

6º	1º			Estafeta	0:22:57 (N.Vicente)	0:01:44 (Ric.Abreu)	2:16:29 (Tiago Silva)	0:00:33	1:12:29	3:54:12
----	----	--	--	-----------------	------------------------	------------------------	--------------------------	---------	---------	---------