

# PORTUGAL CUP LOUSADA

# INTERNATIONAL XCO

3ª ETAPA TAÇA DE PORTUGAL 2022

 **UCI**



30 DE ABRIL DE 2022

+ 1 DE MAIO DE 2022



município de  
**lousada**

COM O APOIO DE:



município de  
**lousada**



# ÍNDICE

APRESENTAÇÃO -

PRESENTATION VISITE

LOUSADA – VISIT TO LOUSADA

INFORMAÇÃO DA PROVA - RACE

INFORMATION EQUIPA TÉCNICA -

TEAM STAFF

PROGRAMA - PROGRAM

CATEGORIAS E TEMPOS CORRIDOS - CATEGORIES AND RACE

TIMES INSCRIÇÕES - REGISTRATIONS

PISTA - COURSE

COMO CHEGAR - HOW TO GET

THERE ONDE FICAR - WHERE

TO STAY

ONDE COMER – WHERE TO EAT

CONTACTOS - CONTACTS



## **APRESENTAÇÃO**

Taça de Portugal BTT XCO Lousada – Portugal Cup XCO Lousada, 3ª Etapa Taça de Portugal 2022, a realizar no dia 30 de Abril e 01 de maio 2022/ April 30th & May 1st, 2022.

As provas da Taça de Portugal XCO disputam-se em conformidade com os Regulamentos da UCI (provas internacionais) e UVP/FPC, sendo o colégio de comissários a única entidade responsável pela aplicação dos mesmos.

## **PRESENTATION**

The organization Figueiras BTT, with the support and cooperation of the local authorities and sponsors, are promoting the competition Portugal Cup XCO Lousada, UCI Category C2 on April 30th, & May 1st

This event also has the support from the Portuguese Cycling Federation (UPV/FPC) and Porto Cycling Association. This competition is held according the UCI Regulation (international competitions) and UVP/FPC, and the commissaires are the only entity responsible for their appliance. The Portugal Cup XCO is exclusively for athletes with an official competition license, to all categories of both genders (Cadets, Juniors, U-23 / Elites and Masters).



*Imagem 1: Município de Lousada*

## **LOUSADA: SEMPRE VERDE, SEMPRE JOVEM**

A 30 km do aeroporto Francisco Sá Carneiro, por entre campos férteis e laboriosamente cultivados, enlaçados por vinhas de enforcado, surge Lousada, no interior Norte do distrito do Porto, sub-região do Vale do Sousa e NUT 3 – Tâmega, delimitado, a Norte, pelo município de Vizela, a Nordeste por Felgueiras, a Este por Amarante, a Sudeste e Sul pelos concelhos de Penafiel e Paredes, a Oeste por Paços de Ferreira e a Noroeste por Santo Tirso.

Com cerca de 95 km<sup>2</sup>, distribuídos por 15 freguesias, e uma população próxima dos 50 mil habitantes, na sua larga maioria jovens, que o torna no concelho mais jovem de Portugal Continental, Lousada combina a frescura da modernidade com a grandeza do passado histórico. Dos vestígios arqueológicos à Rota do Românico, da exuberância do folclore ao fino recorte do artesanato, das solenidades de fervor religioso à alegria ilimitada das romarias, há um percurso de vida que a todos prende e fascina.

As casas senhoriais guardam memórias de figuras ilustres, ambientes de fidalguia e sabores genuínos, que o turismo de habitação e as Rotas Gourmet requintadamente sabem repor.

A gastronomia, succulenta e variada, é proposta tentadora para uma estada aprazível, envolvida pelo sempre verde da paisagem e a genuína hospitalidade do povo.

Bem-vindos, pois, a Lousada, onde modernos equipamentos culturais e desportivos, que acolhem importantes realizações nacionais e internacionais, atestam a qualidade de vida de um concelho jovem e com futuro!



## CHEGAR

Situado na interceção das ligações Guimarães-Penafiel e Felgueiras-Paços de Ferreira, e delimitado, também, pelos municípios de Amarante, Vizela, Santo Tirso e Paredes, o concelho dispõe de acessos rápidos e cómodos.

O Aeroporto Francisco Sá Carneiro, a escassos 20 minutos, e uma vasta rede de acessibilidades garantem a Lousada uma invejável centralidade, através da A42, A11 ou A4, da Linha do Douro ou dos comboios suburbanos do Grande Porto.

