

**ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DO MINHC**  
**3ª PROVA DA TAÇA DE PORTUGAL - JUNIORES**

90 KMS

**"PRÉMIO JUNTA DE FREGUESIA DE GOLÃES / TROFÉU JOSÉ MARTINS"**

SÁBADO, 11 DE MAIO DE 2013

**CONCENTRAÇÃO:** GOLÃES (junto à Igreja) - FAFE  
**CONTROLO:** Abertura: 13:15 Horas Fecho: 13:45 Horas Chamada: 13:50 Horas  
**P.SIMBÓLICA:** 13:55 horas  
**PARTIDA REAL:** 14:00 horas  
**CHEGADA:** 16:15 horas - melhor horário

QUILOMETROS		ALT	LOCALIDADES	H. PASSAGEM	
A PERC.	PERC			38 KM/H	40 KM/H
			<b>PARTIDA SIMBÓLICA:</b> Golães (junto à Igreja) em direcção à EN 206, Ponte nova à esq. p/Fafe EN 206, Rot. em Frente pela esq. p/Fafe (centro) EN 206		
90,0	0,0	300	<b>PARTIDA REAL</b> - EN 206(100mts. após a rotunda)	14:00	14:00
89,5	0,5		Rotunda - em frente p/Fafe (centro)	14:00	14:00
89,0	1,0		Rua Cidade de Guimarães	14:01	14:01
88,5	1,5		Rua dos Aliados	14:02	14:02
88,0	2,0		Rot. à drt. Av. Brasil	14:03	14:03
87,5	2,5	350	À esq. p/Felgueiras (circular)	14:03	14:03
87,0	3,0		Rot. à drt. p/Felgueiras EN 207	14:04	14:04
86,5	3,5		Antime	14:05	14:05
82,0	8,0	360	Silvares	14:12	14:12
78,0	12,0	450	Regadas	14:18	14:18
74,0	16,0	300	Felgueiras - Semáforos em frente	14:25	14:24
73,0	17,0		Semáforos à drt. Av. Dr. Magalhães Lemos	14:26	14:25
72,5	17,5		Rotunda à drt. p/Guimarães EN 101	14:27	14:26
71,0	19,0	250	Rotunda à drt. p/Guimarães EN 101	14:30	14:28
67,0	23,0	150	Serzedo	14:36	14:34
65,0	25,0	350	Vila Nova de Infantas	14:39	14:37
62,0	28,0		Paçô Vieira / Mesão Frio	14:44	14:42
61,6	28,4	450	<b>PRÉMIO DE MONTANHA - Junta de Freguesia de Mesão Frio</b>	14:44	14:42
61,5	28,5		Rotunda à drt. p/Fafe EN 206	14:45	14:42
59,0	31,0	350	Arões (Igreja Românica)	14:48	14:46
55,5	34,5	300	Fafe (Ponte Nova) - à esq. p/Golães - EM - Início de subida	14:54	14:51
53,5	36,5	350	Golães - à drt. (Igreja)	15:33	15:32
53,3	36,7		<b>Passagem pela Meta (em sentido contrário)</b>	16:33	16:32
50,0	40,0	300	Sta. Comba de Fornelos - à esq. p/Póvoa de Lanhoso EN 207	17:33	17:32
47,0	43,0		Travassós	18:33	18:32
44,0	46,0	400	Requeixo	19:33	19:32
43,0	47,0		Vila Cova	20:33	20:32
42,0	48,0	350	Freitas	21:33	21:32
40,0	50,0		Serafão	15:18	15:15
34,0	56,0	300	Arosa (Placa)	15:28	15:24
32,0	58,0		Taíde	15:31	15:27
30,5	59,5		Ralde EN 205	15:33	15:29
24,0	66,0		Póvoa de Lanhoso (placa)	15:44	15:39
21,0	69,0	200	Rotunda (Intermarché) - à esq. p/Garfe	15:48	15:43
17,5	72,5		Ponte sobre o Rio Ave	15:54	15:48
17,3	72,7	200	Rot. à esq.	15:54	15:49
17,0	73,0	250	Garfe - à esq. p/Arosa/Fafe EN 207-4	15:55	15:49
14,0	76,0	300	Arosa (Placa)	16:00	15:54
13,0	77,0		Arosa - à drt. p/Fafe EN 207	16:01	15:55
11,0	79,0		Serafão	16:04	15:58
10,0	80,0	350	Freitas	16:06	16:00
8,0	82,0		Vila Cova	16:09	16:03
7,0	83,0	400	Requeixo	16:11	16:04
6,0	84,0		Travassós	16:12	16:06
4,0	86,0		Sta. Comba de Fornelos	16:15	16:09
3,5	86,5		Rot. em frente p/Fafe(centro)	16:16	16:09
3,0	87,0		À drt. p/Golães	16:17	16:10
1,5	88,5	250	Ponte (Início de subida)	16:19	16:12
0,0	90,0	400	<b>Golães - META FINAL (100mts depois da Junta de Freguesia)</b>	16:22	16:15