

1ª etapa: Porto - Esposende 104,8 Km - 1250 Asc.
02 de julho de 2025

Partida: Parque Oriental da Cidade do Porto (GPS: 41°09'17.2"N 8°33'59.3"W) - 12h30

Chegada: Av. Eng. Eduardo Arantes e Oliveira - Esposende (GPS: 41°32'06.3"N 8°47'03.8"W)

Link da Partida Simbólica: <https://www.plotaroute.com/route/3013353>

Link da Etapa: <https://www.plotaroute.com/route/3008736>

KM	KM	Percursos		i	Horários de passagem		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
	5,7	Partida Simbólica - Av. Francisco Xavier Esteves			12:30	12:30	12:30
		Estrada da Circunvalação - EN 12					
		AV. José Domingues dos Santos					
		Av. Escritor Costa Barreto - EN - 108					
0,0	104,8	Partida Real - Valbom - EN 108			12:35	12:35	12:35
5,0	99,8	Separadores em frente			12:43	12:43	12:42
6,5	98,3	Zebreiros			12:46	12:45	12:45
11,7	93,1	Rotunda em frente - EN 108			12:55	12:54	12:53
13,4	91,4	Rotunda em frente - EN 108			12:58	12:57	12:56
13,8	91,0	Vila Cova			12:59	12:58	12:56
16,9	87,9	Cruzamento à esquerda p/ Salto - EN 319-2			13:04	13:03	13:01
19,6	85,2	Sarnada			13:09	13:07	13:05
28,6	76,2	Rotunda em frente - EM 319-2			13:25	13:22	13:20
31,1	73,7	Recarei			13:29	13:26	13:24
31,5	73,3	Cruzamento à esquerda p/ Valongo - EN 15-3			13:30	13:27	13:24
34,9	69,9	Rotunda em frente p/ Campo - EN 15-3			13:36	13:33	13:30
36,7	68,1	Rotunda á direita - Rua Central de Gandra			13:39	13:36	13:32
37,3	67,5	Rotunda em frente - EN 15			13:40	13:37	13:33
37,8	67,0	Separadores em frente - EN 15			13:41	13:37	13:34
38,1	66,7	Rotunda em frente - EN 15			13:42	13:38	13:35
39,4	65,4	Rotunda à esquerda - Rua Rota dos Móveis			13:44	13:40	13:37
40,2	64,6	Rotunda em frente - EM 606			13:45	13:41	13:38
40,4	64,4	Rotunda em frente - EM 606			13:46	13:42	13:38

42,0	62,8	Sobrado			13:49	13:45	13:41
43,0	61,8	Rotunda à direita p/ Santo Tirso - EN 209			13:50	13:46	13:42
44,0	60,8	Zona de Abastecimento / Descarte			13:52	13:48	13:44
44,9	59,9	Rotunda em frente			13:54	13:49	13:45
45,2	59,6	Cruzamento à esquerda p/ Agrela - EM 604			13:54	13:50	13:46
47,5	57,3	Agrela			13:58	13:54	13:50
49,1	55,7	Cruzamento à esquerda - EN 207			14:01	13:56	13:52
50,3	54,6	Cruzamento à esquerda p/ Porto - EN 105			14:03	13:58	13:54
50,8	54,0	Rotunda em frente - EN 105			14:04	13:59	13:55
51,6	53,2	Cruzamento à direita p/ vila do Conde - EN 318			14:05	14:00	13:56
55,3	49,5	Cruzamento em frente - EN 318			14:12	14:07	14:02
56,0	48,8	São Romão			14:13	14:08	14:03
60,6	44,2	Rotunda em frente - Rua de São Mamede			14:22	14:16	14:10
60,7	44,1	Muro			14:22	14:16	14:10
61,7	43,1	Cruzamento em frente - EN 318			14:23	14:17	14:12
61,8	43,0	Início de Subida			14:24	14:18	14:12
64,0	40,8	PM 3ª Cat. - Guilhabreu			14:27	14:21	14:16
71,4	33,4	Cruzamento à esquerda - EN 104			14:41	14:34	14:27
71,5	33,3	Cruzamento à direita p/ Junqueira - EN 306			14:41	14:34	14:27
74,0	30,8	Bagunte			14:45	14:38	14:31
75,0	29,8	Zona de Abastecimento / Descarte			14:47	14:40	14:33
79,0	25,8	Rio Mau			14:54	14:46	14:39
79,9	24,9	Cruzamento à esquerda - EN 206			14:56	14:48	14:41
80,6	24,2	Rotunda em frente - EN 206			14:57	14:49	14:42
81,8	23,0	Rotunda á direita - N 206			14:59	14:51	14:44
82,0	22,8	Mata			14:59	14:51	14:44
84,0	20,8	Cruzamento à direita p/ Póvoa do Varzim			15:03	14:55	14:47
84,5	20,3	Rotunda em frente - Rua Sacra Família			15:04	14:55	14:48
84,9	19,9	Rotunda á direita - Rua Sacra Família			15:04	14:56	14:49
85,2	19,6	Rotunda em frente - Av. 25 de Abril			15:05	14:57	14:49
85,8	19,0	Rotunda em frente - Av. 25 de Abril			15:06	14:57	14:50

