

Troféu Luso – Galaico

75º Aniversário Sangalhos Desporto Clube

Sangalhos – Sangalhos - 159.5 Km 03-05-2015

Concentração e Secretariado: Junta de Freguesia de Sangalhos

Confirmação de Licenças: 10:30h às 12:30h

Reunião DD: 12:30h

Controlo Anti-dopping e Banhos: Pavilhão Sangalhos D.C.



Percurso			» Km	Km »	40 km/h	42 km/h
Concentração: Junta de Freguesia de Sangalhos					12:30	12:30
Partida Simbólica: Av. Dr. Seabra Dinis			0	159,5	13:00	13:00
AV. SEABRA DINIS			0,9	159,5	13:00	13:01
A ESQUERDA PARA RUA DO COMERCIO			1,1	158,4	13:01	13:01
PARTIDA REAL - FRENTE CAVES ALIANÇA			0	159,5	13:00	13:00
INICIO DA ALAMENDA - OLIVEIRA DO BAIRRO			2	157,5	13:03	13:02
ESQUERDA PARA CAMARA MUNICIPAL			3,7	155,8	13:05	13:05
ROTUNDA EM FRENTE SOB A VIA RAPIDA			4,3	155,2	13:06	13:06
VILA VERDE			5,4	154,1	13:08	13:07
ROTUNDA EM FRENTE			6,4	153,1	13:09	13:09
ROTUNDA EM FRENTE ZONA INDUSTRIAL			8	151,5	13:12	13:11
ESPAÇO INOVAÇÃO			8,2	151,3	13:12	13:11
PÓVOA DO FORNO			8,4	151,1	13:12	13:12
CRUZAMENTO EM FRENTE PARA BUSTOS			10,3	149,2	13:15	13:14
ROTUNDA EM FRENTE PARA BUSTOS			11,9	147,6	13:17	13:17
ROTUNDA A ESQUERDA PARA MAMARROSA			13	146,5	13:19	13:18
DIREITA PARA CANTANHEDE			15,4	144,1	13:23	13:22
QUITA DO GORDO			16,4	143,1	13:24	13:23
QUINTA DA FERREIRA			17,4	142,1	13:26	13:24
SAMEL			18,7	140,8	13:28	13:26
MARVÃO MEIA ROTUNDA EM FRENTE			19,1	140,4	13:28	13:27
MEIA ROTUNDA PELA ESQUERDA			20,8	138,7	13:31	13:29
ROTUNDA EM FRENTE - RUA DA CIENCIA			21,3	138,2	13:31	13:30
CAMPANAS			21,8	137,7	13:32	13:31
ROTUNDA ESQUERDA PARA VILARINHO			22,6	136,9	13:33	13:32
POUTENA			23,3	136,2	13:34	13:33
TORRES			23,9	135,6	13:35	13:34
PEDREIRA DE VILARINHO			25,5	134	13:38	13:36
VILARINHO DO BAIRRO			26,8	132,7	13:40	13:38
ROTUNDA VILARINHO FRENTE PARA CURIA			28,5	131	13:42	13:40
RIBAFORNOS			29,9	129,6	13:44	13:42
HORTA			30,8	128,7	13:46	13:44
DIREITA PARA A CURIA			31,4	128,1	13:47	13:44
MATA DA CURIA			32,5	127	13:48	13:46
FRENTE CURIA			33,3	126,2	13:49	13:47
ROTUNDA ZONA PERIGOSA - LOMBA			33,9	125,6	13:50	13:48
DIREITA PARA CENTRO CURIA			34,1	125,4	13:51	13:48
META VOLANTE			34,3	125,2	13:51	13:49
ROTUNDA ESQUERDA PARA NACIONAL 1			34,4	125,1	13:51	13:49
DIREITA PARA COIMBRA			35,4	124,1	13:53	13:50
ESQUERDA PARA ZONA DESPORTIVA ANADIA			35,6	123,9	13:53	13:50
ROTUNDA ZONA DESPORTIVA FRENTE			36,8	122,7	13:55	13:52
ROTUNDA FRENTE PARA ANADIA			37,5	122	13:56	13:53
DIREITA PARA MONSARROS			38,4	121,1	13:57	13:54

