

ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DO MINHO

1ª PROVA DA TAÇA DE PORTUGAL - CADETES PRÉMIO JUNTA DE FREGUESIA DE GOLÃES/TROFÉU JOSÉ MARTINS

55,5 KMS

SÁBADO, 12 DE ABRIL DE 2014

CONCENTRAÇÃO: Golães (junto à Igreja Paroquial)

CONTROLO: Abertura: 14.15 Horas Fecho: 14.45 Horas Chamada: 14.50 Horas

P.SIMBÓLICA: 14:55 horas

PARTIDA REAL: 15:00 horas

CHEGADA: 16:32 horas - melhor horário

QUILOMETROS		ALT	LOCALIDADES	H. PASSAGEM	
A PERC.	PERC			33 KM/H	36 KM/H
			PARTIDA SIMBÓLICA: Golães (Igreja), em direção a Fafe/Póvoa de		
		400	Lanhoso (descida), Rua da Corredoura.		
55,5	0,0	320	PARTIDA REAL - Rua da Corredoura	15:00	15:00
54,5	1,0		Santa Comba de Fornelos - à dt. p/Fafe EN 201	15:01	15:01
54,0	1,5		Fafe - Placa - Rua do Retiro	15:02	15:02
53,5	2,0		Em frente - Rua de Sá	15:03	15:03
53,2	2,3		Rua Trindade Coelho	15:04	15:03
53,0	2,5	340	Rua Serpa Pinto - à drt.	15:04	15:04
52,8	2,7		Rot. em frente - Rua Luís de Camões	15:05	15:04
52,7	2,8		Rua dos Aliados	15:05	15:04
52,5	3,0		Rua Cidade de Guimarães	15:05	15:05
52,0	3,5		Rot. em Frente p/Guimarães	15:06	15:06
51,5	4,0	300	Ponte Nova - à drt. p/Golães	15:07	15:06
51,0	4,5		Á drt. para Zona Agrária	15:08	15:07
49,5	6,0	300	Golães - à drt. p/Rua da Corredoura	15:10	15:10
49,0	6,5		Rua da Corredoura	15:11	15:10
48,5	7,0		Santa Comba de Fornelos - à esq. p/Póvoa de Lanhoso EN 207	15:12	15:11
48,0	7,5		Rot. em frente	15:13	15:12
45,0	10,5		Travassós	15:19	15:17
44,5	11,0		(FafeBombas)	15:20	15:18
41,5	14,0		Requeixo	15:25	15:23
40,5	15,0	380	Vila Cova	15:27	15:25
39,5	16,0		Freitas	15:29	15:26
37,5	18,0		Serafão	15:32	15:30
31,5	24,0	250	Arosa (Placa)	15:43	15:40
29,5	26,0		Taíde	15:47	15:43
29,0	26,5	320	Porto D'Ave	15:48	15:44
28,0	27,5		Ralde EN 205	15:50	15:45
23,5	32,0		Fontarcada	15:58	15:53
22,0	33,5	250	Póvoa de Lanhoso (placa)	16:00	15:55
21,5	34,0		Rotunda (Intermarché) - à esq. p/Garfe	16:01	15:56
17,5	38,0		Ponte sobre o Rio Ave - Rot. à esq. p/Garfe	16:09	16:03
17,0	38,5	250	Garfe - à esq. p/Arosa - EN 207-4	16:10	16:04
14,0	41,5		Arosa (placa)	16:15	16:09
13,5	42,0	250	Arosa - à drt. p/Fafe EN 207	16:16	16:10
11,5	44,0		Serafão	16:20	16:13
10,5	45,0		Freitas	16:21	16:15
8,5	47,0	350	Vila Cova	16:25	16:18
7,5	48,0		Requeixo	16:27	16:20
6,5	49,0		Travassós	16:29	16:21
4,5	51,0	320	Santa Comba de Fornelos	16:32	16:25
3,5	52,0		Rot. em frente	16:34	16:26
3,0	52,5		À drt. p/Golães (curva perigosa) - Rua da Corredoura	16:35	16:27
1,5	54,0		Golães (placa) - Início de Subida	16:38	16:30
0,0	55,5	400	Golães - META FINAL (100mts após a Junta de Freguesia)	16:40	16:32