

Concentração: Rua Luís de Camões - 10H00

Parque Equipas: Parque estacionamento do Mercado Municipal

Partida: Rua Luís de Camões - 12H50

Chegada: Avenida da Régua - Ovar - 15H58 (melhor previsão)

Percorrido	Em falta	Percurso		i	Horários de passagem		
					38	40	42
0,0	6,0	À esquerda pela R. José de Sucena			12:50	12:50	12:50
0,3	5,7	Rotunda em frente			12:50	12:50	12:50
0,4	5,6	À direita p/Av. Dr. Eugénio Ribeiro			12:50	12:50	12:50
0,6	5,4	À esquerda Largo António Breda			12:50	12:50	12:50
0,7	5,3	À esquerda R. Dr. Manuel Alegre			12:51	12:51	12:51
0,9	5,1	Rotunda Monumento da Paz em frente			12:51	12:51	12:51
1,2	4,8	Rotunda à direita R. José Gustavo Pimentel			12:51	12:51	12:51
1,3	4,7	Separador seguido de rotunda em frente p/Centro Artes de Águeda			12:52	12:51	12:51
2,1	3,9	À direita p/Av. Calouste Gulbenkian			12:53	12:53	12:53
3,2	2,8	Rotunda à direita p/R. Eng. Carlos Rodrigues			12:55	12:54	12:54
3,2	2,8	Rotunda à direita p/ R. do Emigrante			12:55	12:54	12:54
3,9	2,1	Rotunda em frente pela R. do Emigrante			12:56	12:55	12:55
6,0	0,0	Rotunda do Covão à dir. p/R. da industria			12:59	12:59	12:58
0,0	125,2	Partida real (em frente à BIKiNNOV - Bike Value Innovation Center - Association)			13:00	13:00	13:00
0,1	125,1	Rotunda Valongo (2ª saída) pela R. Arrota de Baixo dir. Cumeada			13:00	13:00	13:00
1,3	123,9	Rotunda em Frente pela R. Cumeada			13:02	13:01	13:01
1,9	123,3	Entroncamento à dir.R. Figuras Populares (EM 574) - Precaução STOP			13:03	13:02	13:02
2,1	123,1	No Cruzeiro à esquerda. p/Agueira			13:03	13:03	13:03
2,2	123,0	No Cruzeiro à esquerda. p/R. António Pereira Vidal Xavier			13:03	13:03	13:03
2,6	122,6	Na rotunda à esq. p/GNR continuando pela R. António Pereira Vidal Xavier			13:04	13:03	13:03
3,2	122,0	À dir. pela R. Espírito Santo			13:05	13:04	13:04
3,3	121,9	Na rotunda à dir. R. Joaquim Sousa Batista Benemérito			13:05	13:04	13:04
4,0	121,2	No Cruzeiro à esquerda p/Talhadas A25			13:06	13:06	13:05
8,2	117,0	Na Rotunda "Homenagem aos Ferreiros" à direita p/Águeda EN333			13:12	13:12	13:11
15,7	109,5	Na rotunda à esquerda p/Águeda			13:24	13:23	13:22
15,9	109,3	Na rotunda à esquerda p/Caramulo EN 230			13:25	13:23	13:22
18,0	107,2	Alhandra			13:28	13:27	13:25
20,7	104,5	À direita em direção a Luso pela N336			13:32	13:31	13:29
22,8	102,4	Redonda			13:36	13:34	13:32
23,8	101,4	Início de subida após ponte sob Rio Águeda			13:37	13:35	13:34
26,5	98,7	Prémio de Montanha 3ª Cat. - SEGUNOR (junto placa Belazaima do Chão)			13:41	13:39	13:37

