



RESUMO DAS ETAPAS

DATA	Nº ETAPA	KMS	PARTIDA	HORA	CHEGADA	HORA
25 de Abril	1ª	141.5	Resende – Caldas de Aregos	13h00	Resende – São Martinho de Mouros	16h24
26 de Abril	2ª	147.2	Santa Marta de Penaguião – Alameda 13 de Janeiro	12h00	Carrazeda de Ansiães – Av. Aquilo Ribeiro	15h35
27 de Abril	3ª	129.6	Tabuaço – Piscinas Municipais	12h00	Armamar – Av. Dr. Oliveira Salazar	15h10
28 de Abril	4ª	170.4	Lamego – Av. Dr. Alfredo Sousa	12h00	Lamego – Av. Dr. Alfredo Sousa	15h56

1ª Etapa - 07/06/2024

Termas Caldas de Aregos - Resende/ São Martinho de Mouros - Resende - 141,5 KM









Concentração/Parque Equipas: Partida - Termas Caldas de Aregos/ Chegada: Av. Nené Ribeiro

Partida: Termas Caldas de Aregos- 13h00

Chegada: São Martinho de Mouros - 16h24 (melhor horário)

Km +	km -	Alt.	Percurso		i	Horários de passagem		
						38 Km/h	40 Km/h	42 Km/h
0,0	3,5	18	Termas Caldas de Aregos			13:00	13:00	13:00
0,0	3,5	18	Drt. p/Resende					
3,5	0,0	144	Partida Real - Estádio Municipal de Fornelos					
0,0	141,5	142	Partida Real - Estádio Municipal de Fornelos			13:05	13:05	13:05
0,1	141,4	146	Em frente p/Resende			13:05	13:05	13:05
1,0	140,5	147	Drt. p/Resende			13:06	13:06	13:06
1,3	140,2	164	Drt. p/Resende			13:07	13:06	13:06
1,6	139,9	180	Rot. drt.			13:07	13:07	13:07
1,8	139,7	191	Rot. esq. p/Lamego			13:07	13:07	13:07
2,4	139,1	198	Rot. em frente p/Lamego			13:08	13:08	13:08
3,1	138,4	217	Em frente p/Lamego			13:09	13:09	13:09
10,9	130,6	274	Em frente p/Lamego			13:22	13:21	13:20
11,1	130,4	272	Em frente p/Lamego			13:22	13:21	13:20
15,8	125,7	209	Meta Volante - Barrô			13:29	13:28	13:27
19,6	121,9	210	Molões			13:35	13:34	13:33
21,8	119,7	197	Em frente p/Réguas			13:39	13:37	13:36
22,6	118,9	149	Samodães			13:40	13:38	13:37
24,6	116,9	98	Drt. p/Moledo - Atenção - Viragem Acentuada			13:43	13:41	13:40
25,1	116,4	21	Penajoia - Atenção - Estrada Estreita e Sinuosa			13:44	13:42	13:40
26,0	115,5	20	Atenção - Estrada Estreita			13:46	13:44	13:42
34,1	107,4	279	Drt. p/Resende			13:58	13:56	13:53
37,1	104,4	360	Esq. p/Paus			14:03	14:00	13:58
37,7	103,8	395	Esq			14:04	14:01	13:58
38,0	103,5	328	Sprint Especial - 1ª Passagem pela Meta			14:05	14:02	13:59
40,5	101,0	503	Santa Eulália			14:08	14:05	14:02
43,0	98,5	566	Drt. p/Resende - Atenção - Estrada Estreita			14:12	14:09	14:06
48,3	93,2	205	Esq. p/Resende			14:21	14:17	14:14