PÓVOA DO PEREIRO			38,7	120,8	13:58	13:55
ROTUNDA EM FRENTE PARA MONSARROS	▲	● ↑	39,7	119,8	13:59	13:56
MONSARROS			39,8	119,7	13:59	13:56
ESQUERDA PARA AVEIRO	▲	←	41	118,5	14:01	13:58
ROTUNDA DIREITA PARA MOITA	▲	● →	44	115,5	14:06	14:02
MOITA			44,9	114,6	14:07	14:04
CRUZAMENTO FRENTE PARA VALE DA MÓ	▲	↑	45	114,5	14:07	14:04
VALE DO BOI			46,1	113,4	14:09	14:05
PLACA DAS TERMAS DE VALE DA MÓ			48,6	110,9	14:12	14:09
CRUZAMENTO EM FRENTE PARA CANELAS	▲	↑	48,7	110,8	14:13	14:09
PÓVOA DO GAGO			52,3	107,2	14:18	14:14
META MONTANHA 4ª CATEGORIA		🏠	53,4	106,1	14:20	14:16
CANELAS			53,7	105,8	14:20	14:16
CRUZAMENTO ESQUERDA PARA BOIALVO	▲	←	57,7	101,8	14:26	14:22
BOIALVO			57,9	101,6	14:26	14:22
CRUZAMENTO DIREITA PARA AGUEDA/BOLFIAR		→	58,2	101,3	14:27	14:23
POVOA DE VALE TRIGO			60,6	98,9	14:30	14:26
ESQUERDA PARA AGUEDA / AGUADA DE CIMA		←	61,1	98,4	14:31	14:27
ROTUNDA EM FRENTE PARA ZONA INDUSTRIAL		● ↑	67,5	92	14:41	14:36
NOVA BORRALHA			67,8	91,7	14:41	14:36
CRUZAMENTO <u>EN1</u> EM FRENTE - SEMÁFOROS	▲	↑	69,4	90,1	14:44	14:39
DIREITA PARA ORBITA	▲	→	70	89,5	14:45	14:40
ROTUNDA EM FRENTE ORBITA	▲	● ↑	71,9	87,6	14:47	14:42
ROTUNDA ESQUERDA PARA AVEIRO	▲	← ●	72,2	87,3	14:48	14:43
PERRÃES (SEMAFORO)			75,8	83,7	14:53	14:48
ROTUNDA EM FRENTE PARA OIÃ	▲	● ↑	76,9	82,6	14:55	14:49
CRUZAMENTO E.N. 235 EM FRENTE PARA OIÃ	▲	↑	78,8	80,7	14:58	14:52
ROTUNDA EM FRENTE PARA OIÃ	▲	● ↑	79	80,5	14:58	14:52
ROTUNDA EM FRENTE	▲	● ↑	81,1	78,4	15:01	14:55
AGUAS BOAS			81,8	77,7	15:02	14:56
PALHAÇA			84,8	74,7	15:07	15:01
CRUZAMENTO DIREITA	▲	→	86	73,5	15:09	15:02
ROTUNDA A ESQUERDA PARA VAGOS	▲	← ●	86,1	73,4	15:09	15:03
ROTUNDA EM FRENTE PARA VAGOS	▲	● ↑	89,9	69,6	15:14	15:08
SOUSA			91,8	67,7	15:17	15:11
ROTUNDA ESQUERDA PARA VAGOS	▲	← ●	92,8	66,7	15:19	15:12
ROTUNDA FRENTE	▲	● ↑	94	65,5	15:21	15:14
DIREITA PARA AVEIRO		→	94,3	65,2	15:21	15:14
ROTUNDA EM FRENTE PARA ILHAVO	▲	● ↑	95,2	64,3	15:22	15:16
ROTUNDA EM FRENTE PARA ILHAVO	▲	● ↑	97,8	61,7	15:26	15:19
ILHAVO			100	59,5	15:30	15:22
META VOLANTE		🏠	100,1	59,4	15:30	15:23
ROTUNDA EM FRENTE	▲	● ↑	100,3	59,2	15:30	15:23
PASSAGEM DESNIVELADA AVEIRO - JUMBO			102,8	56,7	15:34	15:26
FRENTE PARA CACIA		↑	102,8	56,7	15:34	15:26
ROTUNDA EM FRENTE PARA PORTO/WISEU	▲	● ↑	104,6	54,9	15:36	15:29
PASSAGEM DESNIVELADA ALBERGARIA FRENTE		↑	105,6	53,9	15:38	15:30
SEMAFOROS ROTUNDA P.PAÇO EM FRENTE PORTO		● ↑	107,8	51,7	15:41	15:34
CACIA - PLACA			107,9	51,6	15:41	15:34
SEMAFOROS Z.IND EM FRENTE PORTO/ESTARREJA	▲	↑	108,5	51	15:42	15:35
SEMAFOROS EM FRENTE PORTO	▲	↑	110,1	49,4	15:45	15:37
SEMAFOROS EM FRENTE PORTO	▲	↑	110,3	49,2	15:45	15:37
SEMAFOROS EM FRENTE PORTO	▲	↑	110,9	48,6	15:46	15:38
PONTE RIO VOUGA			111,4	48,1	15:47	15:39
VIRAR A DIREITA PARA ALBERGARIA	▲	→	113,5	46	15:50	15:42
ROTUNDA CENTRO DESPORTIVO EM FRENTE	▲	● ↑	114,8	44,7	15:52	15:44
ROTUNDA EM FRENTE	▲	● ↑	115,7	43,8	15:53	15:45
PLACA SOBREIRO			115,8	43,7	15:53	15:45
ROTUNDA EM FRENTE PARA ALBERGARIA	▲	● ↑	117,5	42	15:56	15:47
ROTUNDA A ESQUERDA PARA PORTO A25	▲	← ●	117,8	41,7	15:56	15:48
ROTUNDA DIREITA ZONA INDUSTRIAL	▲	● →	118,3	41,2	15:57	15:49
ROTUNDA FRENTE PORTO/COIMBRA/OLIV. AZEMEIS	▲	● ↑	120,5	39	16:00	15:52
ROTUNDA EM FRENTE PORTO/COIMBRA/ALB.A VELHA	▲	● ↑	121,3	38,2	16:01	15:53