86,1	18,7	Rotunda em frente - Av. 25 de Abril			15:06	14:58	14:50
86,6	18,2	Rotunda em frente - Rua 25 de Abril			15:07	14:59	14:51
86,8	18,0	Meta Volante - Póvoa do Varzim			15:08	14:59	14:52
87,0	17,8	Rotunda em frente p/ Navais			15:08	14:59	14:52
87,4	17,4	Rotunda em frente p/ Navais			15:09	15:00	14:53
87,7	17,1	Rotunda à direita p/ Navais			15:09	15:01	14:53
88,1	16,7	Rotunda à esquerda - Rua do Graceiro			15:10	15:01	14:54
88,4	16,4	Rotunda em frente			15:10	15:02	14:54
89,3	15,5	Separadores em frente - EN 13			15:12	15:03	14:56
89,8	15,0	Navais			15:13	15:04	14:56
97,8	7,0	Rotunda em frente - EN 13			15:27	15:18	15:09
100,6	4,2	Fão			15:32	15:22	15:13
101,4	3,4	Passagem estreita			15:33	15:24	15:15
102,7	2,1	Rotunda à esquerda - Avenida de São Martinho			15:36	15:26	15:17
103,6	1,2	Rotunda à esquerda - Av. Eng. Eduardo Arantes e Oliveira			15:37	15:27	15:18
104,5	0,3	Rotunda em frente - Av. Eng. Eduardo Arantes e Oliveira			15:39	15:29	15:20
104,8	0,0	Meta Final - Av. Eng. Eduardo Arantes e Oliveira			15:39	15:29	15:20

2ª etapa: Vila Nova de Gaia - Águeda - 94,4 Km - 1200 Asc.
03 de julho de 2025
Partida: Fórum de Cidadania de Canelas, Gaia (GPS: 41°04'45.8"N 8°36'04.7"W) - 12h30

Chegada: Águeda, Avenida 25 de Abril. (GPS:40°34'22.0"N 8°26'33.2"W)

Link da Partida Simbólica: <https://www.plotaroute.com/route/3013398>

Link da Etapa: <https://www.plotaroute.com/route/3008346>

KM Percorridos	KM A percorrer	Percurso		i	Horários de passagem		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
	1,4	Rua de Delfim Lima, Canelas			12:30	12:30	12:30
0,0	94,4	Partida Real - Rua 25 de Abril - EN 109-2			12:33	12:33	12:33
0,6	93,8	Cruzamento à direita - Rua 25 de Abril - EN109-2	→		12:34	12:34	12:33
3,7	90,7	São Felix da Marinha			12:39	12:39	12:38
4,1	90,3	Cruzamento à esquerda p/ Espinho - EN 1-15	←		12:40	12:39	12:39
6,2	88,2	Rotunda em frente p/ Espinho - Rua de Espinho			12:43	12:43	12:42
7,0	87,4	Espinho			12:45	12:44	12:44
7,4	87,0	Rotunda em frente - Rua 62			12:46	12:45	12:44
7,8	86,7	Cruzamento à esquerda - Avenida 32	←		12:46	12:45	12:45
8,2	62,5	Rotunda em frente - Avenida 32			12:47	12:46	12:45
8,7	85,7	Rotunda em frente - Avenida 32			12:48	12:47	12:46
9,5	84,9	Cruzamento à esquerda - EN 109			12:49	12:48	12:48
10,5	83,9	Passagem de Nível			12:49	12:48	12:48
13,0	81,4	Esmoriz			12:55	12:54	12:53
19,8	74,6	Rotunda em frente p/ Ovar- EN 109			13:07	13:06	13:04
23,2	71,2	Rotunda à direita p/ Ovar - EN 327			13:13	13:11	13:09
23,5	70,9	Rotunda em frente - EN 327			13:14	13:12	13:10
24,5	69,9	Rotunda em frente - EN 327			13:16	13:13	13:11
25,1	69,3	Rotunda em frente - EN 327			13:17	13:14	13:12
27,1	67,3	Rotunda em frente - EN 327			13:20	13:18	13:15
27,6	66,8	Zona de Abastecimento / Descarte			13:21	13:19	13:16
29,6	64,8	Torrão do Lameiro			13:25	13:22	13:19
35,6	58,8	Rotunda à esquerda p/ Murtosa- EN 109-5			13:35	13:32	13:29
39,4	55,0	Rotunda em frente - EN 109-5			13:42	13:38	13:35