54,3	87,2	187	Em frente p/Resende			14:30	14:26	14:22
55,2	86,3	183	Rot. em frente p/Resende			14:32	14:27	14:23
55,8	85,7	216	Rot. esq. p/ Cárquere			14:33	14:28	14:24
56,1	85,4	267	Início de Subida			14:33	14:29	14:25
56,9	84,6	433	Drt. p/Panchorra			14:34	14:30	14:26
59,1	82,4	594	Esq. p/Panchorra			14:38	14:33	14:29
61,1	80,4	594	Felgueiras			14:41	14:36	14:32
61,2	80,3	1030	Zona de Descarte			14:41	14:36	14:32
66,9	74,6	1030	Prémio Montanha - São Cristovão - 1ª Cat.			14:50	14:45	14:40
67,4	74,1	974	Drt. p/Panchorra			14:51	14:46	14:41
70,1	71,4	974	Talhada			14:55	14:50	14:45
70,2	71,3	1015	Esq. p/Panchorra			14:55	14:50	14:45
72,9	68,6	999	Panchorra			15:00	14:54	14:49
73,1	68,4	1002	Esq. p/Gralheira - Atenção - Estrada Estreita e Sinuosa			15:00	14:54	14:49
75,9	65,6	1035	Esq. p/ Carvalhosa			15:04	14:58	14:53
79,2	62,3	1029	Em frente p/ EN321			15:10	15:03	14:58
79,7	61,8	913	Atenção - Descida Sinuosa			15:10	15:04	14:58
80,9	60,6	887	Atenção - Curva Acentuada			15:12	15:06	15:00
81,1	60,4	385	Drt. p/ Cinfães			15:13	15:06	15:00
106,1	35,4	316	Travassos			15:52	15:44	15:36
197,7	-56,2	316	Cinfães			18:17	18:01	17:47
108,0	33,5	310	Drt. p/Cinfães Centro			15:55	15:47	15:39
108,1	33,4	298	Em frente			15:55	15:47	15:39
108,5	33,0	298	Em frente			15:56	15:47	15:40
108,5	33,0	286	Drt.			15:56	15:47	15:40
108,6	32,9	268	Rot. em frente p/Resende (Circular p/Direita)			15:56	15:47	15:40
108,9	32,6	47	Rot. drt. p/Resende - Atenção - Descida Sinuosa			15:56	15:48	15:40
112,5	29,0	37	Pias			16:02	15:53	15:45
113,5	28,0	22	Drt. p/Resende			16:04	15:55	15:47
114,3	27,2	21	Zona de Descarte			16:05	15:56	15:48
115,6	25,9	29	Drt. p/Resende			16:07	15:58	15:50
125,4	16,1	18	Caldas de Aregos			16:23	16:13	16:04
130,4	11,1	136	Esq. p/EN222			16:30	16:20	16:11

130,5	11,0	136	Meta autarquias - Resente (logo a seguir ao Cruzamento)	MA		16:31	16:20	16:11
130,6	10,9	147	Em frente			16:31	16:20	16:11
131	10,5	154	Em frente p/Lamego			16:31	16:21	16:12
131,7	9,8	168	Rot. em frente p/Lamego			16:32	16:22	16:13
132	9,5	187	Rot. esq. p/Lamego			16:33	16:23	16:13
134,5	7,0	221	Zona de Descarte			16:37	16:26	16:17
140,6	0,9	360	Drt. p/São Martinho de Mouros			16:47	16:35	16:25
141,5	0,0	328	Meta Final - São Martinho de Mouros			16:48	16:37	16:27

2ª Etapa - 08/06/2024







Santa Marta de Penaguião/ Carrazeda de Ansiães - 147,2 KM

Concentração/Parque Equipas: Partida - Parque da GNR de S.M. Penaguião / **Chegada:** Parque da Feira de Carrazeda

Partida: Alameda 13 de Janeiro - 12h00

Chegada: Av. Aquilino Ribeiro - 15h35 (melhor horário)