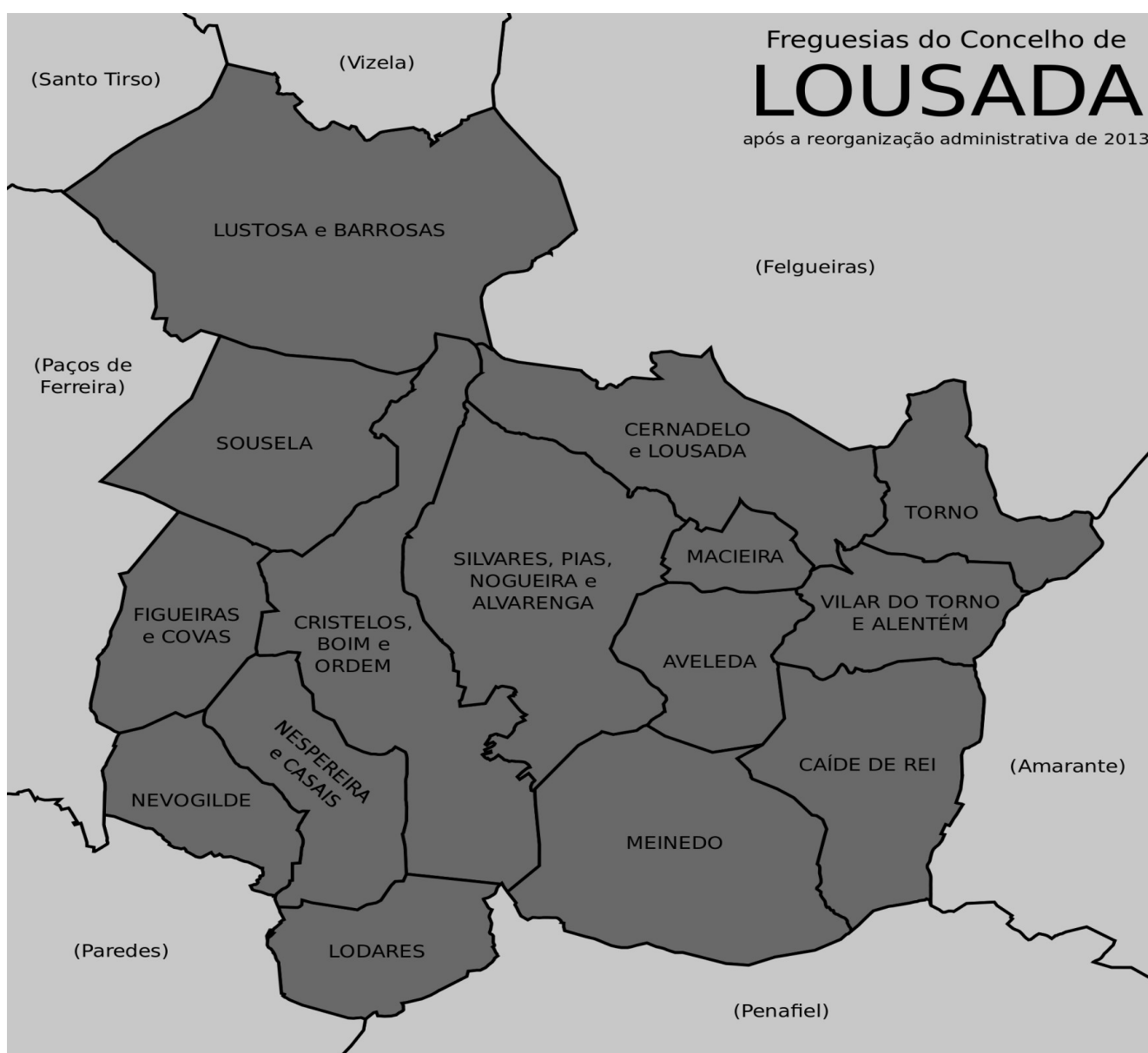


Imagem 2: Concelho de Lousada

## CONHECER

Numa típica paisagem agrícola do Douro Litoral encontra-se Lousada, que a todos encanta e a muitos prende e cativa! Mas como apresentar a terra de tão subtis encantos? Só há um meio seguro: vir até cá. Então sim, será possível, e mesmo agradável, fazer a apresentação de Lousada.

