




































Concentração: Aldeia de Álvaro, Oleiros (GPS: 39°58'32.6"N 7°57'56.8"W) - 10h30

Chegada: Aldeia das Dez, Oliveira do Hospital (GPS: 40°17'46.7"N 7°52'06.5"W)

Abastecimento Apeado: Gois (GPS: 40°09'57.5"N 8°06'28.3"W)

KM Percorridos	KM A percorrer	Alt.	Percurso		i	Horários de passagem		
						36 Km/h	38 Km/h	40 Km/h
0,0	3,9	70	Partida Simbólica - Praça da Misericórdia, Álvaro			12:00	12:00	12:00
			Rua Alfredo Moreira					
0,6	3,3		Cruzamento á Dir. p\ Oleiros - N351					
0,0	145,0	620	Partida Real - Estrada N351			12:15	12:15	12:15
2,5	142,5	738	Casal Novo			12:19	12:18	12:18
2,8	142,2	730	Descida - N351			12:19	12:19	12:19
6,2	138,8	490	Cruzamento á Esq. p\ Olieros - N238	←		12:25	12:24	12:24
6,8	138,2	480	Oleiros			12:26	12:25	12:25
8,1	136,9	500	Rorunda em frente p\ Castelo Branco - N238			12:28	12:27	12:27
12,3	132,7	540	Milrico			12:35	12:34	12:33
15,7	129,3	570	Cruzamento á Esq. Cambas - CM1190	←		12:41	12:39	12:38
18,0	127,0	680	Descida - CM1190			12:45	12:43	12:42
22,6	122,4	300	Cruzamento á Direita - M527	→		12:52	12:50	12:48
23,0	122,0	296	Cruzamento á Esq. p\ Cambas	←		12:53	12:51	12:49
23,1	121,9	296	Ponte - Rio Zézere			12:53	12:51	12:49
23,3	121,7	322	Cruzamento á Dir. - Rua Central	→		12:53	12:51	12:49
23,5	121,5	43	Cruzamento á Dir. - N112	→		12:54	12:52	12:50
24,5	120,5	308	Á Esq. p\ Admoço - CM1198	←		12:55	12:53	12:51
27,4	117,6	318	Admoço			13:00	12:58	12:56
27,8	117,2	323	Á dir\ Janeiro de Baixo (Passagem estreita)	→		13:01	12:58	12:56
30,8	114,2	345	Aldeia de Janeiro de Baixo			13:06	13:03	13:01
31,1	113,9	334	Em Frente p\ Janeiro de Cima - M546	↑		13:06	13:04	13:01
32,7	112,3	333	Á esq.p\ Janeiro de Cima - M546	←		13:09	13:06	13:04
34,1	110,9	329	Aldeia de Janeiro de Cima			13:11	13:08	13:06
34,4	110,6	339	Á dir. p\ Rua Rua do Rio (Viragem Estreita)	→		13:12	13:09	13:06
34,5	110,5	340	Rua da Procissão			13:12	13:09	13:06
34,6	110,4	344	Á esq p\ Rua Espirito Santo	←		13:12	13:09	13:06
34,7	110,3	346	Á esq. Porto de Vacas - Rua da Estrada Municipal	←		13:12	13:09	13:07