Km +	km -	Alt.	Percurso		i	Horários de passagem		
						38 Km/h	40 Km/h	42 Km/h
0,0	3,1	260	Alameda 13 de Janeiro			12:00	12:00	12:00
0,0	3,1	260	Drt. p/EN2 - Régua					
0,3	2,8	275	Rot. em frente p/Régua					
1,1	2,0	292	Rot. em frente p/Régua					
3,1	0,0	331	Partida Real - EN2 (Café Central)					
0,0	147,2	331	Partida Real - EN2 (Café Central)			12:05	12:05	12:05
0,1	147,1	332	Em frente p/Régua			12:05	12:05	12:05
2,5	144,7	218	Esq. p/Régua			12:08	12:08	12:08
3,0	144,2	199	Rot. em frente p/Régua			12:09	12:09	12:09
4,3	142,9	115	Rot. drt. p/Régua - Centro			12:11	12:11	12:11
4,5	142,7	104	Rot. esq. p/Lamego			12:12	12:11	12:11
5,0	142,2	103	Rot. drt. p/ S.J. Pesqueira			12:12	12:12	12:12
5,1	142,1	100	Drt. p/ S.J. Pesqueira			12:13	12:12	12:12
5,2	142,0	99	Drt. p/ S.J. Pesqueira			12:13	12:12	12:12
12,4	134,8	103	Em frente p/ S.J. Pesqueira			12:24	12:23	12:22
14,2	133,0	101	Folgosa do Douro			12:27	12:26	12:25
21,2	126,0	102	Sprint Especial (Casa dos Peixinhos)	SE		12:38	12:36	12:35
23,3	123,9	98	Em frente p/Pinhão			12:41	12:39	12:38
26,8	120,4	104	Esq. p/Pinhão			12:47	12:45	12:43
28,6	118,6	105	Atenção - Passagem Estreita			12:50	12:47	12:45
28,9	118,3	106	Atenção - Passagem de Nivel			12:50	12:48	12:46
29,7	117,5	113	Esq. p/Sabrosa			12:51	12:49	12:47
29,9	117,3	106	Atenção - Passagem Estreita			12:52	12:49	12:47
29,9	117,3	106	Drt. p/ Sabrosa			12:52	12:49	12:47
30,1	117,1	107	Início de Subida			12:52	12:50	12:48
34,2	113,0	305	São Cristovão do Douro			12:59	12:56	12:53
38,7	108,5	532	Em frente p/Sabrosa			13:06	13:03	13:00

38,8	108,4	557	Prémio Montanha - Santa Marinha - 2ª Cat (j. capela)			13:06	13:03	13:00
40,8	106,4	549	Rot. esq. p/Sabrosa			13:09	13:06	13:03
44,4	102,8	577	Rot. em frente p/Sabrosa			13:15	13:11	13:08
44,8	102,4	589	Drt. p/Sabrosa - Centro			13:15	13:12	13:09
48,0	99,2	584	Zona de Descarte			13:20	13:17	13:13
56,8	90,4	529	Atenção - Passagem Estreita			13:34	13:30	13:26
57,0	90,2	533	Esq. p/Favaios - EN323			13:35	13:30	13:26
59,8	87,4	587	Drt. p/Jorgais - EN15			13:39	13:34	13:30
62,7	84,5	652	Jorgais de Parafita			13:44	13:39	13:34
65,7	81,5	727	Rot. esq. p/Murça			13:48	13:43	13:38
69,0	78,2	772	Rot. em frente p/Murça			13:53	13:48	13:43
69,2	78,0	772	Rot. em frente p/Murça			13:54	13:48	13:43
70,0	77,2	751	Em frente p/Murça			13:55	13:50	13:45
72,1	75,1	665	Em frente p/Murça			13:58	13:53	13:48
77,4	69,8	422	Atenção - Passagem Estreita			14:07	14:01	13:55
79,6	67,6	490	Rot. esq. p/Murça - Centro			14:10	14:04	13:58
79,7	67,5	490	Em frente p/Murça - Centro			14:10	14:04	13:58
80,0	67,2	477	Rot. esq. p/Murça (Circular p/Direita)			14:11	14:05	13:59
80,1	67,1	484	Meta Autraquias - Murça (instalada na faixa da direita)			14:11	14:05	13:59
80,2	67,0	488	Rot. drt.			14:11	14:05	13:59
80,4	66,8	481	Rot. drt. p/Carrazeda de Ansiães			14:11	14:05	13:59
80,4	0,0	480	Rot. drt.			14:11	14:05	13:59
80,7	66,5	475	Rot. drt. p/Pegarinhos			14:12	14:06	14:00
81,7	65,5	465	Rot. drt. p/Noura			14:14	14:07	14:01
81,7	65,5	458	Rot. em fernte p/Noura			14:14	14:07	14:01
82,7	64,5	422	Em frente			14:15	14:09	14:03
84,9	62,3	434	Em frente			14:19	14:12	14:06
87,9	59,3	520	Atenção - Passagem Estreita			14:23	14:16	14:10
88,7	58,5	560	Drt. p/Alijó			14:25	14:18	14:11
88,7	58,5	710	Início de Subida			14:25	14:18	14:11
91,7	55,5	770	Prémio Montanha - Alto do Cavallo - 3ª Cat			14:29	14:22	14:16
93,4	53,8	769	Esq. p/Alijó - EN212			14:32	14:25	14:18
93,4	53,8	769	Zona de Descarte			14:32	14:25	14:18

