

3ª Etapa - 1/09/2025**Gondomar/ Gondomar - 146,8 KM****Concentração/Parque Equipas:** Partida - Pavilhão Multiusos de Gondomar- 09h00**Partida:** Pavilhão Multiusos de Gondomar- 11h00**Chegada:** Pavilhão Multiusos de Gondomar - 14h43(melhor horário)

Km +	km -	Alt.	Percurso		i	Horários de passagem		
						36 Km/h	38 Km/h	40 Km/h
0,0	3,6	108	Pav. Multiusos Gondomar			11:00	11:00	11:00
0,1	3,5	110	Rot. Em frente p/ Ermentão					
0,6	3,0	112	Rot. Drt. p/ Ermentão					
2,1	1,5	24	Esq. p/ Marginal					
3,6	0,0	29	Km 0 - Hotel Santiago					
0,0	146,8	29	Partida Real - Av. Clube Caçadores			11:03	11:03	11:03
9,4	137,4	98	Drt. p/ Lever			11:18	11:17	11:17
11,0	135,8	125	Esq. p/ Lever - Centro			11:21	11:20	11:19
14,2	132,6	120	Drt. p/ Canedo - Piso empedrado			11:26	11:25	11:24
16,4	130,4	170	Em frente p/ Canedo			11:30	11:28	11:27
18,7	128,1	138	Esq. p/ Lomba			11:34	11:32	11:31
18,8	128,0	82	Atenção - Descida Sinuosa			11:34	11:32	11:31
20,2	126,6	132	Esq. p/ Lomba			11:36	11:34	11:33
22,6	124,2	175	Meta Volante INTERNUTRI - Lomba			11:40	11:38	11:36
28,4	118,4	84	Esq. p/ Castelo de Paiva - Atenção viragem acentuada			11:50	11:47	11:45
28,5	118,3	133	Drt. p/ Castelo de Paiva			11:50	11:48	11:45
29,5	117,3	55	Atenção - Separadores			11:52	11:49	11:47
31,9	114,9	127	Rot. em frente p/Castelo de Paiva			11:56	11:53	11:50
33,4	113,4	125	Esq. p/ Raiva			11:58	11:55	11:53
33,4	113,4	198	Drt. p/ Raiva			11:58	11:55	11:53
39,1	107,7	113	Esq. p/ Entre - os - Rios			12:08	12:04	12:01
41,2	105,6	132	Atenção - Cruva Perigosa			12:11	12:08	12:04
41,5	105,3	113	Drt.			12:12	12:08	12:05
41,8	105,0	125	Esq. p/ São Martinho			12:12	12:09	12:05
41,8	105,0	125	Zona de Abastecimento e Descarte			12:12	12:09	12:05
43,2	103,6	85	Atenção - Passagem Estreita			12:15	12:11	12:07
43,7	103,1	100	Drt. p/ Castelo de Paiva			12:15	12:12	12:08

45,7	101,1	171	Cruz da Agra			12:19	12:15	12:11
46,0	100,8	172	Esq. p/ Cinfães			12:19	12:15	12:12
46,1	100,7	159	Drt. p/ Cinfães			12:19	12:15	12:12
48,0	98,8	89	Rot. esq. p/ Cinfães			12:23	12:18	12:15
50,0	96,8	82	Início de subida			12:26	12:21	12:18
56,5	90,3	355	PM PROTEK - Tarouquela - 2ª Cat.			12:37	12:32	12:27
70,3	76,5	382	Ponto Quente - FEIRA DOS SOFÁS - Cinfães (piso empedrado)			13:00	12:54	12:48
70,9	75,9	382	Rot. esq. p/ Baião			13:01	12:54	12:49
71,3	75,5	357	Rot. esq.			13:01	12:55	12:49
71,4	75,4	357	Início de descida sinuosa			13:02	12:55	12:50
78,0	68,8	76	Porto Antigo			13:13	13:06	13:00
78,1	68,7	76	Esq. p/ Pala			13:13	13:06	13:00
78,6	68,2	70	Esq. p/ Marco de Canaveses			13:14	13:07	13:00
80,0	66,8	66	Pala			13:16	13:09	13:03
81,1	65,7	113	Esq. p/ Entre - os - Rios			13:18	13:11	13:04
81,1	65,7	113	Zona de Abastecimento e Descarte			13:18	13:11	13:04
82,9	63,9	89	Paços do Gaiolo			13:21	13:13	13:07
83	63,8	89	Incio de Subida			13:21	13:14	13:07
88,1	58,7	308	PM PROTEK - Hotel Douro Lavandeira- 3ª Cat (Javalina)			13:29	13:22	13:15
95,4	51,4	274	Esq. p/ Entre - os - Rios			13:42	13:33	13:26
100,4	46,4	140	Alpendurada e Matos			13:50	13:41	13:33
103,5	43,3	44	Rot. esq. p/ Entre - os - Rios			13:55	13:46	13:38
109,6	37,2	49	Esq. p/ Entre - os - Rios			14:05	13:56	13:47
111,1	35,7	53	Rot. Esq. p/ Porto - EN108			14:08	13:58	13:49
120,3	26,5	43	Zona de Abastecimento e Descarte			14:23	14:12	14:03
123,1	23,7	29	Melres			14:28	14:17	14:07
124,3	22,5	38	Meta Autarquias - Melres (junto à Igreja)			14:30	14:19	14:09
127,6	19,2	115	Atenção - Separadores			14:35	14:24	14:14
131,2	15,6	86	Rot. em frente p/ Foz do Sousa			14:41	14:30	14:19
133,0	13,8	29	Rot. em frente p/ Foz do Sousa			14:44	14:33	14:22
144,7	2,1	26	Drt. p/ Gondomar			15:04	14:51	14:40
146,1	0,7	114	Rot. esq p/ Pavilhão Multiusos			15:06	14:53	14:42
146,6	0,2	112	Rot. em frente p/ Pavilhão Multiusos			15:07	14:54	14:42
146,8	0,0	116	Meta Final - Pavilhão Multiusos			15:07	14:54	14:43