



PASSEIO DE BICICLETA

DIA UM DE PORTUGAL

CONCENTRAÇÃO: Guimarães (arruamento entre o Pavilhão Almor Vaz/Inatel e o Estádio D. Afonso Henriques)

CONTROLO: 8:30

PARTIDA: 10:00 Passeio: 22 Kms / Mini-passeio: 3,5 Kms

CHEGADA: 11:06

QUILOMETROS		ALT	LOCALIDADES	H. PASSAGEM		
A PERC.	PERC			10 Km/H	15 Km/H	20 Km/H
22,0	0,0	180	PARTIDA - Pavilhão Almor Vaz (Inatel)	10:00	10:00	10:00
21,9	0,1		À esq. Rua de São Gonçalo	10:00	10:00	10:00
21,7	0,3		À drt. Rua de Paio Galvão	10:01	10:01	10:00
21,5	0,5		Largo do Toural, Alameda São Dâmaso	10:03	10:02	10:01
21,2	0,8		Largo República do Brasil	10:04	10:03	10:02
21,0	1,0		À esq. Avenida Alberto Sampaio	10:06	10:04	10:03
20,7	1,3		Largo Condessa Mumadona	10:07	10:05	10:03
20,6	1,4		À esq. Rua Nuno Álvares	10:08	10:05	10:04
20,5	1,5		Câmara Municipal de Guimarães	10:09	10:06	10:04
20,4	1,6		À esq. Rua Santa Maria	10:09	10:06	10:04
20,3	1,7		À drt. Praça de Santiago	10:10	10:06	10:05
20,2	1,8		À drt. Rua Gravador Molarinho	10:10	10:07	10:05
20,1	1,9		À esq. e novamente à esq. - Rua Valdonas	10:11	10:07	10:05
20,0	2,0		Largo João Franco, Rua da Rainha, Largo da Oliveira	10:12	10:08	10:06
19,6	2,4		Museu Alberto Sampaio	10:14	10:09	10:07
19,5	2,5		À drt. Alameda São Dâmaso, Largo do Toural	10:15	10:10	10:07
19,1	2,9		Rua de Santo António	10:17	10:11	10:08
18,9	3,1	190	Rua de Gil Vicente	10:18	10:12	10:09
18,7	3,3		À drt. Alameda Alfredo Pimenta	10:19	10:13	10:09
18,6	3,4		À esq. e depois à drt. Rua de São Gonçalo	10:20	10:13	10:10
18,5	3,5		Pavilhão Almor Vaz (Inatel) - FIM DO MINI-PASSEIO	10:21	10:14	10:10
18,3	3,7		Rot. à esq. Avenida de Londres	10:22	10:14	10:11
18,1	3,9	180	À drt. Alameda Mariano Felgueiras	10:23	10:15	10:11
18,0	4,0		À drt. p/Creixomil - Hospital	10:24	10:16	10:12
17,7	4,3		Rot. pela esq. p/Famalicão EN 206	10:25	10:17	10:12
17,5	4,5		Creixomil - (Creixoauto)	10:27	10:18	10:13
17,0	5,0		Pisca	10:30	10:20	10:15
16,0	6,0		Carreira	10:36	10:24	10:18
15,0	7,0	160	Silvares - à drt. p/Campelos	10:42	10:28	10:21
13,0	9,0		Campelos	10:54	10:36	10:27
12,5	9,5		Rot. à drt. p/ São João de Ponte	10:57	10:38	10:28
12,2	9,8		Em frente p/ São João de Ponte	10:58	10:39	10:29
11,0	11,0	170	São João de Ponte - Igreja	11:06	10:44	10:33
10,5	11,5		Rot. à drt. p/Guimarães - EN 101	11:09	10:46	10:34
8,5	13,5		Rot. em frente	11:21	10:54	10:40
7,5	14,5		Fermentões - Rot. do hiper em frente	11:27	10:58	10:43
6,0	16,0	190	Guimarães (posto de abastecimento)	11:36	11:04	10:48
5,9	16,1		Rua Nossa Senhora da Conceição	11:36	11:04	10:48
5,5	16,5		Rot. da PSP . à esq. Rua Teixeira de Pascoais	11:39	11:06	10:49
5,0	17,0	180	Universidade do Minho	11:42	11:08	10:51
4,5	17,5		Azurém (São Pedro)	11:45	11:10	10:52
3,5	18,5	190	à drt. p/ Madre de Deus	11:51	11:14	10:55
3,4	18,6		Madre de Deus (Capela)	11:51	11:14	10:55
3,2	18,8		Em frente p/Guimarães (centro) - Rua D. Teresa	11:52	11:15	10:56
2,7	19,3		Castelo de Guimarães	11:55	11:17	10:57
2,5	19,5		Paço dos Duques de Bragança	11:57	11:18	10:58
2,4	19,6		Largo Martins Sarmento	11:57	11:18	10:58
2,4	19,6		à esq. Rua Serpa Pinto	11:57	11:18	10:58
2,2	19,8		Largo Condessa Mumadona	11:58	11:19	10:59
2,1	19,9		Avenida Alberto Sampaio - Muralha	11:59	11:19	10:59
2,0	20,0		Alameda São Dâmaso	12:00	11:20	11:00
1,5	20,5		Largo do Toural	12:03	11:22	11:01
1,4	20,6		Rua de Santo António	12:03	11:22	11:01
1,2	20,8		Rua de Gil Vicente	12:04	11:23	11:02
1,0	21,0		À drt. Alameda Dr. Alfredo Pimenta	12:06	11:24	11:03
0,6	21,4		Rot. da PSP (contornar a rotunda)	12:08	11:25	11:04
0,6	21,4		Alameda Dr. Alfredo Pimenta	12:08	11:25	11:04
0,2	21,8		À drt. Rua de São Gonçalo	12:10	11:27	11:05
0,1	21,9		À drt. p/Pavilhão Almor Vaz (Inatel)	12:11	11:27	11:05
0,0	22,0	180	CHEGADA - Pav. Almor Vaz (Inatel) / Estádio D. Afonso Henriques	12:12	11:28	11:06