

ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DO MINHO

"TROFEU JOSÉ MARTINS"

93 KMS

3ª PROVA DA TAÇA DE PORTUGAL / 2010

CATEGORIA DE JUNIORES

SÁBADO, 22 de Maio de 2010

CONCENTRAÇÃO: GOLÃES (junto á Igreja) - FAFE

CONTROLO: Abertura: 13:45 Horas Fecho: 14.15 Horas Chamada: 14.23 Horas

P.SIMBÓLICA: 14:25 horas

PARTIDA REAL: 14:30 horas

CHEGADA: 16:56 horas - melhor horário

QUILOMETROS		ALT	LOCALIDADES	H. PASSAGEM	
A PERC.	PERC			36 KM/H	38 KM/H
			PARTIDA SIMBÓLICA: Golães (junto á Igreja) em direcção á EN 206, Ponte nova á esq. p/Fafe EN 206, Rot. em Frente pela esq. p/Fafe (centro) EN 206		
93,0	0,0	300	PARTIDA REAL - EN 206(100mts. após a rotunda)	14:30	14:30
92,5	0,5		Rotunda - em frente p/Fafe (centro)	14:31	14:31
92,0	1,0		Rua Cidade de Guimarães	14:33	14:33
91,5	1,5		Rua dos Aliados	14:34	14:34
91,0	2,0		Separadores - á drt. Av. Brasil	14:35	14:35
90,5	2,5	350	Á esq. p/Felgueiras (circular)	14:36	14:36
90,0	3,0		Rot. á drt. p/Felgueiras EN 207	14:37	14:37
89,5	3,5		Antime	14:38	14:38
85,0	8,0	360	Silvares	14:39	14:38
81,0	12,0	450	Regadas	14:43	14:42
77,0	16,0	300	Felgueiras - Semáforos em frente	14:51	14:50
76,0	17,0		Semáforos á drt. Av. Dr. Magalhães Lemos	14:53	14:51
75,5	17,5		Rotunda á drt. p/Guimarães EN 101	14:54	14:52
74,0	19,0	250	Rotunda á drt. p/Guimarães EN 101	14:57	14:55
70,0	23,0	150	Serzedo	15:01	15:00
68,0	25,0	350	Vila Nova de Infantas	15:03	15:02
65,0	28,0		Paçô Vieira	15:08	15:06
64,5	28,5	450	Rotunda á drt. p/Fafe EN 206	15:09	15:07
62,0	31,0	350	Arões (Igreja Românica)	15:15	15:14
58,5	34,5	300	Fafe (Ponte Nova) - á esq. p/Golães - EM - Inicio de Subida	15:20	15:18
56,5	36,5	350	Golães - á drt. (Igreja)	15:22	15:19
56,3	36,7		Passagem pela Meta (em sentido contrário)	15:22	15:19
53,0	40,0	300	Sta. Comba de Fornelos - á esq. p/Póvoa de Lanhoso EN 207	15:30	15:27
50,0	43,0		Travassós	15:41	15:37
49,0	44,0		(FafeBombas)	15:43	15:39
47,0	46,0	400	Requeixo	15:46	15:42
46,0	47,0		Vila Cova	15:48	15:44
45,0	48,0	350	Freitas	15:50	15:45
43,0	50,0		Serafão	15:53	15:48
37,0	56,0	300	Arosa (Placa)	16:03	15:58
35,0	58,0		Taíde	16:06	16:01
34,5	58,5	350	Porto D'Ave	16:07	16:02
33,5	59,5		Ralde EN 205	16:09	16:03
30,5	62,5	250	Fontarcada	16:14	16:08
27,0	66,0		Póvoa de Lanhoso (placa)	16:20	16:14
24,0	69,0	200	Rotunda (Intermarché) - á esq. p/Garfe	16:25	16:18
20,5	72,5		Ponte sobre o Rio Ave	16:30	16:24
20,3	72,7	200	Rot. á esq.	16:31	16:24
20,0	73,0	250	Garfe - á esq. p/Arosa/Fafe EN 207-4	16:31	16:25
17,0	76,0	300	Arosa (Placa)	16:36	16:30
16,0	77,0		Arosa - á drt. p/Fafe EN 207	16:38	16:31
13,0	80,0		Serafão	16:43	16:36
11,0	82,0	350	Freitas	16:46	16:39
10,0	83,0		Vila Cova	16:48	16:41
9,0	84,0	400	Requeixo	16:50	16:42
6,0	87,0		Travassós	16:55	16:47
4,0	89,0		Sta. Comba de Fornelos	16:58	16:50
3,0	90,0		Rot. em frente p/Fafe(centro)	17:00	16:52
2,5	90,5		Á drt. p/Golães	17:00	16:52
1,5	91,5	250	Ponte (inicio de subida)	17:02	16:54
0,0	93,0	350	Golães - META FINAL (100mts depois da Junta de Freguesia)	17:05	16:56

NOTA-Os carros de apoio das equipas desviam para a esquerda 200mts. antes da meta final