39,9	54,5	Rotunda em frente - EN 109-5			13:43	13:39	13:35
40,1	54,3	Rotunda á direita - Avenida da Cidade de Newark			13:43	13:39	13:36
41,0	53,4	Rotunda em frente - Avenida do Emigrante			13:45	13:41	13:37
41,2	53,2	Rotunda à esquerda			13:45	13:41	13:38
41,8	52,6	Rotunda à esquerda - Av. St. António do Monte			13:46	13:42	13:39
42,2	52,2	MV- Murtosa			13:47	13:43	13:39
43,0	51,4	Rotunda á direita - EN 109-5			13:48	13:44	13:40
44,1	50,3	Rotunda em frente - EN 109-5			13:50	13:46	13:42
44,8	49,6	Rotunda em frente - EN 109-5			13:52	13:47	13:43
46,7	47,7	Rotunda em frente - EN 109-5			13:55	13:50	13:46
47,2	47,2	Rotunda em frente - EN 109-5			13:56	13:51	13:47
48,6	45,8	Rotunda em frente - Rua Fernando Assis Pacheco			13:58	13:54	13:49
49,0	45,4	Rotunda á direita - Rua Conselheiro José Luciano de Castro			13:59	13:54	13:50
49,1	45,3	Estarreja			13:59	13:54	13:50
49,5	44,9	Rotunda em frente p/ Aveiro - EN 109			14:00	13:55	13:51
50,2	44,2	Rotunda em frente p/ Aveiro - EN 109			14:01	13:56	13:52
50,3	44,1	Salreu			14:01	13:56	13:52
51,7	42,7	Rotunda á direita p/ Aveiro - EN 109			14:04	13:59	13:54
57,0	37,4	Rotunda em frente - EN 109			14:13	14:07	14:02
59,5	34,9	Cruzamento à esquerda p/ Angeja - Estrada da Cambeia			14:18	14:12	14:06
59,6	34,8	Zona de Abastecimento / Descarte			14:18	14:12	14:07
61,3	33,1	Rotunda à direita p/ Frossos - EN 230-2			14:21	14:15	14:09
61,9	32,5	Frossos			14:22	14:16	14:10
65,4	29,0	Passagem estreita			14:28	14:22	14:16
65,8	28,6	Rotunda em frente - Rua Principal			14:29	14:22	14:16
66,5	31,6	São João de Loure (Passagem Estreita)			14:30	14:23	14:18
67,5	26,9	Rotunda á direita - Avenida da Ponte			14:32	14:25	14:19
68,5	25,9	Cruzamento à esquerda para Águeda			14:33	14:27	14:21
70,7	23,7	Cruzamento à direita p/ Mamodeiro			14:37	14:30	14:24
71,4	23,0	Pela esquerda - Rua do Emigrante			14:39	14:32	14:25
72,1	22,3	Pela esquerda p/ Mamodeiro			14:40	14:33	14:26
72,8	21,6	Passagem Estreita			14:41	14:34	14:27

76,2	18,2	Início de Subida			14:47	14:40	14:33
77,4	17,0	PM 4ª Cat. - Mamodeiro			14:49	14:42	14:35
77,8	16,6	Cruzamento à direita - Rua de Aveiro			14:50	14:42	14:35
78,3	16,1	Cruzamento à esquerda			14:51	14:43	14:36
78,4	16,0	Rotunda à esquerda p/ Oli. Bairro - EN 235			14:51	14:43	14:36
79,6	14,8	Rotunda em frente - EN 235			14:53	14:45	14:38
81,6	12,8	Rotunda em frente - EN 235			14:56	14:48	14:41
83,2	11,2	Oiã			14:59	14:51	14:44
84,0	10,4	Rotunda à esquerda p/ Águeda - EN 333			15:01	14:53	14:45
85,8	8,6	Rotunda em frente - EN 333			15:04	14:56	14:48
87,6	6,8	Início de Subida			15:07	14:59	14:51
88,9	5,5	PM 4ª Cat. - Piedade			15:09	15:01	14:53
90,3	4,1	Rotunda á direita - Rua do Sobreiro			15:12	15:03	14:55
90,6	3,8	Rotunda à esquerda p/ Águeda - EN 333			15:12	15:04	14:56
91,6	2,8	Separadores pela direita			15:14	15:05	14:57
93,5	0,9	Rotunda em frente			15:17	15:08	15:00
94,0	0,4	Rotunda à esquerda - Avenida 25 de Abril			15:18	15:09	15:01
94,2	0,2	Rotunda em frente - Avenida 25 de Abril			15:19	15:09	15:01
94,4	0,0	Meta Final - Avenida 25 de Abril			15:19	15:10	15:02

3ª etapa: Aveiro - Pombal - 128,1 Km - 1920 Asc.

