

2ª Etapa - 31/08/2025

Valongo/ Valongo - 159,7 KM

Concentração/Parque Equipas: Partida - Rua das Pereiras - 09h00

Partida: Av. 5 de Outubro ( CM Valongo) - 11h00

Chegada: Valongo - Av. 5 de Outubro ( CM Valongo) - 15h07 (melhor horário)

| Km + | km -  | Alt. | Percurso                                           |  | i | Horários de passagem |         |         |
|------|-------|------|----------------------------------------------------|--|---|----------------------|---------|---------|
|      |       |      |                                                    |  |   | 36 Km/h              | 38 Km/h | 40 Km/h |
| 0,0  | 8,4   | 161  | Av. 5 de Outubro                                   |  |   | 11:00                | 11:00   | 11:00   |
| 0,1  | 8,3   | 153  | Rot. em frente                                     |  |   |                      |         |         |
| 0,3  | 8,0   | 153  | Rot. dt. p/Alto da Serra                           |  |   |                      |         |         |
| 0,7  | 7,7   | 158  | Em frente p/Alto da Serra                          |  |   |                      |         |         |
| 1,5  | 6,9   | 190  | Rot. em frente p/Alto da Serra                     |  |   |                      |         |         |
| 2,2  | 6,2   | 185  | Rot. em frente p/Ermesinde                         |  |   |                      |         |         |
| 3,7  | 4,7   | 175  | Ermesinde - Placa                                  |  |   |                      |         |         |
| 4,0  | 4,4   | 172  | Em frente p/Ermesinde                              |  |   |                      |         |         |
| 5,0  | 3,4   | 162  | Rot. dt. p/Formiga                                 |  |   |                      |         |         |
| 5,3  | 3,1   | 164  | Rot. esq. p/Ermesinde                              |  |   |                      |         |         |
| 5,9  | 2,5   | 162  | Rot. em frente p/Ermesinde                         |  |   |                      |         |         |
| 6,1  | 2,3   | 167  | Rot. em frente p/Ermesinde                         |  |   |                      |         |         |
| 6,6  | 1,8   | 170  | Em frente                                          |  |   |                      |         |         |
| 6,8  | 1,6   | 171  | Drt.                                               |  |   |                      |         |         |
| 7,3  | 1,1   | 168  | Em frente                                          |  |   |                      |         |         |
| 7,4  | 1,0   | 168  | Drt. p/Porto                                       |  |   |                      |         |         |
| 7,5  | 0,9   | 162  | Rot. dt. p/Travagem                                |  |   |                      |         |         |
| 8,4  | 0,0   | 160  | KM 0 (Malifer)                                     |  |   |                      |         |         |
| 0,0  | 159,7 | 160  | Partida Real -Rua Luis de Camões - EN105           |  |   | 11:08                | 11:08   | 11:08   |
| 1,6  | 3,0   | 102  | Rot. em frente p/Alfena                            |  |   | 11:10                | 11:10   | 11:10   |
| 2,1  | 157,6 | 110  | Rot. em frente p/Alfena                            |  |   | 11:11                | 11:11   | 11:11   |
| 3,3  | 156,4 | 106  | Rot. em frente p/Santo Tirso                       |  |   | 11:13                | 11:13   | 11:12   |
| 4,8  | 154,9 | 114  | Água Longa - Placa                                 |  |   | 11:16                | 11:15   | 11:15   |
| 7,0  | 152,7 | 130  | Rot. em frente p/ Paços de Ferreira                |  |   | 11:19                | 11:19   | 11:18   |
| 7,6  | 152,1 | 129  | Drt. p/ Paços de Ferreira                          |  |   | 11:20                | 11:20   | 11:19   |
| 8,7  | 151,0 | 140  | Drt. p/ Rua Poço da Moira - Atenção - Tampas Altas |  |   | 11:22                | 11:21   | 11:21   |
| 10,4 | 149,3 | 145  | Atenção - Piso Empedrado                           |  |   | 11:25                | 11:24   | 11:23   |