93,9	53,3	766	Drt. p/Alijó			14:33	14:25	14:19
94,2	53,0	755	Esq. p/Vila Chã			14:33	14:26	14:19
97,0	50,2	805	Rot. esq. p/Gran Cruz			14:38	14:30	14:23
100,3	46,9	704	Drt. p/ Sanfins do Douro			14:43	14:35	14:28
101,0	46,2	746	Rot. esq. p/ Sanfins do Douro			14:44	14:36	14:29
103,7	43,5	739	Drt. p/Sanfins do Douro			14:48	14:40	14:33
103,7	43,5	739	Atenção descida Sinuosa - Piso Empedrado			14:48	14:40	14:33
104,3	42,9	642	Atenção - Passagem Estreita			14:49	14:41	14:34
104,8	42,4	642	Esq. - Viragem Acentuada			14:50	14:42	14:34
105,5	41,7	614	Drt.			14:51	14:43	14:35
105,1	42,1	613	Esq.			14:50	14:42	14:35
105,2	42,0	608	Rot. drt.			14:51	14:42	14:35
105,5	41,7	607	Esq. p/EN322			14:51	14:43	14:35
106,0	41,2	607	Em frente p/Favaios			14:52	14:44	14:36
109,5	37,7	640	Meta Volante - Favaíto (junto a Adega de Favaios)			14:57	14:49	14:41
109,0	38,2	652	Esq. p/Alijó			14:57	14:48	14:40
110,9	36,3	657	Rot. em frente p/Alijó			15:00	14:51	14:43
112,6	34,6	618	Rot. em frente p/Alijó			15:02	14:53	14:45
113,2	34,0	603	Rot. drt. p/Foz do Tua			15:03	14:54	14:46
113,5	33,7	598	Rot. em frente p/Foz do Tua			15:04	14:55	14:47
118,9	28,3	429	S. Mamede de Ribatua			15:12	15:03	14:54
125,9	21,3	126	Foz do Tua			15:23	15:13	15:04
128,2	19,0	139	Esq., p/Carrazeda de Ansiães			15:27	15:17	15:08
128,3	18,9	142	Início de Subida			15:27	15:17	15:08
142,0	5,2	711	Zona de descarte			15:49	15:38	15:27
144,4	2,8	729	Rot. drt. p/ Carrazeda de Ansiães			15:53	15:41	15:31
146,2	1,0	753	Drt. p/ Vila Flor			15:55	15:44	15:33
146,3	0,9	750	Esq. p/ Carrazeda de Ansiães - Centro			15:56	15:44	15:34
146,6	0,6	744	Drt.			15:56	15:44	15:34
146,7	0,5	739	Rot. drt. p/parque de Merendas			15:56	15:45	15:34
147,2	0,0	740	Meta Final - Av. Aquilino Ribeiro - PM - Carrazeda de Ansiães - 1ª Cat.			15:57	15:45	15:35