04 de julho de 2025

Partida: Cais da Fonte Nova, Aveiro (GPS: 40°38'18.2"N 8°38'37.8"W) - 12h00

Chegada: Av. Heróis do Ultramar, Pombal (GPS: 39°55'08.2"N 8°36'58.0"W)

Link da Partida Simbólica: <https://www.plotaroute.com/route/3013401>

Link da Etapa: <https://www.plotaroute.com/route/3008563>

KM	KM	Percurso		i	Horários de passagem		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
	2,2	Partida Simbólica - Cais da Fonte Nova			12:00	12:00	12:00
		Rotunda á esquerda - Rua Cais da Fonte Nova					
		Av. Francisco Sá Carneiro					
		Pela Esquerda para Av. De Bourges					
		Rotunda á direita p/ Ílhavo - N 109					
0,0	128,1	Partida Real - EN 109			12:10	12:10	12:10
0,5	127,6	Rotunda em frente - Avenida Europa			12:10	12:10	12:10
1,2	126,9	Ílhavo			12:12	12:11	12:11
2,3	125,8	Rotunda em frente - Rua Vasco da Gama			12:14	12:13	12:13
3,0	125,1	Rotunda em frente - Rua de Santo António			12:15	12:14	12:14
4,7	123,4	Em frente - EN 109			12:18	12:17	12:17
4,8	123,3	Rotunda em frente - EN 109			12:18	12:18	12:17
5,5	122,6	Rotunda á direita - EN 109			12:19	12:19	12:18
6,8	121,3	Vagos			12:22	12:21	12:20
8,0	120,1	Rotunda em frente			12:24	12:23	12:22
8,9	119,2	Cruzamento à esquerda - Av. Doutor Lúcio Vidal			12:25	12:24	12:24
9,1	119,0	Rotunda em frente - Rua Conselheiro Santos Vitor			12:26	12:25	12:24
10,0	118,1	Soza			12:27	12:26	12:25
10,3	117,8	Rotunda á direita - EM 333			12:28	12:27	12:26
11,2	116,9	Cruzamento à direita - EN 333-1			12:29	12:28	12:27
14,7	113,4	Cruzamento à direita p/ Rio Tinto - EM 585			12:36	12:34	12:33
24,4	103,7	Cruzamento à esquerda - Rua Principal			12:53	12:50	12:48
25,6	62,5	Rotunda em frente - Rua Principal			12:55	12:52	12:50
25,9	102,2	Sanguinheira			12:55	12:53	12:50

27,9	100,2	Rotunda em frente - Rua do Comércio			12:59	12:56	12:54
28,7	99,4	Febres			13:00	12:57	12:55
28,8	99,3	Em frente - Praça Florindo José Frota			13:00	12:58	12:55
28,9	99,2	Estrada Estreita / Narrow Road			13:01	12:58	12:55
28,9	99,2	Cruzamento à esquerda - Praça Florindo José Frota			13:01	12:58	12:55
29,0	99,1	Cruzamento em frente - R. Dr. Américo de Oliveira			13:01	12:58	12:55
29,2	98,9	Cruzamento à direita p/ Arrancada - R. do Pau Caiado			13:01	12:58	12:56
32,4	95,7	Rotunda à esquerda - EN 234			13:07	13:04	13:01
34,3	93,8	Rotunda á direita p/ Tocha - EN 335			13:10	13:07	13:04
34,6	93,5	Rotunda em frente - EN 335			13:11	13:07	13:04
35,3	92,8	Rotunda em frente - EN 335			13:12	13:08	13:05
36,0	92,1	Rotunda em frente - EN 335			13:13	13:10	13:06
36,2	91,9	Zona de Abastecimento / Descarte			13:13	13:10	13:07
37,5	90,6	Rotunda em frente - EN 335			13:16	13:12	13:09
38,2	89,9	Rotunda á direita - EN 335			13:17	13:13	13:10
42,6	85,5	Rotunda em frente - EN 335			13:25	13:21	13:17
43,4	84,7	Pela direita p/ Arazede - EN 335			13:26	13:22	13:18
49,6	78,5	Pela direita p/ S. João Baptista - Rua 1 de Outubro			13:37	13:32	13:28
58,9	69,2	Cruzamento em frente			13:53	13:48	13:42
60,2	67,9	Cruzamento à esquerda p/ Montemor (Centro)			13:56	13:50	13:44
61,0	67,1	MV - Montemor - o - Velho			13:57	13:51	13:46
61,1	67,0	Rotunda à direita p/ Soure			13:57	13:51	13:46
62,3	65,8	Rotunda em frente - EN 347			13:59	13:53	13:48
62,7	65,4	Em frente - Variante do Centro Náutico			14:00	13:54	13:48
67,1	61,1	Cruzamento à direita			14:08	14:01	13:55
67,3	60,8	Cruzamento à esquerda p/ Condeixa			14:08	14:02	13:56
67,5	60,6	Cruzamento à direita			14:09	14:02	13:56
67,8	60,3	Cruzamento à esquerda p/ Soure			14:09	14:03	13:57
67,9	60,2	Pela esquerda - Rua de Santo António			14:09	14:03	13:57
68,0	60,1	Cruzamento à direita p/ Soure - EM 504			14:10	14:03	13:57
68,2	59,9	Cruzamento à direita p/ Figueiró do Campo			14:10	14:03	13:57
68,6	59,5	Cruzamento à esquerda p/ Alfarelos			14:11	14:04	13:58