Em históricos velinos pré-nacionais se forja a singularidade identitária do concelho. Bastará atender, para isso, na efemeridade do bispado Magnetense (Meinedo), extinto, talvez, pelo ano 582. Na mesma freguesia, vestígios e elementos arquitetónicos alti-medievais podem ser contemplados nas quintas de S. Mamede e de Padrões, bem como na Residência Paroquial. Resultantes de trabalhos arqueológicos são de referir os achados na Igreja do Salvador de Aveleda e na Igreja de Sta. Maria de Meinedo. De igual modo merecem realce, entre outros, os povoados de Monte Pedroso (Sta. Margarida), Cimo de Vila (Vilar do Torno e Alentém) e o Monte de S. Domingos (Cristelos), que atestam uma forma particular de apropriação da paisagem neste período.



*Imagem 3: Paisagem Protegida do Sousa superior*

## DESCOBRIR

Partir à descoberta de Lousada é experienciar um território de vivências milenares. Bem no centro, depara-se com o Centro de Interpretação do Românico, um ex-líbris da região e ponto de partida para a sua aventura. Nas pontes da Veiga (Torno), de Espindo (Meinedo) e de Vilela (Aveleda) encontra o turista marcas de velhos trilhos de mercadores e viajantes. Por aqui circularam produtos, criaram-se estórias e se fez caminho para outras paragens.

A Torre de Vilar (Vilar do Torno e Alentém) é um bom exemplo de uma residência senhorial, que atesta a afirmação de poder e riqueza de um nobre nas Terras de Sousa. No plano religioso merecem visita as igrejas de Santa Maria de Meinedo e a do Salvador de Aveleda. No percurso pelas terras lousadenses é contemplação obrigatória a Igreja de Pias, um interessante edifício do segundo quartel do século XVIII, destacando-se, especialmente, o seu interior, de soberba talha barroca. Em Nevogilde vale a pena apreciar um singular aqueduto oitocentista, construído numa das mais belas paisagens do Vale do Mezio.



*Imagem 4: Torre de Vilar do Torno e Alentém*



*Imagem 5: Aqueduto Oitocentista do Vale do Mezio*

## PERCORRER

Venha!!?... venha até nós!?... mas venha sem a ânsia febril da hora que passa a percorrer os seis monumentos que integram a Rota do Românico de Lousada. A pé ou de bicicleta, temos preparados diversos percursos para que num tranquilo passeio com a família, com amigos ou mesmo para contemplação solitária, como visitante ocasional ou turista descubra e desfrute das mais belas paisagens do concelho. Palmilhando as margens dos rios Sousa e Mezio ou seguindo alguns dos seus afluentes, tais como a ribeira do Fontão, de Pontarrinhas ou de Barrosas, para além da natureza, que se oferece na experiência de sensações únicas, encontrará azenhas e moinhos de rodízio, que espelham antigas atividades económicas, verdadeiras e intemporais marcas de ancestral ruralidade.



*Imagem 6: Rio Sousa*



## EXPLORAR

O penhasco do Monte dos Maragoutos, em Santo Estêvão, convida à aventura da escalada ou do parapente, além de proporcionar uma belíssima panorâmica sobre o vale de Vizela.

Deambular pelas margens dos rios Sousa e Mezio, à descoberta de resquícios da atividade **Moageira**, da pescaria de trutas e de ecossistemas intactos proporciona o mesmo fascínio que a exploração do Aqueduto de Nevogilde ou a contemplação do ecossistema agrícola das Cales, em Meinedo, ambos registados como sítios de interesse no património natural.



*Imagem 7: Escarpas dos Maragoutos*

## SENTIR

Se a combinação entre o sagrado e o profano marca todas as festividades, com procissões, grupos de bombos, gigantones e cabeçudos, bandas de música e fogo-de-artifício, a Festa Grande em honra do Senhor dos Aflitos, no último fim-de-semana de julho, é o ponto de encontro da diáspora Lousadense, com a noite de domingo, iluminada por milhares de lumes, oferecendo a magia de um espetáculo singular. Em 14 de agosto, na Senhora Aparecida, o maior andor do país eleva-se em expressão de fé aos ombros de mais de 80 homens.

