

Janeiro 2010

03 (Dom) - 9km - 3ª Corrida de São Domingos de Benfica; Lisboa
24 (Dom) - 17km - 21º G. P. Fim da Europa; Sintra-Cabo da Roca
24 (Dom) - 21km - 12ª 1/2 Maratona Manuela Machado; Viana do Castelo
31 (Dom) - 11km - 24ª G. P. de Queluz de Baixo; Queluz

Fevereiro 2010

07 (Dom) - 10km - 11º G. P. do Atlântico; Costa de Caparica
14 (Dom) - 20km - 27ª 20 km Cascais (com prova de 5km); Cascais
21 (Dom) - 10km - 3º G. P. de Mem Martins; Sintra

Março 2010

07 (Dom) - 10km - 14ª Corrida da Árvore; Monsanto, Lisboa
07 (Dom) - 21km - 20ª 1/2 Maratona "Cego do Maio" da Póvoa de Varzim
14 (Dom) - 15km - 15ª Corrida das Lezírias; Vila Franca de Xira
21 (Dom) - 21km - 20ª 1/2 Maratona Internacional de Lisboa; Ponte 25 de Abril
28 (Dom) - 8km - 28º G. P. do JOMA; Queluz

Abril 2010

04 (Dom) - 30km - 3ª Raid Atlético dos Barris; Arrábida
11 (Dom) - 15km - 28ª Corrida dos Sinos; Mafra
18 (Dom) - 15km - 19ª Corrida do Metropolitano; Lisboa
18 (Dom) - 10km - 5ª Corrida do S. L. Benfica; Lisboa
25 (Dom) - 10km - 33ª Corrida da Liberdade; Pontinha

Mai 2010

01 (Sáb) - 15km - 28ª Corrida do 1º de Maio (e mini de 4km); Lisboa
01 (Sáb) - 8km - 28ª Corrida do 1º de Maio; Porto
02 (Dom) - 10km - Corrida Delmonte, Marginal; Caxias
09 (Dom) - 10km - 6ª Corrida das Pontes; Coruche
09 (Dom) - 21km - 21ª 1/2 Maratona de Setúbal/Costa Azul; Setúbal
16 (Dom) - 21km - 2ª 1/2 Maratona na Areia; Caparica
16 (Dom) - 13km - 4ª 13km do Guincho "entre serra e mar"; Cascais
16 (Dom) - 5km - 5ª Corrida "Lisboa, a Mulher e Vida"; Lisboa
16 (Dom) - 5km - Corrida da Mulher; Porto
23 (Dom) - 21km - 8ª 1/2 Maratona dos Palácios (com mini de 5km); Sintra
23 (Dom) - 9km - Corrida do Fitness; Lisboa
23 (Dom) - 21km - 5ª 1/2 Maratona do Douro Vinhateiro; Porto

Junho 2010

06 (Dom) - 10km - 9ª Corrida do Oriente; Parque das Nações, Lisboa
10 (5a) - 21km - 6ª 1/2 Maratona da Figueira da Foz
12 (Sáb) - 7.6km - 2ª Corrida do Ambiente (com min de 4km); Sintra
19 (Sáb) - 8km - 6ª Marginal à Noite; Oeiras
20 (Dom) - 15km - 11ª Corrida Festas da Cidade; Porto
20 (Dom) - 9km - GP de Verão Sintra; Sintra
20 (Dom) - 9km - GP Amaro Joalheiros; Amadora
26 (Sáb) - 15km - 31ª Corrida das Fogueiras (com mini de 6km); Peniche
27 (Dom) - 15km - Corrida Festas da Cidade do Porto

Julho 2010

17 (Sáb) - 9km - 14ª Corrida da Lagoa Santo André
18 (Dom) - 10km - 2ª Corrida dos 250 anos de Oeiras
25 (Dom) - 21km - 28ª 1/2 Maratona de Pombal

Agosto 2010

01 (Dom) - 43km - Ultra Maratona Atlântica Melides-Troia; Setúbal
29 (Dom) - 12km - 9º Trilhos de Monsanto-Lisboa Verde; Lisboa

Setembro 2010

05 (Dom) - 10km - 23ª Corrida do Avante; Amora, Seixal
11 (Sáb) - 21km - 34ª 1/2 Maratona S. J. das Lampas (com mini de 6km); Sintra
12 (Dom) - 21km - 30ª 1/2 Maratona de Viseu; Viseu
12 (Dom) - 10km - 5º G. P. José Araújo, Campolide; Lisboa
12 (Dom) - 10km - 9º G. P. Cidade de Queluz; Queluz
19 (Dom) - 10km - 3ª Corrida da Linha de Cascais (Destak); Carcavelos
26 (Dom) - 21km - 11ª 1/2 Maratona de Portugal; Ponte Vasco da Gama
26 (Dom) - 21km - 21ª 1/2 Maratona das Vindimas; Viseu

Outubro 2010

05 (Ter) - 10km - 19ª Corrida de Sesimbra
05 (Ter) - 30km - 3ª Corrida Terras do Grande Lago; Alqueva/Portel
07 (Dom) - 21km - 5ª 1/2 Maratona Ribeirinha da Moita
10 (Dom) - 21km - 4ª 1/2 Maratona SportZone; Porto
10 (Dom) - 10km - Corrida do Aeroporto, clube ANA; Lisboa
17 (Dom) - 12km - 18ª Corrida do Monge, Serra de Sintra; Cascais
23 (Sáb) - 20km - 22º 20km de Almeirim, Rota da Sopa da Pedra
24 (Dom) - 10km - 30ª Corrida do Tejo (Nike); Algés-Oeiras
24 (Dom) - 21km - 7ª 1/2 Maratona do Porto
24 (Dom) - 12km - 18ª Corrida do Monge-Serra de Sintra-Janes; Cascais

Novembro 2010

07 (Dom) - 15km - 6ª Corrida da Saúde; Hospital Amadora-Sintra
07 (Dom) - 10km - Corrida dos Advogados; Lisboa
07 (Dom) - 42km - 7ª Maratona do Porto (c/ prova de 14km); Porto
07 (Dom) - 16km - 19ª X Milhas do Guadiana; V.R.St. António
14 (Dom) - 21km - 36ª 1/2 Maratona da Nazaré; Nazaré
14 (Dom) - 10km - 21ª Corta-Mato Cidade da Amora; Seixal
28 (Dom) - 12km - 5º G. P. da Arrábida; Setúbal

Dezembro 2010

05 (Dom) - 21km - 25ª 1/2 Maratona dos Descobrimentos; Lisboa
19 (Dom) - 10km - 53º G. P. de Natal da AAL; Lisboa
26 (Dom) - 10km - 3ª S. Silvestre de Lisboa; Lisboa
26 (Dom) - 10km - S. Silvestre de Torres Novas
26 (Dom) - 10km - 17ª S. Silvestre Cidade do Porto
30 (5a) - 10km - 22ª S. Silvestre dos Olivais; Lisboa
31 (6a) - 10km - 36ª S. Silvestre da Amadora; Amadora