3ª Etapa - 09/06/2024

Tabuaço/ Armamar - 129,5KM

Concentração/Parque Equipas Partida: Rua Abel Botelho - Tabuaço/**Chegada:** Mercado Municipal - Armamar

Partida: Piscinas Municipais - Tabuaço - 12h00

Chegada: Av. Dr. Oliveira Salazar - Armamar- 15h10 (melhor horário)

Km +	km -	Alt.	Percurso		i	Horários de passagem		
						38 Km/h	40 Km/h	42 Km/h
0,0	4,1	400	Piscinas Municipais - Tabuaço			12:00	12:00	12:00
0,0	4,1	400	Esq. p/Rua Abel Botelho					
0,3	3,8	495	Drt. p/ Av. Mal Carmona					
0,4	3,7	495	Drt. p/Barcos					
2,6	1,5	568	Em frente p/Barcos					
3,5	0,6	587	Drt. p/Barcos					
4,1	0,0	645	Partida Real - Barcos (Junto à Capela)					
0,0	129,5	645	Partida Real - Barcos (Junto à Capela)			12:05	12:05	12:05
0,1	129,4	648	Em frente p/Pinheiros			12:05	12:05	12:05
2,4	127,1	650	Pinheiros			12:08	12:08	12:08
2,7	126,8	661	Rot. em frente p/ Grando Tedo			12:09	12:09	12:08
3,5	126,0	666	Atenção - Passagem Estreita			12:10	12:10	12:10
6,2	123,3	649	Atenção - Lombas e Passagem Estreita			12:14	12:14	12:13
6,5	123,0	569	Em frente p/Armamar			12:15	12:14	12:14
8,4	121,1	553	Atenção - Descida Sinuosa - Curvas Acentuadas			12:18	12:17	12:17
8,7	120,8	391	Esq. p/Viseu - Viragem Acentuado			12:18	12:18	12:17
15,1	114,4	368	Esq. p/Nogosa			12:28	12:27	12:26
19,3	110,2	477	Drt. p/Barcos			12:35	12:33	12:32
21,2	108,3	604	Drt. p/Moimenta da Beira			12:38	12:36	12:35
25,2	104,3	796	Esq. p/Moimenta da Beira			12:44	12:42	12:41
27,3	102,2	791	Esq. p/Tabuaço			12:48	12:45	12:44
29,8	99,7	667	Meta Volante - Guedieiros			12:52	12:49	12:47
46,0	83,5	658	Esq. p/Tabuaço Centro			13:17	13:14	13:10
46,7	82,8	475	Rot. drt. p/Tabuaço Centro			13:18	13:15	13:11
46,8	82,7	511	Meta Autarquias - Tabuaço			13:18	13:15	13:11
46,9	82,6	515	Drt. p/Régua			13:19	13:15	13:12
47,2	82,3	516	Drt. p/Régua			13:19	13:15	13:12