68,8	59,3	Cruzamento à esquerda - EN 341	←	▲	14:11	14:04	13:58
68,9	59,2	Zona de Abastecimento / Descarte			14:11	14:04	13:58
72,5	55,6	Rotunda em frente		▲	14:17	14:10	14:04
73,1	55,1	Rotunda à esquerda - EN 342-1		▲	14:18	14:11	14:05
73,4	54,7	Cruzamento à esquerda p/ Soure - EN 342-1	←	▲	14:19	14:12	14:05
78,5	49,6	Rotunda em frente - EN 342-1		▲	14:28	14:20	14:14
79,3	48,8	Rotunda à esquerda p/ Soure - EN 342-1		▲	14:29	14:22	14:15
82,1	46,0	Fatacos			14:34	14:26	14:19
84,5	43,6	Soure			14:39	14:30	14:23
85,1	43,0	Rotunda em frente		▲	14:40	14:31	14:24
85,3	42,8	Rotunda à direita - Av. Dr. João Esteves Simões		▲	14:40	14:32	14:24
87,3	40,8	Cruzamento à direita p/ Samuel - EN 342	→	▲	14:43	14:35	14:27
87,4	40,7	À esquerda p/ Figueira da Foz - EN 342	←	▲	14:44	14:35	14:28
89,8	38,3	St. Isidro			14:48	14:39	14:31
87,5	40,6	Rotunda à esquerda		▲	14:44	14:35	14:28
87,9	40,2	Rotunda à direita p/ Louriçal - EN 342		▲	14:45	14:36	14:28
94,9	33,2	Rotunda em frente		▲	14:57	14:48	14:39
99,8	28,3	Louriçal			15:06	14:56	14:47
100,7	27,4	Na rotunda, 3ª saída - Rua da Sociedade Filarmónica		▲	15:07	14:57	14:49
101,0	27,1	Rotunda em frente		▲	15:08	14:58	14:49
101,1	27,0	Rotunda à esquerda - Rua dos Bombeiros Voluntários		▲	15:08	14:58	14:49
101,4	26,7	Rotunda em frente p/ Pombal - EN 237		▲	15:08	14:59	14:50
102,5	25,6	Cruzamento à esquerda p/ S. João da Ribeira - EN 237	←	▲	15:10	15:00	14:51
103,1	25,0	Casal do Queijo			15:12	15:01	14:52
111,5	16,6	Zona de Abastecimento / Descarte			15:26	15:15	15:06
114,3	13,8	Souto			15:31	15:20	15:10
115,6	12,5	Rotunda em frente - Av. Guilherme dos Santos		▲	15:34	15:22	15:12
115,9	12,2	Rotunda em frente		▲	15:34	15:23	15:13
116,2	11,9	Rotunda à esquerda - Largo do Cardal		▲	15:35	15:23	15:13
116,4	11,7	Rotunda em frente - Av . Heróis do Ultramar		▲	15:35	15:24	15:13
116,5	11,6	Rotunda em frente - Av . Heróis do Ultramar		▲	15:35	15:24	15:14
116,7	11,4	Rotunda em frente - Av . Heróis do Ultramar		▲	15:36	15:24	15:14