Ao longo do ano, inúmeros eventos animam o concelho: em fevereiro/março Cortejo de Carnaval e Festival Internacional das Camélias; em abril e maio, o “Folia” – Festival Internacional de Artes do Espetáculo, seguido do “Foliazinho” para a infância; em junho, o **AGITAZZ** – Festival de Jazz do Vale do Sousa, em junho e julho o **VILA** – Festival da Juventude e o Festival Tradicional, e em Dezembro, é um mês de animação com o Lousada Natal.



*Imagem 8: Capela senhor dos Aflitos*

## VIVER

Jovem e com futuro, Lousada afirma-se pela qualidade e variedade de instalações desportivas.

Desde logo o Complexo Desportivo, com estádios de hóquei em campo, futebol e de rãguebi, e o complexo de ténis, sede da Associação Ténis Atlântico que reúne as associações da modalidade desde a Corunha até Leiria.

Pavilhões polidesportivos, piscinas, pista de desporto automóvel (o célebre Eurocircuito da Costilha), percursos pedestres e de BTT diversificam o leque de modalidades, que importantes provas do calendário nacional e internacional ajudam a consolidar.

Durante o ano muitas outras realizações se sucedem: desfiles de moda, feiras de negócios, espetáculos de solidariedade. E, em junho, o Festival da Juventude, com os melhores dj's nacionais atraem milhares de participantes. Porque viver em Lousada significa qualidade e prazer.



*Imagem 9: Complexo desportivo de Lousada*

## SABOREAR

Quando a fumegante travessa de barro repousa na mesa engalanada, oferecendo suculentos pedaços de cabrito assado, emoldurados por batatas luzidias e servido com arroz de forno no alguidar rústico, fica inaugurado um irresistível manjar, que o capitoso vinho verde torna ainda mais apetecível.

O cabrito assado, também substituído por anho com o mesmo efeito saboroso, é uma das mais tentadoras propostas do cardápio Lousadense, presente nos principais convívios familiares e nos mais importantes eventos sociais.

Restaurantes e casas de turismo rural leem pela mesma cartilha culinária, garantindo sabores diferentes e irrepetíveis, confirmando a excelência de segredos bem guardados e de saberes de experiências ancestrais, revelados através das Rotas Gourmet.

À sobremesa, a sopa seca, pão-de-ló fofo e doce como beijos de moça casadoira, beijinhos de amor e leite-creme queimado surgem como exemplos tentadores da doçaria variada.

A gastronomia de Lousada é, pois, um desfile de preciosas iguarias, com queijos, compotas e o apimentado melão de casca de carvalho a completarem um naipe de volúpia e encantamento de um banquete tradicional.



*Imagem 11: Sobremesa : Sopa Seca*



*Imagem 10: Cabrito Assado*

## RELAXAR

Venha a Lousada e viva momentos inesquecíveis, nesta que é a Vila coração do Vale do Sousa.

A paisagem é tranquila e agradável. Convidámo-lo a sentir o ar leve que aqui se respira, a deixar-se encantar pelo horizonte azulado ou mesmo a apreciar os frondosos arvoredos ripícolas que bordejam e marcam o contorno curvilíneo dos cursos de água que atravessam o concelho, bem como as agras agrícolas que se acotovelam pelos vales dos rios Sousa e Mezio. Venha desfrutar, com tempo, os verdes milheirais ou os dourados campos de centeio, agrade o olhar na púrpura flor do linho e sinta o cheiro do mosto das uvas pisadas. Nos tons vivos, nos cheiros intensos, na história...encontra aqui motivo para uma pausa numa típica paisagem do Douro Litoral.



Imagem 10: Rio Mezio



## Informação da Prova/Race Information

- Organização/ Organization: Figueirasbtt/ Lousada / Carvicteam /AC Porto/UVP-FPC
- Denominação da Prova/*Name*: Portugal CUP XCO Lousada
- Tipo de Prova/*Type*: Cross Country Olympic - XCO
- Data da prova/*Date*: 30 de Abril e 1 Maio de 2022/ April 30th & May 1st, 2022.
- Local da Prova/*Location*: Complexo desportivo de Lousada, GPS: [41.286614, - 8.292793](#)