|      |       |     |                                                |                                                                                       |                                                                                       |       |       |       |
|------|-------|-----|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|
| 10,7 | 149,0 | 145 | Esq. p/ Lordelo                                |    |                                                                                       | 11:25 | 11:24 | 11:24 |
| 12,6 | 147,1 | 130 | Em frente p/ Paços de Ferreira                 |    |                                                                                       | 11:29 | 11:27 | 11:26 |
| 15,7 | 144,0 | 140 | Rot. esq. p/ Paços de Ferreira                 |    |                                                                                       | 11:34 | 11:32 | 11:31 |
| 18,0 | 141,7 | 170 | Rot. em frente p/ Paços de Ferreira            |    |                                                                                       | 11:38 | 11:36 | 11:35 |
| 18,7 | 141,0 | 177 | Rot em frente p/ Guimarães                     |    |                                                                                       | 11:39 | 11:37 | 11:36 |
| 19,0 | 140,7 | 177 | Atenção - Sepradores                           |    |    | 11:39 | 11:38 | 11:36 |
| 21,0 | 138,7 | 256 | Rot em frente p/ Paços de Ferreira             |    |                                                                                       | 11:43 | 11:41 | 11:39 |
| 22,3 | 137,4 | 284 | Rot em frente p/ Paços de Ferreira             |    |                                                                                       | 11:45 | 11:43 | 11:41 |
| 22,9 | 136,8 | 285 | Rot. drt. p/ Paços de Ferreira                 |    |                                                                                       | 11:46 | 11:44 | 11:42 |
| 23,1 | 136,6 | 291 | Atenção - Separadores                          |    |                                                                                       | 11:46 | 11:44 | 11:42 |
| 23,5 | 136,2 | 297 | Rot. drt. p/ Lousada                           |    |                                                                                       | 11:47 | 11:45 | 11:43 |
| 23,8 | 135,9 | 289 | Rot. em frente p/ Lousada                      |    |                                                                                       | 11:47 | 11:45 | 11:43 |
| 25,0 | 134,7 | 312 | Rot. em frente p/ Lousada                      |    |                                                                                       | 11:49 | 11:47 | 11:45 |
| 25,5 | 134,2 | 318 | Rot. em frente p/ Lousada                      |    |                                                                                       | 11:50 | 11:48 | 11:46 |
| 26,1 | 133,6 | 320 | Rot. em frente p/ Freamunde                    |   |                                                                                       | 11:51 | 11:49 | 11:47 |
| 27,0 | 132,7 | 341 | Rot. em frente p/ Freamunde                    |  |                                                                                       | 11:53 | 11:50 | 11:48 |
| 27,8 | 131,9 | 339 | Rot. em frente p/ Freamunde                    |  |                                                                                       | 11:54 | 11:51 | 11:49 |
| 28,7 | 131,0 | 329 | Rot. em frente p/ Freamunde                    |  |                                                                                       | 11:55 | 11:53 | 11:51 |
| 29,3 | 130,4 | 340 | Rot. drt. p/ Raimonda                          |  |                                                                                       | 11:56 | 11:54 | 11:51 |
| 29,6 | 130,1 | 353 | Esq. p/ Freamunde                              |  |                                                                                       | 11:57 | 11:54 | 11:52 |
| 30,0 | 129,7 | 355 | Drt. p/ Raimonda - Atenção - Viragem Acentuada |  |  | 11:58 | 11:55 | 11:53 |
| 30,2 | 129,5 | 365 | Rot. em frente p/ Raimonda                     |  |                                                                                       | 11:58 | 11:55 | 11:53 |
| 30,4 | 129,3 | 372 | Rot. em frente p/ Raimonda                     |  |                                                                                       | 11:58 | 11:56 | 11:53 |
| 31,0 | 128,7 | 383 | Rot. esq. p/ Raimonda                          |  |                                                                                       | 11:59 | 11:56 | 11:54 |
| 31,9 | 127,8 | 384 | Rot. drt. p/ Raimonda                          |  |  | 12:01 | 11:58 | 11:55 |
| 32,9 | 126,8 | 345 | Rot. em frente p/ Raimonda                     |  |                                                                                       | 12:02 | 11:59 | 11:57 |
| 33,9 | 125,8 | 373 | Rot. drt. p/ Raimonda                          |  |                                                                                       | 12:04 | 12:01 | 11:58 |
| 36,0 | 123,7 | 422 | Rot. esq. p/Vizela                             |  |                                                                                       | 12:08 | 12:04 | 12:02 |
| 36,1 | 123,6 | 422 | <b>Zona de Abastecimento e Descarte</b>        |  |  | 12:08 | 12:05 | 12:02 |
| 40,9 | 118,8 | 300 | Santa Eulália                                  |  |                                                                                       | 12:16 | 12:12 | 12:09 |
| 42,9 | 116,8 | 204 | Rot. drt. p/Felgueiras                         |  |                                                                                       | 12:19 | 12:15 | 12:12 |
| 44,9 | 114,8 | 226 | Rot. esq. p/Felgueiras                         |  |                                                                                       | 12:22 | 12:18 | 12:15 |
| 46,5 | 113,2 | 176 | Em frente                                      |  |                                                                                       | 12:25 | 12:21 | 12:17 |