28,6	96,6	Na rotunda à entrada de Póvoa Vale de Trigo à direita p/Aguada de Cima / Borralha			13:45	13:42	13:40
30,3	94,9	À esquerda p/Aguada de Cima (R. António Clemente Figueira)			13:47	13:45	13:43
32,3	92,9	Rotunda em frente			13:51	13:48	13:46
33,8	91,4	Rotunda em frente			13:53	13:50	13:48
33,9	91,3	Rotunda em frente p/Águeda			13:53	13:50	13:48
34,1	91,1	Início zona de abastecimento			13:53	13:51	13:48
36,7	88,5	Nos semáforos à direita p/Águeda (EN 1)			13:57	13:55	13:52
39,1	86,1	Rotunda da Bicicleta em frente p/Águeda pelo lado direito do separador			14:01	13:58	13:55
41,0	84,2	Rotunda em frente (EN1) pelo lado direito do separador			14:04	14:01	13:58
41,7	83,5	Rotunda em frente			14:05	14:02	13:59
42,1	83,1	Jardim Conde Sucena pela direita			14:06	14:03	14:00
42,3	82,9	À direita p/C.M. de Águeda			14:06	14:03	14:00
42,4	82,8	Rotunda à esquerda pela R. José Gustavo Pimenta			14:06	14:03	14:00
42,5	82,7	Separador seguido de rotunda em frente			14:07	14:03	14:00
42,7	82,5	Meta Volante INTERNUTRI (em frente ao Centro Artes de Águeda)			14:07	14:04	14:01
43,4	81,8	À esquerda e logo de seguida à direita para EN 1 dir./Albergaria			14:08	14:05	14:02
44,8	80,4	Rotunda "Águeda" em frente dir./Albergaria			14:10	14:07	14:04
46,5	78,7	Na rotunda da Mourisca contornar e na 2ª saída entra na EN1 / IC2 dir. Albergaria			14:13	14:09	14:06
49,8	75,4	Macinhata do Vouga			14:18	14:14	14:11
54,1	71,1	Separadores (obrigatório pelo lado direito) em frente EN1 / IC2 dir. Albergaria			14:25	14:21	14:17
55,2	70,0	Rotunda em frente pela EN1 / IC2 dir. Albergaria			14:27	14:22	14:18
56,7	68,5	Rotunda em frente pela EN1 / IC2 dir. Oliveira Azeméis			14:29	14:25	14:21
58,6	66,6	Rotunda em frente pela EN1 / IC2 dir. Oliveira Azeméis			14:32	14:27	14:23
59,4	65,8	Rotunda em frente pela EN1 / IC2 dir. Oliveira Azeméis			14:33	14:29	14:24
63,8	61,4	Branca			14:40	14:35	14:31
67,3	57,9	Nos semáforos à esquerda p/Estarreja N224-3			14:46	14:40	14:36
67,8	57,4	À esquerda p/Estarreja (R.de S. Paio) N224-3			14:47	14:41	14:36
68,1	57,1	Passagem de nível sem guarda			14:47	14:42	14:37
68,8	56,4	Início descida perigosa N224-3 (sequência de curvas e estrada algo estreita)			14:48	14:43	14:38
70,8	54,4	Final descida curva à direita seguida de ponte estreita			14:51	14:46	14:41
70,8	54,4	Início de subida após ponte sob Rio Águeda			14:51	14:46	14:41
71,1	54,1	Sair da via principal virando à direita e seguindo pela M553			14:52	14:46	14:41
72,0	53,2	Prémio de Montanha 3ª Cat. - SEGUNOR (no final da casa amarela)			14:53	14:48	14:42
72,1	53,1	Em frente pela R. Cónego Pires Valente			14:53	14:48	14:43
73,1	52,1	No separador seguir em frente			14:55	14:49	14:44
74,6	50,6	Em frente R. Pd. Manuel Laranjeira (edifício da J.F.Loureiro no lado esquerdo)			14:57	14:51	14:46
75,1	50,1	Após rotunda e junto à placa de STOP à direita			14:58	14:52	14:47
75,2	50,0	Nova rotunda (3ª saída) à esquerda p/R. da Indústria			14:58	14:52	14:47
75,3	49,9	Início zona de abastecimento			14:58	14:52	14:47