## Equipa Técnica/STAFF

- Diretor da Organização/*Organization Director* : Nuno Costa
- Diretor da Prova/*Race Director* : Nuno Costa
- Diretor do Percurso/*Course Director* : Vítor Costa
- Diretor de Segurança/*Security Director*: António Leite
- Diretor de Imprensa e RP/*Press and public relations Director* : Paula Barros
- Comissária Internacional/ *International Commissaire*: Francinelli Annamaria
- Médico da prova/*Medical Services* : Dr<sup>a</sup> Filipa Paraíso e Dr<sup>o</sup> João
- Equipa de Socorro/*First responders* : Cruz Vermelha Portuguesa de Vilela
- Diretor Nacional BTT / MTB National Director: Jorge Rocha
- Coordenador Técnico Nacional BTT/MTB National Technical Coordinator: Pedro Vigário
- Fotógrafo/Photographer: Júlio Ornelas (UVP-FPC)

## PROGRAMA/PROGRAM

<b>SÁBADO/SATURDAY</b>	
<b>10H00</b>	Abertura do secretariado/ <i>Race Office Open</i>
<b>10H15</b>	Abertura do circuito para treinos/ <i>Official Training</i>
<b>13H00</b>	Encerramento do secretariado/ <i>Race Office Close</i>
<b>13H00</b>	Encerramento do circuito para treinos/ <i>End of Training</i>
<b>14H30</b>	Abertura do secretariado/ <i>Race Office Open</i>
<b>14H30</b>	Abertura do circuito para treinos/ <i>Official Training</i>
<b>17H00</b>	Encerramento dos treinos/ <i>End of Training</i>
<b>18H00</b>	Encerramento do secretariado e inscrições/ <i>Race Office Close</i>
<b>18H15</b>	Reunião com Diretores Desportivos/ <i>Team Managers Meeting</i>
<b>DOMINGO/SUNDAY</b>	
<b>07H45</b>	Abertura do secretariado/ <i>Race Office Open</i>
<b>08H15</b>	Encerramento da confirmação das inscrições/ <i>End of registrations</i>
<b>08H45</b>	Chamada para corrida C1/ <i>Call Up Race 1</i>
<b>09H00</b>	<b>Corrida C1/Race 1</b>  Cadetes Masculinos e Femininos  Male and Female Cadets
<b>10H00</b>	Chamada para Corrida C2/ <i>Call Up Race 2</i>
<b>10H15</b>	<b>Corrida C2/Race 2</b> Juniors Masculinos e todas as categorias de Femininas excetuando Cadetes  Male Juniors and all Female categories except Cadets
<b>12H15</b>	Chamada para a Corrida C3/ <i>Call Up Race 3</i>
<b>12H30</b>	<b>Corrida C3/Race 3</b> Masters Masculinos M30, M40, M50, M60 Paraciclismo Masculinos  <i>Men's Masters M30, M40, M50, M60 Paracyclism</i>

<b>13H45</b>	<b>Entrega de prémios Corrida C1+C2+C3 (Excetuando Elites e Sub23 Femininas)</b>
<b>14H15</b>	Chama para corrida C4/Call Up Race 4
<b>14H30</b>	<b>Corrida C4/Race 4</b>  Elites/ Sub23 Masculinos / Elite/Sub23 Men's
<b>16H30</b>	Entrega de prémios Corrida C4,Sub23 Femininas, Elites Femininas e Equipas.  Delivery of Race C4, Women's Sub23, Female Elites and Teams awards.



## Categorias e Tempos/*Categories and Times*

<b>Categoria/Category</b>	<b>Idades/Ages</b>	<b>Tempo Prova/Race Time</b>	
		<b>Mínimo</b>	<b>Máximo</b>
<b>Masculinos/Men</b>			
Cadetes	15/16 anos	0h45	1h00
Juniores	17/18 anos	1h00	1h15
Elite + Sub23	19/22	1h20	1h40
Masters 30	30/39 anos	1h00	1h15
Masters 40	40/49 anos	1h00	1h15
Masters 50	50/59 anos	1h00	1h15
Masters 60	>60 Anos	1h00	1h15
<b>Femininos/Woman</b>			
Cadetes	15/16 anos	0h45	1h00
Juniores	17/18 anos	1h00	1h15
Elites + Sub23	19/22 anos	1h20	1h40
Masters 30 Fem	30/39 anos	1h00	1h15
Masters 40 Fem	40/49 anos	1h00	1h15
Masters 50 Fem	>50 anos	1h00	1h15
<b>Paraciclistas/Paracycling</b>			
D	≥ 19 anos	1h00	1h15