|      |       |     |                                                                       |                                                                                       |                                                                                       |       |       |       |
|------|-------|-----|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|
| 53,4 | 106,3 | 325 | Lagares                                                               |    |                                                                                       | 12:37 | 12:32 | 12:28 |
| 53,9 | 105,8 | 311 | Rot. esq. p/Lousada                                                   |    |    | 12:37 | 12:33 | 12:28 |
| 55,0 | 104,7 | 311 | Rot. esq. p/Felgueias Centro                                          |    |                                                                                       | 12:39 | 12:34 | 12:30 |
| 55,9 | 103,8 | 317 | Rot. em frente p/Felgueiras centro                                    |    |                                                                                       | 12:41 | 12:36 | 12:31 |
| 57,0 | 102,7 | 308 | Rot. em frente p/Felgueiras centro - 2ª Saída - Circular pela Direita |    |                                                                                       | 12:43 | 12:38 | 12:33 |
| 57,6 | 102,1 | 314 | Em frente p/Felguerias centro                                         |    |                                                                                       | 12:44 | 12:38 | 12:34 |
| 57,9 | 101,8 | 313 | Atenção - Separadores Centrais                                        |    |    | 12:44 | 12:39 | 12:34 |
| 58,8 | 100,9 | 310 | Rot. em frente p/Lixa                                                 |    |                                                                                       | 12:46 | 12:40 | 12:36 |
| 59,2 | 100,5 | 308 | Rot. esq. p/Lixa                                                      |    |                                                                                       | 12:46 | 12:41 | 12:36 |
| 60,0 | 99,7  | 298 | Rot. em frente p/Lixa                                                 |    |                                                                                       | 12:48 | 12:42 | 12:38 |
| 63,2 | 96,5  | 391 | Rot. drt. p/Lixa                                                      |    |                                                                                       | 12:53 | 12:47 | 12:42 |
| 64,0 | 95,7  | 389 | Rot. drt. p/Amarante                                                  |    |                                                                                       | 12:54 | 12:49 | 12:44 |
| 64,4 | 95,3  | 376 | Início de Subida                                                      |    |                                                                                       | 12:55 | 12:49 | 12:44 |
| 64,7 | 95,0  | 400 | Rot em frente p/Amarante                                              |    |                                                                                       | 12:55 | 12:50 | 12:45 |
| 65,7 | 94,0  | 439 | PM PROTEK - Lixa - 3ª Cat                                             |    |                                                                                       | 12:57 | 12:51 | 12:46 |
| 65,8 | 93,9  | 446 | Esq. p/Amarante                                                       |   |                                                                                       | 12:57 | 12:51 | 12:46 |
| 66,2 | 93,5  | 446 | Rot. drt. p/Amarante                                                  |  |                                                                                       | 12:58 | 12:52 | 12:47 |
| 72,3 | 87,4  | 193 | Rot. em frente p/Amarante                                             |  |                                                                                       | 13:08 | 13:02 | 12:56 |
| 74,3 | 85,4  | 170 | Rot. em frente p/Amarante centro                                      |  |                                                                                       | 13:11 | 13:05 | 12:59 |
| 75,3 | 84,4  | 128 | Rot. em frente                                                        |  |                                                                                       | 13:13 | 13:06 | 13:00 |
| 75,5 | 84,2  | 130 | Rot. em frente                                                        |  |                                                                                       | 13:13 | 13:07 | 13:01 |
| 77,0 | 82,7  | 104 | Rot. drt                                                              |  |                                                                                       | 13:16 | 13:09 | 13:03 |
| 77,0 | 82,7  | 102 | Esq.                                                                  |  |                                                                                       | 13:16 | 13:09 | 13:03 |
| 77,5 | 82,2  | 120 | Rot. esq. p/Porto                                                     |  |                                                                                       | 13:17 | 13:10 | 13:04 |
| 77,8 | 81,9  | 119 | Esq.                                                                  |  |                                                                                       | 13:17 | 13:10 | 13:04 |
| 78,4 | 81,3  | 158 | Rot. drt. p/Parque Florestal                                          |  |  | 13:18 | 13:11 | 13:05 |
| 79,0 | 80,7  | 98  | Rot. esq. p/Marco de Canaveses                                        |  |  | 13:19 | 13:12 | 13:06 |
| 79,5 | 80,2  | 99  | Zona de Abastecimento e Descarte                                      |  |  | 13:20 | 13:13 | 13:07 |
| 81,9 | 77,8  | 176 | Salvador do Monte                                                     |  |                                                                                       | 13:24 | 13:17 | 13:10 |
| 94,2 | 65,5  | 123 | Rot. drt. p/Marco de Canaveses                                        |  |                                                                                       | 13:45 | 13:36 | 13:29 |
| 94,2 | 65,5  | 123 | Início de Subida                                                      |  |                                                                                       | 13:45 | 13:36 | 13:29 |
| 94,5 | 65,2  | 140 | Rot. em frente p/Marco de Canaveses                                   |  |                                                                                       | 13:45 | 13:37 | 13:29 |
| 94,8 | 64,9  | 160 | Rot. drt. p/Marco de Canaveses                                        |  |                                                                                       | 13:46 | 13:37 | 13:30 |