47,4	82,1	494	Drt. p/Régua			13:19	13:16	13:12
49,0	80,5	473	Drt. p/Desejosa - Atenção - Descida Sinuosa			13:22	13:18	13:15
51,2	78,3	410	Em frente p/Desejosa- Atenção - Descida Sinuosa - Curvas Acentuadas			13:25	13:21	13:18
52,4	77,1	229	Início de Subida			13:27	13:23	13:19
52,4	77,1	128	Zona de Descarte			13:27	13:23	13:19
55,3	74,2	381	Desejosa			13:32	13:27	13:24
57,7	71,8	505	Prémio Montanha - Desejosa - 1ª Cat.			13:36	13:31	13:27
58,7	70,8	497	Esq. p/Régua - Atenção - Descida Sinuosa			13:37	13:33	13:28
59,4	70,1	447	Valença do Douro			13:38	13:34	13:29
60,2	69,3	402	Atenção - Passagem Estreita - Piso Empedrado			13:40	13:35	13:31
60,8	68,7	366	Atenção Descida Sinuosa - Curvas Acentuadas			13:41	13:36	13:31
61,1	68,4	337	Atenção Descida Sinuosa - Curvas Acentuadas - Piso Empedrado			13:41	13:36	13:32
63,6	65,9	134	Em frente p/Régua - EN222			13:45	13:40	13:35
65,8	63,7	91	Em frente p/Régua - EN223			13:48	13:43	13:39
74,6	54,9	84	Sprint Especial- Folgosa (Junto ao Rest. Doc)			14:02	13:56	13:51
76,7	52,8	81	Em frente p/Régua - EN223			14:06	14:00	13:54
83,9	45,6	71	Esq. p/Lamego			14:17	14:10	14:04
84,0	45,5	74	Rot. em frente p/Lamego - EN313			14:17	14:11	14:05
84,5	45,0	100	Início de Subida			14:18	14:11	14:05
86,7	42,8	210	Esq. p/Armamar			14:21	14:15	14:08
93,5	36,0	551	Prémio Montanha - Vila de Fontelo - 2ª Cat.			14:32	14:25	14:18
94,9	34,6	567	Drt. p/Aldeias			14:34	14:27	14:20
97,8	31,7	631	Em frente p/São Romão			14:39	14:31	14:24
98,6	30,9	651	São Romão			14:40	14:32	14:25
99,0	30,5	661	Atenção - Curva Acentuada - Passagem Estreita			14:41	14:33	14:26
100,5	29,0	690	Drt.			14:43	14:35	14:28
100,5	29,0	758	Zona de Descarte			14:43	14:35	14:28
102,2	27,3	663	Esq. p/Santiago			14:46	14:38	14:31
104,1	25,4	602	Esq. p/Armamar			14:49	14:41	14:33
106,1	23,4	674	Rot. em frente p/Coura			14:52	14:44	14:36
107,7	21,8	652	Esq. p/Coura			14:55	14:46	14:38
110,2	19,3	529	Atenção - Passagem Estreita			14:59	14:50	14:42
112,0	17,5	524	Drt. p/ Vila Seca - Atenção - Viragem Acentuada			15:01	14:53	14:45

112,3	17,2	507	Em frente p/ Tabuaço			15:02	14:53	14:45
112,6	16,9	415	Esq. p/ Fulgosa			15:02	14:53	14:45
116,0	13,5	403	Atenção - Descida Sinuosa			15:08	14:59	14:50
116,6	12,9	344	Curva Perigosa			15:09	14:59	14:51
117,0	12,5	244	Atenção - Descida Sinuosa			15:09	15:00	14:52
118,0	11,5	146	Atenção - Descida Sinuosa			15:11	15:02	14:53
119,9	9,6	174	Esq. p/Régua - Viragem Acentuada			15:14	15:04	14:56
120,3	9,2	170	Drt. p/Pinhão			15:14	15:05	14:56
120,4	9,1	95	Atenção - Descida Sinuosa			15:15	15:05	14:57
120,9	8,6	96	Esq. p/Régua			15:15	15:06	14:57
122,8	6,7	130	Esq. p/Armamar			15:18	15:09	15:00
123,8	5,7	130	Esq. p/Armamar			15:20	15:10	15:01
123,8	5,7	251	Início de Subida			15:20	15:10	15:01
123,8	5,7	251	Zona de Descarte			15:20	15:10	15:01
126,2	3,3	512	Esq. p/Armamar			15:24	15:14	15:05
128,9	0,6	550	Drt. p/Armamar			15:28	15:18	15:09
129,5	0,0	555	Meta Final - Av. Dr. Oliveira Salazar - Prémio Montanha - Armamar - 1ª Cat			15:29	15:19	15:10

4ª Etapa - 10/06/2024




























Lamego/ Lamego - 170,4 KM

Concentração/Parque Equipas: Partida: Pavilhão Multiusos de Lamego/Av. Dom Jacinto Botelho