76,9	48,3	No cruzamento à esquerda em dir. Avança centro - Placa STOP			15:01	14:55	14:49
78,7	46,5	Sair da estrada principal virando à direita em direção EN 109 NORTE			15:04	14:58	14:52
79,3	45,9	À direita entrando na EN 109 dir. Ovar			15:05	14:58	14:53
80,1	45,1	Sair da EN 109 à direita e de imediato em frente (rua em empedrado) pela R. Sebastião Moraes Ferreira dir. Igreja			15:06	15:00	14:54
81,4	43,8	Em frente (fim do piso empedrado) atravessando viaduto			15:08	15:02	14:56
81,7	43,5	Rotunda em frente cruzando o centro de Válega			15:09	15:02	14:56
82,0	43,2	Meta Volante INTERNUTRI (em frente ao Museu Escolar Oliveira Lopes)			15:09	15:03	14:57
82,1	43,1	Em frente dir./Ovar pela R. Irmãos Oliveira Lopes			15:09	15:03	14:57
82,6	42,6	À direita entrando na EN 109 dir. Ovar			15:10	15:03	14:58
84,0	41,2	Rotunda em frente pela EN109 direção Ovar			15:12	15:06	15:00
84,6	40,6	Rotunda em frente pela EN109 direção Ovar			15:13	15:06	15:00
86,2	39,0	Rotunda em frente pela EN109 direção Esmoriz			15:16	15:09	15:03
87,8	37,4	Rotunda em frente pela EN109 direção Esmoriz (rotunda ligação aos acessos da A29 e A1)			15:18	15:11	15:05
88,6	36,6	Meta Volante INTERNUTRI (em frente às instalações da Ovargado (Internutri))			15:19	15:12	15:06
89,5	35,7	Arado			15:21	15:14	15:07
91,2	34,0	Rotunda à esquerda p/Maceda mantendo na EN 109			15:24	15:16	15:10
92,0	33,2	Maceda			15:25	15:18	15:11
94,4	30,8	Cortegaça			15:29	15:21	15:14
96,1	29,1	Esmoriz			15:31	15:24	15:17
96,8	28,4	No semáforo à esquerda pela Av. Da Praia (junto à BP)			15:32	15:25	15:18
99,0	26,2	Cruzamento em frente continuando na Av. Da Praia			15:36	15:28	15:21
99,2	26,0	No cruzamento à esquerda em dir. Cortegaça pela Av. Inf. D. Henrique			15:36	15:28	15:21
99,3	25,9	Rotunda em frente direção a Cortegaça			15:36	15:28	15:21
100,1	25,1	No cruzamento à esquerda seguindo pela Av. Da Praia (Cortegaça)			15:38	15:30	15:23
101,5	23,7	Rotunda do Barco à direita dir. ao Furadouro (estrada florestal)			15:40	15:32	15:25
110,1	15,1	À direita p/ Praia do Furadouro			15:53	15:45	15:37
110,1	15,1	Ponto de contacto do circuito			15:53	15:45	15:37
110,8	14,4	Rotunda à esquerda pela Av. Dos Descobrimentos			15:54	15:46	15:38
111,0	14,2	Separador seguido de rotunda (obrigatório contornar) à esquerda pela Av. do Emigrante (pelo lado direito do separador)			15:55	15:46	15:38
112,5	12,7	Rotunda em frente p/Ovar centro			15:57	15:48	15:40
114,5	10,7	1ª passagem pela Meta Final (Av. Da Régua)			16:00	15:51	15:43
114,5	10,7	Ponto Quente - TUTIGÁS - na 1ª Passagem pela META	PQ		16:00	15:51	15:43
114,6	10,6	Rotunda à esquerda p/Zona escolar + Desportiva			16:00	15:51	15:43
114,8	10,4	Rotunda em frente			16:01	15:52	15:44
115,2	10,0	No entroncamento à direita			16:01	15:52	15:44
115,5	9,7	No entroncamento à esquerda - STOP (estádio Marques da Silva em frente)			16:02	15:53	15:45
116,0	9,2	Rotunda seguida de separadores (obrigatório pela direita) direção à A 29			16:03	15:54	15:45
116,5	8,7	Entroncamento à esquerda pela R. Dr. António Manarte			16:03	15:54	15:46
117,5	7,7	Entroncamento pela esquerda (precaução tem separadores)	  		16:05	15:56	15:47

117,9	7,3	Rotunda à esquerda EN 327 (Av. D. Manuel I)			16:06	15:56	15:48
118,9	6,3	À direita p/Praia do Furadouro - R. Monsenhor Fonseca Soares			16:07	15:58	15:49
120,4	4,8	Rotunda à direita p/ Praia de Cortegaça - R. Manuel Ramada			16:10	16:00	15:52
120,8	4,4	À esquerda p/Praia do Furadouro			16:10	16:01	15:52
121,5	3,7	Rotunda à esquerda pela Av. Dos Descobrimentos			16:11	16:02	15:53
121,7	3,5	Separador seguido de rotunda (obrigatório contornar) à esquerda pela Av. do Emigrante (pelo lado direito do separador)			16:12	16:02	15:53
123,2	2,0	Rotunda em frente p/Ovar centro			16:14	16:04	15:56
125,2	0,0	Meta Final (Av. Da Régua - Ovar)			16:17	16:07	15:58