35,1	109,9	330	À dir. p\ Porto de Vacas - Rua da Escola	→		13:13	13:10	13:07
37,3	107,7	333	Descida Perigosa com ponte Estreita) (13:17	13:13	13:10
37,7	107,3	337	À esq. p\ Chiqueiro - Rua da Ponte - CM1408	←		13:17	13:14	13:11
40,5	104,5	554	À esq. p\ Portela de Unhais - Inicio de Subida -.M545	←		13:22	13:18	13:15
44,2	100,8	830	PM 2.ª Cat. - Portela de Unhais			13:28	13:24	13:21
44,9	100,1	812	À dir. p\ Fajão (Descida) - M545	→		13:29	13:25	13:22
46,5	98,5	695	Em frente p\ Fajão - CM1404	↑		13:32	13:28	13:24
49,5	95,5	707	Inicio de Subida - Malhada do Rei			13:37	13:33	13:29
57,3	87,7	983	PM 3.ª Cat. - Alto do Fajão - M547			13:50	13:45	13:40
67,4	77,6	941	Pela Direira p\ Coimbra	→		14:07	14:01	13:56
71,8	73,2	895	À dir. p \ Coimbra - N112	→		14:14	14:08	14:02
78,9	66,1	785	Separadores	↑↑		14:26	14:19	14:13
87,3	57,7	584	Esporão - N112			14:40	14:32	14:25
91,6	53,4	404	Rotunda á direita. p\ Gois - N342			14:47	14:39	14:32
95,1	49,9	249	Gois			14:53	14:45	14:37
95,6	49,4	220	Rotunda em frente p\ centro			14:54	14:45	14:38
96,2	48,8	190	Pavé			14:55	14:46	14:39
96,4	48,6	185	Cruzamento á esq. p\ Ponte sobre o Rio Ceira	←		14:55	14:47	14:39
96,9	48,1	190	Rotunda á Esq. - Av. Combatentes do Ultramar			14:56	14:48	14:40
97,2	47,8	185	Rotunda em Frente - Av. Augusto Nogueira Pereira			14:57	14:48	14:40
97,2	47,8	185	Zona Verde			14:57	14:48	14:40
97,7	47,3	186	Cruzamento á Dir. p\ Arganil - N342	→		14:57	14:49	14:41
97,8	47,2	185	Abertura Abastecimento Apeado			14:58	14:49	14:41
99,0	46,0	185	Fecho Abastecimento Apeado			15:00	14:51	14:43
108,7	36,3	190	Arganil			15:16	15:06	14:58
109,6	35,4	163	Rotunda á Esq. p\ Côja - Av. dos Bombeiros			15:17	15:08	14:59
110,0	35,0	152	Rorunda em frente - N342			15:18	15:08	15:00
110,4	34,6	170	Rotunda á Esq. p\ Oliveira do Hospital - N342			15:19	15:09	15:00
113,2	31,8	165	Rotunda em Frente p\ Côja - N342			15:23	15:13	15:04
121,0	24,0	220	Ponte - Rio Alva) (15:36	15:26	15:16
121,5	23,5	220	Cruzamento á Dir. p\ Côja - N344	→		15:37	15:26	15:17
121,7	23,3	220	Côja			15:37	15:27	15:17
123,4	21,6	170	À Dir. p\ Vila Cova de Alva - Ponte Rio Alva	→		15:40	15:29	15:20

123,5	21,5	170	À esquerda p\ Vila Cova de Alva - Rua Dr. Fernando Vale	←		15:40	15:30	15:20
123,4	21,6	195	Pela Direita p\ Côja Centro	→		15:40	15:29	15:20
123,7	21,3	200	pela Direita	→		15:41	15:30	15:20
123,8	21,2	200	Rotunda á Esq. - Av. Padre José Vicente			15:41	15:30	15:20
123,9	21,1	185	Cruzamento á Esq. - N344	←		15:41	15:30	15:20
125,4	19,6	209	Pisão			15:44	15:33	15:23
127,3	17,7	245	Cruzamento á Dir. p\ Casal de S. João	→		15:47	15:36	15:25
127,8	17,2	234	Cruzamento á Esq. p\ Côja - CM1348	←		15:48	15:36	15:26
128,7	16,3	267	Cruzamento á Dir. p\ - Vila Cova de Alva - N342	→		15:49	15:38	15:28
133,0	12,0	242	Vila Cova de Alva			15:56	15:45	15:34
136,8	8,2	240	Avô			16:03	15:51	15:40
137,4	7,6	216	Ponte - Ribeira de Pomares) (	16:04	15:51	15:41
137,5	7,5	216	Pela Esq. p\ V. Galizes	←		16:04	15:52	15:41
137,7	7,3	220	Ponte - Rio Alva) (	16:04	15:52	15:41
139,4	5,6	290	Á Dir. p\ Covilhã - N230	→		16:07	15:55	15:44
140,7	4,3	252	Ponte das Três Entradas			16:09	15:57	15:46
141,5	3,5	233	Ponte - á Direita p\ Aldeias das Dez	→		16:10	15:58	15:47
141,8	3,2	241	Início de Subida			16:11	15:58	15:47
145,0	0,0	446	Meta Final - PM 3ª Cat. - Aldeia das Dez			16:16	16:03	15:52