Partida: Av. Dr. Alfredo Sousa - 12h00

Chegada: Av. Dr. Alfredo Sousa - 15h56 (melhor horário)

Km +	km -	Alt.	Percurso		i	Horários de passagem		
						38 Km/h	40 Km/h	42 Km/h
0,0	3,9	504	Av. Dr. Alfredo Sousa			12:00	12:00	12:00
0,1	3,8	504	Drt. p/Medelo					
0,6	3,3	689	Rot. em frente p/Viseu - EN2					
3,9	0,0	692	Partida Real - Penude					
0,0	170,4	692	Partida Real - Penude			12:05	12:05	12:05
9,5	160,9	866	Em frente p/Castro D´Aire - EN2			12:20	12:19	12:18
12,4	158,0	951	Drt. p/Mezio - EN2			12:24	12:23	12:22
14,9	155,5	893	Mezio			12:28	12:27	12:26
22,2	148,2	784	Em frente p/Castro D´Aire - EN2			12:40	12:38	12:36
24,9	145,5	679	Rot. em frente p/Castro D´Aire			12:44	12:42	12:40
26,3	144,1	608	Atenção - Separadores			12:46	12:44	12:42
26,4	144,0	608	Rot. em frente p/Castro D´Aire			12:46	12:44	12:42
26,7	143,7	594	Rot. em frente p/Castro D´Aire - Centro			12:47	12:45	12:43
27,3	143,1	568	Em frente p/Castro D´Aire - Centro - Atenção - Lomba			12:48	12:45	12:44
27,7	142,7	562	Drt. p/Vila Real			12:48	12:46	12:44
28,0	142,4	544	Esq. p/Vila Nova de Paiva			12:49	12:47	12:45
28,6	141,8	529	Esq. p/Vila Nova de Paiva			12:50	12:47	12:45
29,4	141,0	560	Rot. em frente p/Vila Nova de Paiva			12:51	12:49	12:47
31,4	139,0	668	Farejinhãs			12:54	12:52	12:49
38,5	131,9	762	Meta Volante - Padilhe(Junto ao restaurante Capuccino)			13:05	13:02	13:00
43,0	127,4	734	Vila Cova à Colheira			13:12	13:09	13:06
48,7	121,7	818	Rot. drt. p/Vila Nova de Paiva			13:21	13:18	13:14
50,0	120,4	784	Rot. esq. p/Moimenta da Beira			13:23	13:20	13:16
50,8	119,6	815	Rot. em frente p/Moimenta da Beira			13:25	13:21	13:17
51,5	118,9	790	Rot. esq. p/Moimenta da Beira			13:26	13:22	13:18
54,1	116,3	796	Drt. p/Segões			13:30	13:26	13:22
56,0	114,4	778	Em frente			13:33	13:29	13:25