## CORRIDAS

A prova é organizada por várias corridas divididas da seguinte forma:

<b>Corrida C1/Race 1</b>	Cadetes Masculinos e Femininos <i>Male and Female Cadets</i>
<b>Corrida C2/Race 2</b>	Juniores Masculinos e todas as categorias de Femininas excetuando Cadetes <i>Male Juniors and all Female categories except Cadets</i>
<b>Corrida C3/Race 3</b>	Masters Masculinos M30, M40, M50, M60 Paraciclismo Masculinos <i>Men's Masters M30, M40, M50, M60</i> <i>Paracyclism</i>
<b>Corrida C4/Race 4</b>	Elites/ Sub23 Masculinos  Elite/Sub23 Men's

## Prémios

Serão atribuídos troféus ao 1º, 2º e 3º classificado de cada categoria.

Será atribuído Troféu da Juventude ao 1º, 2º e 3º classificado Sub/23 masculino e femininos com a sua classificação a ser retirada da classificação geral Elite/Sub23.

Serão atribuídos prémios monetários de acordo com as Obrigações Financeiras da UCI para as provas internacionais classe 2 do grupo 2.

## Pontos para a Taça de Portugal

Classificação	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º	16º	17º	18º	19º	20º
Pontos	3	3	2	2	2	2	1	1	1	13	11	9	8	7	6	5	4	3	2	1
	5	0	7	5	3	1	9	7	5											

## Pontos para o ranking UCI

Classificação	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
Pontos Júnior	20	18	16	14	12	10	8	6	4	2
Pontos Elite	30	25	15	12	10	8	6	4	2	1

### Inscrições/Registrations:

<https://www.fpciclismo.pt/inscricoes-prova-internacional>

Contacto preferencial para questões relacionadas com inscrições

<mailto:mtbevents@fpciclismo.pt>

**Prazo limite/Deadline** : 23h59 do dia 28 de abril

### Reunião de diretores desportivos/Meeting of sports directors:

Online no dia 28 de abril às 21h via plataforma Microsoft Teams.

## Mapa do Circuito/*Circuit map:*

Distância/*Distance:* 4 KLM





### **Como chegar/How to Get There:**

### **Coordenadas GPS:**

Campos Multifuncionais

N41° 17.222'

W8° 17.483'278°

### **Onde ficar/Where to stay:**

#### **Lousada Country Hotel – Via Meã Village**

Variante de Vila Meã, 531 4620-426 Lousada

4620-426 Lousada

Telef: 255812240/3

E-Mail: [geral@lousadacountryhotel.com](mailto:geral@lousadacountryhotel.com)

Site: [www.lousadacountryhotel.com](http://www.lousadacountryhotel.com)

N 41° 17' 12.030'' W 8° 16' 58.354''

#### **Capacidade:**

Nº de quartos: 20

Apartamentos: 10

#### **Residencial Estrada Real**

EN 15 – Torno

Tel: 255733151

E-Mail: [geral@estradareal.pt](mailto:geral@estradareal.pt)

Site: [www.estradareal.pt](http://www.estradareal.pt)

N 41° 17' 19.557'' W 8° 11' 46.954''

Capacidade: 25 quartos duplos

**Casa de Juste** (Turismo de Habitação)

Avenida do Rio, nº 14 4620-786 Torno LSD Tel: 255821626  
E-mail: [casadejuste@casadejuste.com](mailto:casadejuste@casadejuste.com)

Site: [www.casadejuste.com](http://www.casadejuste.com)

N 41° 17' 27.443'' W 8° 13' 19.712''

Capacidade: 10 quartos duplos

**Quinta da Longra** (Casa de Campo)

Rua de Santo Estevão, 3841  
4620-615 Barrosas (Santo Estevão) LSD  
Tel: 253583570

E-mail: [quintadalongra@gmail.com](mailto:quintadalongra@gmail.com)

Site: [www.quintadalongra.com](http://www.quintadalongra.com)

N 41° 20' 17.586'' W 8° 16' 54.878''

