

Concentração: Rua Vale da Naia - 8h00
































Secretariado: CCRPena

Chegada: Recinto da Feira - Cantanhede

45,5km's - Cadetes F. e Master 50 F.

63,1km's - Juniores F e Master 30 F /40 F

81,2km's - Sub23 F. e Elites F.

Km »	km «	Alt.	Percurso		Horários de passagem		
					36 Km/h	34 Km/h	32 Km/h
0	81,1		Partida Simbolica - Pena , Rua Vale da Naia		09:30	09:30	09:30
0,1			Semáforos, à esquerda para Coimbra				
0,7			Rotunda, em frente				
1,4			À direita para Portunhos				
0	79,5		Partida Real, junto ao Centro Cultural		09:35	09:35	09:35
2,8	76,7		À direita para ANÇÃ		09:34	09:34	09:34
4,4	75,1		À esquerda para Rua Santa Maria / Rua Outeiro do Paço (BA)		09:37	09:37	09:37
5,4	74,1		Nos semáforos, à esquerda para N234-1		09:39	09:39	09:39
5,8	73,7		Rotunda da A14, em frente pela variante para Cantanhede		09:39	09:39	09:40
9,5	70,0		Na rotunda das Bombas AB, em frente, direção Cantanhede		09:45	09:45	09:46
10	69,5		PENA, placa		09:46	09:46	09:47
10,3	66,4		Nos semáforos, à direita para Cordinhã		09:47	09:47	09:48
13,3	66,2		Rotunda da Rolha Bairrada, à direita na 1ª saída - Cordinhã		09:52	09:52	09:53
14	65,5		À direita para o centro, Rua Cruz e Rua Quinta do Monção		09:53	09:53	09:54
15,2	64,3		À direita para Portunhos		09:55	09:55	09:56
19,3	60,2		Portunhos , placa		10:02	10:02	10:04
19,7	59,8		À esquerda, para Rua Dona Antónia		10:02	10:02	10:04
22,1	57,4		À direita para ANÇÃ		10:06	10:06	10:09
23,6	55,9		À esquerda para Rua Santa Maria / Rua Outeiro do Paço		10:09	10:09	10:11
24,6	54,9		Nos semáforos, à esquerda para N234-1		10:11	10:11	10:13
25	54,5		Rotunda da A14, em frente pela variante para Cantanhede		10:11	10:11	10:14
28,8	50,7		Na rotunda das Bombas AB, em frente, direção Cantanhede		10:18	10:18	10:20
29,3	50,2		À esquerda, nos semáforos para Pena , centro (BA)		10:18	10:18	10:21
29,5	50,0		À direita para centro		10:19	10:19	10:22
30,4	49,1		À esquerda para Rua 25 de abril		10:20	10:20	10:23
30,8	48,7		Inicio Sterrato		10:21	10:21	10:24
31,8	47,7		Final Sterrato , à direita		10:23	10:23	10:26
32,1	47,4		Rotunda, à direita para Outil		10:23	10:23	10:26
34,6	44,9		Outil		10:27	10:27	10:31
35,1	44,4		Rotunda, em frente para Cantanhede		10:28	10:28	10:31
37,7	41,8		Cantanhede placa		10:32	10:32	10:36
38,6	40,9		À direita para o centro, EN 335 Rua Dr António José de Almeida		10:34	10:34	10:38
39,2	40,3		Rotunda no empedrado junto à CMC, à direita Rua dos Bombeiros		10:35	10:35	10:39
39,4	40,1		Lombas (2) no empedrado		10:35	10:35	10:39
40,1	39,4		Rotunda Bombeiros Voluntários, à esq. p/ Rua Dr. Albano Pais de Sousa		10:36	10:36	10:40
40,5	39,0		META, Cadetes e M50F , Junto ao Recinto da Feira (1ª passagem)		10:37	10:37	10:41
40,6	38,9		À direita na Rua Leonardo Lopes		10:37	10:37	10:41
40,8	38,7		À direita para EM 234		10:38	10:38	10:42

Data: 12/03/2023 Hora partida: 09:30

Concentração: Rua Vale da Naia - 8h00

Secretariado: CCRPena

Chegada: Recinto da Feira - Cantanhede

45,5km's - Cadetes F. e Master 50 F.

63,1km's - Juniores F e Master 30 F /40 F

81,2km's - Sub23 F. e Elites F.



Km »	km «	Alt.	Percurso		Horários de passagem		
					36 Km/h	34 Km/h	32 Km/h
41,2	38,3		Rotunda da bp, à esquerda, sentido Mealhada		10:38	10:38	10:42
41,5	35,2		À direita para Hiper Continente		10:39	10:39	10:43
41,9	37,6		À direita		10:39	10:39	10:43
42	37,5		À esquerda para Cordinhã (estrada estreita das vinhas)		10:40	10:40	10:44
43,2	36,3		Passagem de nível, desativada (BA)		10:42	10:42	10:46
43,3	36,2		Curva perigosa (BA)		10:42	10:42	10:46
45,8	33,7		Rotunda da Rolha Bairrada, na 2ª saída à direita para Pena		10:46	10:46	10:50
48,3	31,2		Pena		10:50	10:50	10:55
48,8	30,7		Semáforos, em frente para o centro		10:51	10:51	10:56
50	29,5		À direita para centro		10:53	10:53	10:58
50,9	28,6		À esquerda para Rua 25 de abril		10:54	10:54	10:59
51,3	28,2		Início Sterrato		10:55	10:55	11:00
52,2	27,3		Final Sterrato , à direita		10:57	10:57	11:02
52,4	27,1		Rotunda, à direita para Outil		10:57	10:57	11:02
55,1	21,6		Outil		11:01	11:01	11:07
55,6	23,9		Rotunda, em frente para Cantanhede		11:02	11:02	11:08
58,3	18,4		Cantanhede		11:07	11:07	11:12
58,6	20,9		À direita para o centro, EN 335 Rua Dr António José de Almeida		11:07	11:07	11:13
59	20,5		Centro, Rotunda no empedrado junto à CMC, à direita Rua dos Bombeiros		11:08	11:08	11:14
59,2	20,3		Lombas (2) no empedrado		11:08	11:08	11:14
59,6	19,9		Rotunda Bombeiros Voluntários, à esq. p/ Rua Dr. Albano Pais de Sousa		11:09	11:09	11:15
60	19,5		META, juniores e M30F/M40F,(2ª passagem)		11:10	11:10	11:15
79,5	0,0		META, Sub23 e Elites, (3ª passagem)		11:42	11:42	11:50