116,9	11,2	Rotunda em frente - Av . Heróis do Ultramar			15:36	15:24	15:14
117,3	10,8	Passagem pela Meta - MV Pombal			15:37	15:25	15:15
117,4	10,7	Rotunda em frente - Av. Heróis do Ultramar			15:37	15:25	15:15
117,8	10,3	Rotunda do Agricultor à direita p/ Rua da Lameira			15:37	15:26	15:16
118,4	9,7	Cruzamento à esquerda - Rua do Barco - EM 237			15:38	15:27	15:16
118,5	9,6	Rotunda em frente			15:39	15:27	15:17
118,7	9,4	Pela direita - IC8			15:39	15:27	15:17
120,3	7,8	Saída à direita p/ Pousios			15:42	15:30	15:20
120,4	7,7	Início de subida			15:42	15:30	15:20
122,0	6,1	Cruzamento à direita p/ Cumieira			15:45	15:33	15:22
122,6	5,5	PM 3ª Cat. - Cumieira de Cima			15:46	15:34	15:23
123,4	4,7	Cruzamento à direita p/ Pombal			15:47	15:35	15:24
124,6	3,5	Vicentes			15:49	15:37	15:26
126,5	1,6	Passagem estreita			15:53	15:40	15:29
127,3	0,8	Cruzamento à esquerda - Rua 1º de maio			15:54	15:42	15:31
127,5	0,6	Cruzamento à direita - Av. Heróis do Ultramar			15:55	15:42	15:31
127,7	0,4	Rotunda em frente - Av . Heróis do Ultramar			15:55	15:42	15:31
128,1	0,0	Meta - Av. Heróis do Ultramar			15:56	15:43	15:32

4ª etapa: Coruche - Loures - 103,4 Km - 1300 Asc.

05 de julho de 2025

Partida: Praça de Touros - Coruche(GPS: 38°57'32.7"N 8°31'15.6"W) - 12h30

Chegada: Av. dr. Mário Soares - Loures (GPS: 38°49'53.0"N 9°09'56.0"W)

Link da Partida Simbólica: <https://www.plotaroute.com/route/3005609>

Link da Etapa: <https://www.plotaroute.com/route/3002190>

KM Percorridos	KM A percorrer	Percurso		i	Horários de passagem		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
	2,9	Partida Simbólica - Praça de Touros - Coruche			12:30	12:30	12:30
		Rotunda à esquerda - EN 114					
		Rotunda à direita - Reta do Infantado - EN 119					
0,0	103,4	Partida Real - Reta do Infantado - EN 119			12:35	12:35	12:35
12,8	90,6	Cruzamento à direita p/ Biscainho - EM 515			12:57	12:56	12:55
24,5	78,9	Cruzamento à esquerda			13:18	13:15	13:13
28,7	74,7	Cruzamento à direita - EN 118-1			13:25	13:22	13:20
31,2	72,2	Cruzamento à esquerda p/ Samora Correia			13:30	13:26	13:24
34,7	68,7	Rotunda à esquerda			13:36	13:32	13:29
35,6	67,8	Rotunda à esquerda - EN 118			13:37	13:34	13:31
38,5	64,9	Rotunda em frente - EN 118			13:43	13:39	13:35
40,2	63,2	MV - Samora Correia			13:45	13:42	13:38
41,6	61,8	Cruzamento à direita - EN 10-5			13:48	13:44	13:40
41,6	61,8	Zona de Abastecimento / Descarte			13:48	13:44	13:40
42,2	61,2	Rotunda á direita p/ Vila Franca - EN 10			13:49	13:45	13:41
50,0	53,4	Vila Franca de Xira			14:03	13:58	13:53
51,6	51,8	Saída à direita p/ Carregado - EN 10			14:06	14:01	13:56
52,1	51,3	Rotunda em frente - EN 1			14:06	14:01	13:57
52,5	50,9	Rotunda em frente			14:07	14:02	13:57
53,3	50,1	Rotunda em frente			14:09	14:03	13:59
53,5	49,9	Rotunda em frente - EN 1			14:09	14:04	13:59
55,0	48,4	Rotunda em frente - EN 1			14:12	14:06	14:01
57,0	46,4	Rotunda em frente - EN 1			14:15	14:10	14:05

58,0	45,4	Carregado			14:17	14:11	14:06
58,0	45,4	Rotunda em frente - EN 1			14:17	14:11	14:06
58,0	45,4	Rotunda em frente - EN 1			14:17	14:11	14:06
58,9	44,5	Cruzamento à esquerda p/ Arruda dos Vinhos - EN 115-4			14:19	14:13	14:08
61,4	42,0	Cadafais			14:23	14:17	14:11
69,4	34,0	Rotunda em frente			14:37	14:30	14:24
70,3	33,1	Rotunda em frente			14:39	14:32	14:26
70,7	32,7	Cruzamento à direita p/ Av. Dom Afonso Henriques			14:39	14:32	14:26
71,0	32,4	Cruzamento à esquerda - Rua Irene Lisboa			14:40	14:33	14:27
71,4	32,0	Rotunda em frente - Avenida Engenheiro Adriano Brito da Conceição			14:41	14:34	14:27
71,8	31,6	Rotunda à esquerda - Av. Eng. Adriano Brito da Conceição			14:41	14:34	14:28
72,0	31,4	Rotunda à direita p/ Arranhó - EN 115-4			14:42	14:34	14:28
72,7	30,7	Início de subida			14:43	14:36	14:29
73,9	29,5	Mata			14:45	14:38	14:31