|       |      |     |                                                                     |                                                                                       |                                                                                       |       |       |       |
|-------|------|-----|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|
| 95,3  | 64,4 | 181 | Em frente - Atenção Lombas                                          |    |    | 13:46 | 13:38 | 13:30 |
| 95,9  | 63,8 | 203 | Rot. esq.                                                           |    |                                                                                       | 13:47 | 13:39 | 13:31 |
| 96,0  | 63,7 | 211 | Drt.                                                                |    |                                                                                       | 13:48 | 13:39 | 13:32 |
| 96,1  | 63,6 | 220 | Em frente                                                           |    |                                                                                       | 13:48 | 13:39 | 13:32 |
| 96,5  | 63,2 | 244 | PM PROTEK - Marco de Canaveses - 3ª Cat (Logo depois da Galp)       |    |                                                                                       | 13:48 | 13:40 | 13:32 |
| 96,7  | 63,0 | 244 | Rot. em frente p/Alpendurada                                        |    |                                                                                       | 13:49 | 13:40 | 13:33 |
| 98,5  | 61,2 | 200 | Atenção - Obras - Circular pela direita                             |    |    | 13:52 | 13:43 | 13:35 |
| 106,3 | 53,4 | 220 | Rot. em frente p/Alpendurada                                        |    |                                                                                       | 14:05 | 13:55 | 13:47 |
| 112,0 | 47,7 | 144 | Ponto Quente FEIRA DOS SOFÁS - JF Alpendurada e Matos ( já Seguros) |                                                                                       |                                                                                       | 14:14 | 14:04 | 13:56 |
| 112,1 | 47,6 | 144 | Rot. em frente                                                      |    |                                                                                       | 14:14 | 14:05 | 13:56 |
| 117,8 | 41,9 | 55  | Atenção - Piso empedrado                                            |    |    | 14:24 | 14:14 | 14:04 |
| 118,2 | 41,5 | 47  | Esq. p/Ponte                                                        |    |                                                                                       | 14:25 | 14:14 | 14:05 |
| 118,5 | 41,2 | 48  | Drt. p/Penafiel                                                     |    |                                                                                       | 14:25 | 14:15 | 14:05 |
| 119,1 | 40,6 | 75  | Rot. em frente p/Penafiel                                           |    |                                                                                       | 14:26 | 14:16 | 14:06 |
| 119,2 | 40,5 | 76  | Zona de Abastecimento e Descarte                                    |    |    | 14:26 | 14:16 | 14:06 |
| 120,3 | 39,4 | 122 | Torre                                                               |  |                                                                                       | 14:28 | 14:17 | 14:08 |
| 121,6 | 38,1 | 148 | Em frente p/Penafiel                                                |  |                                                                                       | 14:30 | 14:20 | 14:10 |
| 126,0 | 33,7 | 203 | Rot. em frente                                                      |  |                                                                                       | 14:38 | 14:26 | 14:17 |
| 127,0 | 32,7 | 233 | Meta Volante Internutri - C T M de Reabilitação NeuroMuscular       |                                                                                       |                                                                                       | 14:39 | 14:28 | 14:18 |
| 128,4 | 31,3 | 190 | Rot. esq. p/Cête                                                    |  |                                                                                       | 14:42 | 14:30 | 14:20 |
| 130,7 | 29,0 | 185 | Rot. em frente p/Cête                                               |  |                                                                                       | 14:45 | 14:34 | 14:24 |
| 132,2 | 27,5 | 124 | Rot. em frente p/Cête - Atenção Lombas                              |  |  | 14:48 | 14:36 | 14:26 |
| 132,8 | 26,9 | 141 | Rot. esq. p/Baltar                                                  |  |                                                                                       | 14:49 | 14:37 | 14:27 |
| 137,0 | 22,7 | 265 | Em frente p/Paredes                                                 |  |                                                                                       | 14:56 | 14:44 | 14:33 |
| 137,5 | 22,2 | 285 | Rot. em frente                                                      |  |                                                                                       | 14:57 | 14:45 | 14:34 |
| 139,3 | 20,4 | 293 | Meta Autarquias Valores - Baltar                                    |                                                                                       |                                                                                       | 15:00 | 14:47 | 14:36 |
| 139,5 | 20,2 | 293 | Rot. esq. p/Valongo                                                 |  |                                                                                       | 15:00 | 14:48 | 14:37 |
| 143,8 | 15,9 | 165 | Gandra                                                              |  |                                                                                       | 15:07 | 14:55 | 14:43 |
| 144,1 | 15,6 | 149 | Rot. drt. p/Sobrado                                                 |  |                                                                                       | 15:08 | 14:55 | 14:44 |
| 144,8 | 14,9 | 151 | Rot. em frente                                                      |  |                                                                                       | 15:09 | 14:56 | 14:45 |
| 145,0 | 14,7 | 154 | Drt. p/Zona industrial                                              |  |                                                                                       | 15:09 | 14:56 | 14:45 |
| 145,9 | 13,8 | 181 | Em frente                                                           |  |                                                                                       | 15:11 | 14:58 | 14:46 |
| 146,4 | 13,3 | 233 | Rot. em frente p/Lordelo                                            |  |                                                                                       | 15:12 | 14:59 | 14:47 |

