

4.ª ETAPA 4TH STAGE 17. 05. DOMINGO SUNDAY

CASTRO DAIRE - ESPINHO 133,4KM



Partida / Start: Av. dos Bombeiros Voluntários - Castro Daire (GPS: 40°53'55.4"N 7°56'04.6"W) - 12h00
Parque Equipas Partida/Teams Park Start: Rua da Lavandeira - Castro Daire (GPS: 40°54'11.9"N 7°55'56.2"W)

Chegada / Finish Line: Rua 20 - Câmara Municipal de Espinho (GPS: 41°00'31.2"N 8°38'23.3"W)
Parque Equipas Chegada / Teams Park Finish Line: Rua 27, Parque Centro Multimeios (GPS: 41°00'21.2"N 8°38'20.4"W)

KM PERCORRIDOS FROM	KM A PERCORRER TO	PERCURSO / ROUTE	!	HORÁRIOS DE PASSAGEM TIMETABLE		
				34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
2,7		PARTIDA SIMBÓLICA / SYMBOLIC START Av. dos Bombeiros Voluntários Av. Humberto Delgado Avenida António Serrado Avenida Maria Alcina Fadista EN 2		12:00	12:00	12:00
0,0	133,4	PARTIDA REAL / DEPART - EN 2	▶	12:05	12:05	12:05
2,3	131,1	Cruzamento à esquerda p/ Cinfães - EN 321	←	12:09	12:08	12:08
15,7	131,1	PM 2.ª Cat. / 2nd cat. - Montemuro	PM 2	12:09	12:08	12:08
25,8	107,6	Meridãos		12:50	12:48	12:45
35,3	98,1	Cinfães		13:07	13:03	13:00
36,2	97,2	Rotunda em frente - Rua Capitão Salgueiro Maia	↻	13:08	13:05	13:02
36,2	97,2	Passagem Estreita	⚠	13:38	13:35	13:32
36,3	97,1	Rotunda em frente	↻	13:38	13:35	13:32
36,4	97,0	Rotunda à esquerda - Rua da Lomba	↻	13:09	13:05	13:02
36,8	96,6	M.V. - Cinfães	MV	13:09	13:06	13:03
36,8	96,6	Rotunda à direita p/ Castelo de Paiva - EN 222	↻	13:09	13:06	13:03
40,0	93,4	Zona de Abastecimento / Zona de Descarte Feed and Waste zone	🍴 🗑	13:15	13:11	13:08
42,4	91,0	Cruzamento à direita p/ Barragem de Carrapatelo	→	13:19	13:15	13:11
45,7	87,7	Barragem Carrapatelo		13:25	13:21	13:17
46,2	87,2	Início de Subida / Start of Climb	⬆	13:26	13:21	13:17
48,7	84,7	Cruzamento à esquerda p/ Castelo de Paiva - EN 108	←	13:30	13:26	13:21
52,3	81,1	PM 2.ª Cat. / 2nd cat - Piores	PM 2	13:37	13:32	13:27
54,0	79,4	Penhalonga		13:40	13:35	13:30
58,0	75,4	Cruzamento à esquerda p/ Entre-os-Rios - EN 108	←	13:47	13:41	13:36
64,5	68,9	Alpendurada		13:58	13:52	13:46
66,3	67,1	Rotunda à esquerda - EN 108	↻	14:01	13:55	13:49
72,4	61,0	Ponte Duarte Pacheco		14:12	14:05	13:59
74,0	59,4	Rotunda em frente - EN 108	↻	14:15	14:08	14:01
82,6	50,8	Rio Mau		14:30	14:22	14:15
83,9	49,5	Zona de Abastecimento / Zona de Descarte Feed and Waste zone	🍴 🗑	14:33	14:24	14:17
86,9	46,5	Melres		14:38	14:29	14:22
88,0	45,4	Início de Subida / Start of Climb	⬆	14:40	14:31	14:23

KM PERCORRIDOS FROM	KM A PERCORRER TO	PERCURSO / ROUTE	!		HORÁRIOS DE PASSAGEM TIMETABLE		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
90,6	42,8	PM 3.ª Cat./ 3rd cat - Melres			14:44	14:36	14:28
93,2	40,2	Vila Cova			14:49	14:40	14:32
93,9	39,5	Rotunda em frente - EN 108			14:50	14:41	14:33
95,7	37,7	Rotunda em frente - EN 108			14:53	14:44	14:36
97,1	36,3	Cruzamento à esquerda - Barragem Crestuma - EN 109-2			14:56	14:46	14:38
101,5	31,9	Cruzamento à esquerda p/ Canedo - Rua Centro Social			15:04	14:54	14:45
101,8	31,6	Separadores - em frente			15:04	14:54	14:45
106,8	26,6	M.V. - Canedo			15:13	15:03	14:53
107,0	26,4	Rotunda em frente p/ Lobão - EN 222			15:13	15:03	14:54
110,2	23,2	Cruzamento à direita p/ Espinho - EN 326			15:19	15:08	14:59
115,0	18,4	Rotunda à esquerda			15:28	15:16	15:06
115,9	17,5	Rotunda à direita - EN 1			15:29	15:18	15:08
116,0	17,4	Zona de Abastecimento / Zona de Descarte Feed and Waste zone			15:29	15:18	15:08
117,0	16,4	Cruzamento à esquerda p/ Mozelos (centro)			15:31	15:20	15:09
118,4	15,0	Rotunda em frente - Alameda Alfredo Henriques			15:33	15:22	15:11
118,9	14,5	Cruzamento à esquerda - ER 1-14			15:34	15:23	15:12
119,8	13,6	Rotunda em frente p/ Espinho - ER 1-14			15:36	15:24	15:14
121,6	11,8	Rotunda à direita - Rua do Valado			15:39	15:27	15:17
124,5	8,9	Pela direita - Rua da Boa Nova			15:44	15:32	15:21
124,5	8,9	Zona de Descarte / Waste Zone			15:44	15:32	15:21
126,5	6,9	Cruzamento à direita - Rua 33			15:48	15:35	15:24
126,8	6,6	Cruzamento à esquerda - Rua da Tuna Musical de Anta			15:48	15:36	15:25
127,0	6,4	Cruzamento à direita - Rua da Tuna Musical de Anta			15:49	15:36	15:25
127,2	6,2	Rotunda em frente - Rua Professor Dias Afonso			15:49	15:37	15:25
127,8	5,6	Cruzamento à esquerda			15:50	15:38	15:26
128,4	5,0	Idanha			15:51	15:39	15:27
128,8	4,6	Cruzamento à esquerda - Rua da Idanha			15:52	15:39	15:28
129,5	3,9	Cruzamento à esquerda p/ Espinho - Rua da Idanha			15:53	15:40	15:29
130,4	3,0	Rotunda em frente - Rua Nova da Praia			15:55	15:42	15:30
130,5	2,9	Cruzamento à esquerda - Rua Nova da Praia			15:55	15:42	15:31
131,1	2,3	Rotunda à esquerda (contramão)			15:56	15:43	15:32
132,0	1,4	Em frente (sentido proibido)			15:57	15:44	15:33
132,6	0,8	Cruzamento à esquerda - Rua 33			15:58	15:45	15:34
132,9	0,5	Cruzamento à esquerda - Rua 20			15:59	15:46	15:34
133,4	0,0	META FINAL / FINISH LINE Câmara Municipal de Espinho - Rua 20			16:00	15:47	15:35