57,4	113,0	789	Forles			13:35	13:31	13:27
57,9	112,5	801	Atenção - Passagem Estreita			13:36	13:31	13:27
60,7	109,7	839	Esq. p/Lapa			13:40	13:36	13:31
61,3	109,1	850	Em frente p/Lamosa			13:41	13:36	13:32
66,6	103,8	835	Rot. dt. p/N.Sra. da Lapa			13:50	13:44	13:40
67,8	102,6	857	Sprint Especial- Sra. da Lapa	SE		13:52	13:46	13:41
69,0	101,4	871	Zona de Descarte			13:53	13:48	13:43
70,4	100,0	886	Rot. esq. p/ Sernancelhe			13:56	13:50	13:45
71,5	98,9	900	Em frente - Atenção - Separadores			13:57	13:52	13:47
71,9	98,5	911	Esq. p/Sernancelhe			13:58	13:52	13:47
78,1	92,3	571	Drt. p/Aguiar da Beira			14:08	14:02	13:56
79,4	91,0	612	Em frente p/Aguiar da Beira - EN226			14:10	14:04	13:58
82,4	88,0	610	Em frente p/Trancoso			14:15	14:08	14:02
83,7	86,7	680	Atenção - Passagem Estreita			14:17	14:10	14:04
89,7	80,7	623	Trancoso			14:26	14:19	14:13
91,2	79,2	649	Esq. p/Palhais			14:29	14:21	14:15
95,8	74,6	687	Início de Subida			14:36	14:28	14:21
96,4	74,0	718	Atenção - Passagem Estreita			14:37	14:29	14:22
100,4	70,0	890	Prémio Montanha - Sebadelhe da Serra - 3ª Cat.			14:43	14:35	14:28
102,6	67,8	822	Esq. p/Penedono - EN229			14:47	14:38	14:31
107,1	63,3	814	Antas			14:54	14:45	14:38
107,9	62,5	822	Rot. esq. p/Sernancelhe			14:55	14:46	14:39
110,1	60,3	732	Esq. p/Sernancelhe			14:58	14:50	14:42
111,1	59,3	734	Rot. em frente p/Sernancelhe			15:00	14:51	14:43
111,1	59,3	747	Atenção - Separadores			15:00	14:51	14:43
113,6	56,8	708	Zona de Descarte			15:04	14:55	14:47
115,7	54,7	787	Rot. em frente p/Sernancelhe			15:07	14:58	14:50
115,7	54,7	759	Rot. em frente p/Sernancelhe			15:07	14:58	14:50
116,3	54,1	782	Rot. em frente p/Sernancelhe			15:08	14:59	14:51
117,5	52,9	743	Rot. em frente p/Sernancelhe			15:10	15:01	14:52
118	52,4	728	Em frente p/EN226			15:11	15:02	14:53
118,7	51,7	723	Atenção - Separadores			15:12	15:03	14:54
121,2	49,2	604	Drt. p/Lamego			15:16	15:06	14:58

130,1	40,3	576	Prados de Cima			15:30	15:20	15:10
133,1	37,3	645	Atenção - Separadores			15:35	15:24	15:15
135,8	34,6	678	Rot. em frente p/Moimenta da Beira			15:39	15:28	15:19
136	34,4	687	Moimenta da Beira			15:39	15:29	15:19
137,1	33,3	687	Esq. p/Leomil			15:41	15:30	15:20
138,1	32,3	691	Rot. em frente p/ Lamego			15:43	15:32	15:22
138,6	31,8	693	Rot. em frente p/ Lamego			15:43	15:32	15:23
139,3	31,1	682	Rot. em frente p/ Lamego			15:44	15:33	15:24
147,8	22,6	600	Granjinha			15:58	15:46	15:36
156,6	13,8	552	Alvarinho			16:12	15:59	15:48
157,0	13,4	550	Atenção - Separadores			16:12	16:00	15:49
158,3	12,1	482	Em frente p/Lamego			16:14	16:02	15:51
159,0	11,4	496	Rot. em frente p/ Lamego			16:16	16:03	15:52
161,0	9,4	552	Meta Autarquias - Ferreririm			16:19	16:06	15:55
162,3	8,1	578	Rot. em frente p/Lamego			16:21	16:08	15:56
165,9	4,5	562	Zona de Descarte			16:26	16:13	16:02
167,3	3,1	553	Rot. em frente p/Lamego			16:29	16:15	16:04
167,9	2,5	530	Rot. em frente p/Lamego			16:30	16:16	16:04
168,3	2,1	506	Rot. esq. p/Lamego			16:30	16:17	16:05
169,4	1,0	489	Em frente p/Lamego Centro - Piso Empedrado			16:32	16:19	16:07
169,9	0,5	438	Rot. esq. p/Av. Dr. Alfredo Sousa - Circular p/Direita			16:33	16:19	16:07
170,2	0,2	492	Em frente p/Meta			16:33	16:20	16:08
170,4	0,0	492	Meta Final - Av. Dr. Alfredo Sousa			16:34	16:20	16:08