|       |      |     |                                                        |                                                                                     |                                                                                     |       |       |       |
|-------|------|-----|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|-------|
| 147,9 | 11,8 | 142 | Esq. p/Lordelo                                         |  |  | 15:14 | 15:01 | 14:49 |
| 148,0 | 11,7 | 140 | Esq. p/Valongo                                         |  |  | 15:14 | 15:01 | 14:50 |
| 151,4 | 8,3  | 118 | Rot. esq. p/Sobrado                                    |  |                                                                                     | 15:20 | 15:07 | 14:55 |
| 153,2 | 6,5  | 119 | Rot. em frente p/Valongo                               |  |                                                                                     | 15:23 | 15:09 | 14:57 |
| 156,9 | 2,8  | 107 | Rot. em frente p/Valongo                               |  |                                                                                     | 15:29 | 15:15 | 15:03 |
| 158,5 | 1,2  | 124 | Rot. em frente p/Valongo                               |  |                                                                                     | 15:32 | 15:18 | 15:05 |
| 159,3 | 0,4  | 136 | Rot. drt. p/Meta - Circular pela direita - Separadores |  |  | 15:33 | 15:19 | 15:06 |
| 159,5 | 0,2  | 153 | Rot. em frente p/Meta - Circular pela direita          |  |                                                                                     | 15:33 | 15:19 | 15:07 |
| 159,7 | 0,0  | 161 | <b>Meta Final - Av.5 de Outubro</b>                    |  |                                                                                     | 15:34 | 15:20 | 15:07 |