Capacidade: 5 quartos duplos + 1 apartamento

**Quinta de Lourosa** (Casa de Campo)

Estrada Santa Maria de Sousela, 1913  
4620-469 Sousela - LSD  
Tel: 255815312

M: 963213655

E-mail: [info@quintadelourosa.com](mailto:info@quintadelourosa.com)

Site: [www.quintadelourosa.com](http://www.quintadelourosa.com)

N 41° 17' 38.381'' W 8° 18' 12.357''

Capacidade:

5 quartos + 1 apartamento com Kitchenette

**Casa de Marlães** (Casa de Campo)

Rua de Marlães, 64

Nespereira

Tel: 255815171

E-mail: [geral@casademarlaes.com](mailto:geral@casademarlaes.com)

Site: [www.casademarlaes.com](http://www.casademarlaes.com)

N 41° 15'06.56'' W 8°18'17.48''

Capacidade: 2 quartos duplos

**Quinta do Perguntouro** (Casa de Campo)

Travessa do Perguntouro nº 31

4620-615 Santo Estevão Barrosas

e-mail: [geral@quintadoperguntouro.com](mailto:geral@quintadoperguntouro.com)

Site: [www.quintaperguntouro.com](http://www.quintaperguntouro.com)

Tel: 939 903 649

**Alojamento Local:**

**Pensão Lousadense** (Alojamento Local)

Boim – Lousada

Tel: 255812606

Lat: 41° 15' 56.018" N Long: 8° 17' 29.630" O

Capacidade: 24 quartos duplos

**Quinta da Tapada** (Alojamento Local)

Tapada – Casais

Tel: 255820920

E-mail: [geral@quintadatapada.pt](mailto:geral@quintadatapada.pt)

Site: [www.quintadatapada.pt](http://www.quintadatapada.pt)

N 41° 15' 37.194'' W 8° 18' 13.477''

Capacidade: 5 quartos duplos + 1 suite

**Casa de Sedoura** (Alojamento Local)

Rua 1º de Maio, nº 459

Boim

T: 919171214

E-mail: [goreticasadesedoura@gmail.com](mailto:goreticasadesedoura@gmail.com)

Lat: 41°15'08.90'' N Long: 8°17'13.48'' W

Capacidade: 3 quartos duplos

**Lousada Villa – My Portugal for All** (Alojamento Local) Rua de Tecas, nº 9  
Cernadelo

T: 964670328/963130065

E-mail: [diasmanuel1958@gmail.com](mailto:diasmanuel1958@gmail.com)

Capacidade: 2 quartos duplos

**Casinha de Campo / Casa de Vilar** (Alojamento Local)

Rua Rui Feijó, nº 921

Vilar do Torno e Alentém

T: 255913446

E-mail: [abifeijo@ciclopefilmes.com](mailto:abifeijo@ciclopefilmes.com)

Lat: 41°16'59.60"N Long:8°13'16.20"W

Capacidade: 1 apartamento/3 camas

**Aveleda Village** (Alojamento Local)

Estrada do Casal de Baixo, 374

Aveleda

T: 911544098

E-mail: [aveledavillage@gmail.com](mailto:aveledavillage@gmail.com)

**Casas do Souto (Alojamento Local)**

Avenida do Souto, 420

4620-318 Macieira LSD

T: 255176432 / 915283322

Site: [www.casasdosouto.com](http://www.casasdosouto.com)

[Info@casasdosouto.com](mailto:Info@casasdosouto.com)

## Onde Comer/Where to eat

Pizzaria Ricardo

Rua Estrada da Bota, nº 126

4620 – 668

Telefone : 255912077

Site: [pizzariasricardo.com](http://pizzariasricardo.com)



## **Contactos/Contacts:**

Equipa de Ciclismo FigueirasBTT/Lousada/CarvicTeam

Rua A.D.C. Figueiras, 4620-204 Lousada

Mobile : +351 912 878 152

Email : nunommcosta81@gmail.com

Associação de Ciclismo do Porto

Rua António Pinto Machado, nº 60 3º Esquerdo

4100 – 068 Porto

Mobile: +351 910 692 247

Email: geral@acporto.org

UVP-Federação Portuguesa de Ciclismo

Pedro Vigário: +351 962 042 698

Toni Carmo: +351 969 163 716

Rua de Campolide, 12

1070-030 Lisboa

[www.fpciclismo.pt](http://www.fpciclismo.pt)