ROTUNDA A DIREITA A25/COIMBRA/ALB. A VELHA		●→	121,7	37,8	16:02	15:53
ROTUNDA EM FRENTE	▲	●↑	123,7	35,8	16:05	15:56
SEMAFOROS EM FRENTE COIMBRA/ALB. A VELHA	▲	↑	124,6	34,9	16:06	15:58
ROTUNDA EM FRENTE COIMBRA/ALB. A VELHA	▲	●↑	125,1	34,4	16:07	15:58
SEMAFOROS IC2 EM FRENTE SEREM DE CIMA	▲	↑	127,8	31,7	16:11	16:02
CRUZAMENTO EM FRENTE	▲	↑	129,4	30,1	16:14	16:04
SEMAFOROS DA MOURISCA EM FRENTE	▲	↑	133,1	26,4	16:19	16:10
PLACA PONTE DO RIO AGUEDA			138,1	21,4	16:27	16:17
SAIDA DIREITA AVEIRO/AGUEDA/CARAMULO		→	140,6	18,9	16:30	16:20
ROTUNDA DAS BANDEIRAS A ESQUERDA - AGUEDA	▲	←●	141,8	17,7	16:32	16:22
ROTUNDA A ESQUERDA PARA AVEIRO EN 333 - OIÃ	▲	←●	142,1	17,4	16:33	16:23
META VOLANTE - FRENTE AS BOMBAS COMBUSTIVEL RECARDÃES AGUEDA		🏁	142,4	17,1	16:33	16:23
PIEDADE - PLACA			143,7	15,8	16:35	16:25
CRUZAMENTO PARA ESPINHEL EM FRENTE	▲	↑	144,2	15,3	16:36	16:26
PERRÃES - PLACA			145,6	13,9	16:38	16:28
SEMAFOROS EM FRENTE	▲	↑	145,8	13,7	16:38	16:28
CURVA ESTREITA A DIREITA			146,2	13,3	16:39	16:28
ROTUNDA EM FRENTE PARA OIÃ/AVEIRO		●↑	146,7	12,8	16:40	16:29
SEMAFOROS EM FRENTE		↑	146,9	12,6	16:40	16:29
OIÃ - PLACA			147,3	12,2	16:40	16:30
SEMAFOROS N235 A ESQUERDA PARA O.BAIRRO	▲	←	147,6	11,9	16:41	16:30
OLIV. DO BAIRRO - PLACA - VARIANTE			151,5	8	16:47	16:36
SAIDA A DIREITA PARA SANGALHOS	▲	→	157,8	1,7	16:56	16:45
A DIREITA PARA SANGALHOS POR BAIXO DA PONTE	▲	→	158,2	1,3	16:57	16:46
ROTUNDA ESQUERDA PARA RIBEIRO/SAIMA/CASAINHO	▲	←●	158,6	0,9	16:57	16:46
A DIREITA PARA AV. SEABRA DINIZ	▲	→	158,7	0,8	16:58	16:46
META FINAL	🏁		159,5	0	16:59	16:47



40 01:00
42 01:00