76,5	26,9	PM 3ª Cat. - Forte da Carvalha			14:49	14:42	14:35
79,4	24,1	Rotunda em frente			14:55	14:47	14:40
80,4	23,0	Passagem estreita			14:56	14:49	14:41
79,4	24,0	Pela direita para Rua 8 de Setembro			14:55	14:47	14:40
81,3	22,1	Cruzamento à esquerda p/ Bucelas - EN 115			14:58	14:50	14:43
86,9	16,5	Bucelas			15:08	14:59	14:52
87,5	15,9	Cruzamento à direita p/ Freixial (Passagem estreita)			15:09	15:00	14:53
88,0	15,4	Zona de Abastecimento / Descarte			15:10	15:01	14:53
90,6	12,8	Freixial			15:14	15:06	14:58
90,9	12,5	Cruzamento à esquerda p/ Ribas			15:15	15:06	14:58
90,9	12,5	Início de Subida			15:15	15:06	14:58
94,3	9,1	PM 2ª Cat. - Alto do Andrade			15:21	15:12	15:03
94,5	8,9	Cruzamento à esquerda - ER 374			15:21	15:12	15:04
95,0	8,4	Tocadelos			15:22	15:13	15:05
102,0	1,4	Loures			15:35	15:25	15:16
102,4	1,0	Rotunda à direita - Rua do Funchal			15:35	15:25	15:16
102,9	0,5	Rotunda à esquerda - Avenida Doutor Mário Soares			15:36	15:26	15:17
103,4	0,0	Meta Final - Avenida Doutor Mário Soares			15:37	15:27	15:18

5ª etapa - Marvila, Lisboa - Vila Franca de Xira - 89,1 Km - 1400 Asc.

06 de julho de 2025

Partida Simbólica: Praça 25 de Abril, Marvila (GPS: 38°44'33.1"N 9°05'56.4"W) - 10h00

Chegada: Povia de Santa Iria - Avenida Dom Vicente Afonso Valente (GPS: 38°51'48.4"N 9°04'24.5"W)

[Link da Partida Simbólica: https://www.plotaroute.com/route/3006023](https://www.plotaroute.com/route/3006023)

[Link da Etapa: https://www.plotaroute.com/route/3005666](https://www.plotaroute.com/route/3005666)

KM	KM	Percurso		i	Horários de passagem		
Percorridos	A percorrer				34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
0,0	7,1	Praça 25 de Abril - Marvila			10:00	10:00	10:00
0,6		Rua da Cintura do Porto de Lisboa					
1,3		Rotunda á direita - Alameda dos Oceanos					
2,2		Rotunda à esquerda - Avenida de Ulisses					
2,4		Rotunda á direita - Avenida Dom João II					
5,1		Rotunda em frente - Via do Oriente					
6,2		Rotunda à esquerda - Rua Roald Amundsen					
6,4		Rua Roald Amundsen					
6,5		Rua Domingos José de Moraes					
6,9		Em frente - Rua Miguel Bombarda					
0,0	89,1	Partida Real - EN250 - Rua Miguel Bombarda			10:15	10:15	10:15
5,0	84,1	Descida / Descent			10:23	10:23	10:22
6,3	82,8	Frielas			10:26	10:25	10:24
7,3	81,8	Rotunda em frente - Rua 28 de Setembro			10:27	10:27	10:26
7,5	81,6	Rotunda em Frente - p/ Loures (separadores pela direita)			10:28	10:27	10:26
7,8	81,3	Rotunda em Frente - p/ Loures (separadores pela direita)			10:28	10:27	10:27
8,1	81,0	Pela Viaduto do Almirante			10:29	10:28	10:27
8,3	80,8	Rotunda á direita - p/ Loures			10:29	10:28	10:28
8,6	80,5	Rotunda à esquerda p/ Loures			10:30	10:29	10:28
9,0	80,1	Rotunda à direita			10:30	10:30	10:29
9,6	79,5	Rotunda em frente p/ Infantado - Av. Nicolau Breyner			10:31	10:30	10:30
9,8	79,3	Rotunda em frente p/ Infantado			10:32	10:31	10:30
10,0	79,1	Rotunda à direita			10:32	10:31	10:30
10,5	78,6	Rotunda em frente - Av. Das Descobertas			10:33	10:32	10:31

11,1	78,0	Rotunda em frente p/ Bucelas			10:34	10:33	10:32
11,7	77,4	Rotunda em Frente - Avenida das Descobertas			10:35	10:34	10:33
11,9	77,2	Rotunda em Frente - Avenida das Descobertas			10:36	10:34	10:33
12,1	77,0	Rotunda á direita p/ Bucelas - EN115			10:36	10:35	10:34
12,5	76,6	Rotunda á direita p/ Bucelas - EN115			10:37	10:35	10:34
12,7	76,4	São Roque			10:37	10:36	10:35
14,1	75,0	Rotunda á direita p/ S. António do Tojal			10:39	10:38	10:37
15,9	73,2	Rotunda em frente - EN115			10:42	10:41	10:40
19,0	70,1	Ponte (passagem estreita)			10:48	10:46	10:45
20,5	68,6	Bucelas			10:51	10:49	10:47
20,8	68,3	Na rotunda à esquerda p/ Sobral			10:51	10:49	10:47
21,1	68,0	Passagem estreita			10:52	10:50	10:48
24,5	64,6	Início de Subida			10:58	10:55	10:53
33,0	56,1	PM 3ª Cat. - Casal das Figueiras			11:13	11:10	11:07
37,0	52,1	Sobral de Monte Agraço			11:20	11:16	11:13
37,5	51,6	Rotunda em frente			11:21	11:17	11:14
38,1	51,0	Cruzamento à direita - Rua Dr. Correia Guedes			11:22	11:18	11:15
38,5	50,6	Cruzamento à direita - Av. Marquês de Pombal			11:22	11:19	11:15
38,5	50,6	Cruzamento à esquerda - Praceta 25 de Abril			11:22	11:19	11:15
38,6	50,5	Cruzamento à direita - Rua da Misericórdia			11:23	11:19	11:15
38,7	50,4	Pela esquerda - EN 115			11:23	11:19	11:16
38,9	50,2	MV - Sobral de Monte Agraço			11:23	11:19	11:16
39,5	49,6	Zona de Abastecimento / Descarte			11:24	11:20	11:17
42,4	46,7	Cruzamento à direita - Rua da Lage - EN 115-3			11:29	11:25	11:21
42,5	49,0	Cruzamento à direita p/ Cadafais - EN 115-3			11:30	11:25	11:22
48,2	40,9	Santa Catarina da Carnota			11:40	11:35	11:31
48,4	40,7	Cruzamento à direita - Rua Nova			11:40	11:35	11:31
48,7	40,4	Cruzamento à direita - EN 115-3			11:40	11:36	11:31
56,5	32,6	Cruzamento à direita p/ Arruda dos vinhos - EN 115-4			11:54	11:49	11:44
63,5	25,6	Rotunda à esquerda p/ Vila Franca			12:07	12:00	11:55
63,8	25,3	Rotunda em frente - Variante à EN248			12:07	12:01	11:55
64,6	24,5	Rotunda à esquerda p/ Cardosas - CM 1223			12:09	12:02	11:57

66,3	22,8	Início de Subida			12:12	12:05	11:59
67,6	21,5	PM 2ª Cat. - Cardosas			12:14	12:07	12:01
70,9	18,2	Cruzamento à direita (viragem perigosa) - EN 248			12:20	12:13	12:06
72,4	16,7	Cruzamento à esquerda p/ Cotovios - Estrada do Bogalhão			12:22	12:15	12:09
73,1	16,0	Descida / Descent			12:24	12:16	12:10
74,6	14,5	Cruzamento à esquerda p/ Alhandra - EN 248-3			12:26	12:19	12:12
77,0	12,1	Zona de Abastecimento / Descarte			12:30	12:23	12:16
77,4	11,7	Rotunda em frente			12:31	12:24	12:17
78,1	11,0	Rotunda em frente			12:32	12:25	12:18
78,2	10,9	Cruzamento à direita p/ Lisboa - EN 10			12:33	12:25	12:18
78,3	10,8	Separadores em frente			12:33	12:25	12:18
81,0	8,1	Rotunda em frente - EN 10			12:37	12:30	12:22
81,8	7,3	Rotunda em frente - EN 10			12:39	12:31	12:24
82,0	7,1	Rotunda em frente - EN 10			12:39	12:31	12:24
83,9	5,2	Rotunda em frente - EN 10			12:43	12:34	12:27
84,1	5,0	Rotunda em frente - EN 10			12:43	12:35	12:27
84,2	4,9	Rotunda em frente - EN 10			12:43	12:35	12:27
85,2	3,9	Rotunda em frente - EN 10			12:45	12:37	12:29
85,9	3,2	Rotunda em frente - EN 10			12:46	12:38	12:30
86,5	2,6	Rotunda em frente - EN 10			12:47	12:39	12:31
88,0	1,1	Rotunda à direita - Av. Ernest Solvay - Separadores pela direita			12:50	12:41	12:33
88,3	0,8	Rotunda à esquerda - Av. D. Vicente Afonso Valente			12:50	12:42	12:34
88,7	0,4	Rotunda á direita - Av. D. Vicente Afonso Valente			12:51	12:42	12:35
88,9	0,2	Rotunda à direita			12:51	12:43	12:35
89,1	0,0	Meta Final - Avenida Dom Vicente Afonso Valente			12:52	12:43	12:35