



Contactos durante o brevet - 919 415 685 (José Ferreira) ou 962 748 657 (Manuel Miranda). Em caso de desistência - 253 964 720 / 967 611 200 (Secretaria da Delegação da Cruz Vermelha).

Num	Dist	Type	Note	Next
1.	0.0	▶	Start of route	0.0
2.	0.0	↑	CONTROLO Nº 1 (saída), Marinhas CRUZ VERMELHA Abertura 07:00; Fecho 08:00	0.0
3.	0.0	←	E no X Marinhas. Para N 13, Direção Porto.	1.8
4.	1.9	↑	F na R Esposende. Indicação PORTO (2ª saída).	1.7
5.	3.6	↑	F na R Esposende. Indicação PORTO N 13 (2ª saída).	0.9
6.	4.5	➔	D na R Gandra. Indicação P. VARZIM (1ª saída).	13.0
7.	17.5	➔	D no T A Ver-o-Mar. Indicação P. VARZIM.	12.1
8.	29.6	↑	F na R Mindelo. Indicação MINDELO (2ª saída).	2.0
9.	31.6	↑	F no T Nó acesso A28. Continuar pela N 13. TRÂNSITO.	2.2
10.	33.8	←	E no T Vilar. Virar para N 306, Indicação GIÃO. NÃO FALHAR.	2.1
11.	35.8	□	CONTROLO Nº 2, Gião CAFÉ COSTA Abertura 08:03; Fecho 09:47.	0.0
12.	35.8	↑	F Gião. Continuar na N 306.	3.6
13.	39.5	↑	F no SF Macieira da Maia. Indicação JUNQUEIRA.	1.2
14.	40.7	➔	D no T Entroncamento. Deixar a N 306, Indicação PONTE D. ZAMEIRO. Descida com piso em mau estado. PONTO DE DIFÍCIL NAVEGAÇÃO.	0.5
15.	41.2	➔	D no T Ponte D. Zameiro. Cruzar o Rio Ave.	0.2
16.	41.4	←	E no T Bifurcação. Seguir pela esquerda. SEM SINALIZAÇÃO.	0.8

41.4 kilometers. +288/-293 meters

Num	Dist	Type	Note	Next
17.	42.2	➔	D no T Entroncamento. Retomar a N 306, Indicação A7.	3.4
18.	45.6	➔	D no T Junqueira. No cruzeiro, virar à direita para a igreja, Indicação BARCELOS. PONTO DE DIFÍCIL NAVEGAÇÃO. NÃO FALHAR.	5.6
19.	51.2	➔	D no T Balazar. Indicação FAMALICÃO.	0.1
20.	51.3	←	E na R Balazar. Indicação BARCELOS (2ª saída).	14.5
21.	65.7	➔	D no T Barcelos. Seguir pela direita na bifurcação, Indicação CENTRO. NÃO seguir para Centro Histórico.	0.6
22.	66.4	➔	D na R Barcelos. Indicação ESTAÇÃO DE C. FERRO (1ª saída).	0.5
23.	66.9	↑	F na R Barcelos. Indicação ESTAÇÃO C. F. (2ª saída)	0.7
24.	67.6	↑	F na R Barcelos. Seguir por baixo do viaduto, Indicação PONTE DE LIMA (2ª saída).	0.6
25.	68.3	↑	F na R Barcelos. Indicação FREIXO (2ª saída).	14.6
26.	82.9	□	CONTROLO Nº 3, Freixo PADARIA DA FEIRA Abertura 09:25; Fecho 12:30.	0.0
27.	82.9	↑	F Freixo. Continuar na N 306, Direção Ponte de Lima.	0.1
28.	82.9	↑	F no X Freixo. Indicação P.te LIMA.	15.8
29.	98.7	↑	F na R Ponte de Lima. Indicação CENTRO P.te de LIMA (2ª saída).	1.3
30.	100.0	←	E na R Ponte de Lima. Indicação CENTRO P.te de LIMA (3ª saída).	0.5
31.	100.6	➔	D no T Ponte de Lima. Para Praça da República -> Rua Inácio Perestrelo -> Largo de Camões, Indicação PONTE ROMANA.	0.2

59.2 kilometers. +715/-753 meters

Contactos durante o brevet - 919 415 685 (José Ferreira) ou 962 748 657 (Manuel Miranda). Em caso de desistência - 253 964 720 / 967 611 200 (Secretaria da Delegação da Cruz Vermelha).

Num	Dist	Type	Note	Next
32.	100.8	↑	F Largo de Camões. Cruzar o Rio Lima pela Ponte Romana.	0.3
33.	101.1	➔	D no T Fim da Ponte. Virar à direita antes da igreja. SEM SINALIZAÇÃO.	0.9
34.	102.0	←	E no T Bifurcação. Seguir pela esquerda. SEM SINALIZAÇÃO.	0.3
35.	102.4	↑	F na R Rotunda N 306. Indicação PAREDES DE COURA.	4.9
36.	107.3	↑	F INÍCIO SUBIDA	10.2
37.	117.4	↑	F FIM SUBIDA	5.7
38.	123.1	↑	F na R Paredes de Coura. Indicação PAREDES DE COURA CENTRO.	0.1
39.	123.2	➔	D no T Paredes de Coura. Indicação CENTRO.	0.3
40.	123.5	□	CONTROLO Nº 4, Paredes de Coura PIZZARIA ROMÂNTICA Abertura 10:36; Fecho 15:10.	0.0
41.	123.5	↑	F Paredes de Coura. Continuar direção Valença.	0.1
42.	123.6	←	E na R Paredes de Coura. Para N 303, Indicação VALENÇA (3ª saída). Seguir pelo túnel, ACENDER LUZES.	0.8
43.	124.4	↑	F na R Paredes de Coura. Indicação VALENÇA (2ª saída). DESCIDA ACENTUADA.	0.5
44.	124.9	←	E na R Paredes de Coura. Indicação VALENÇA.	6.8
45.	131.7	➔	D no T S. Bento. Para N 201, Indicação S. P. DA TORRE.	8.1
46.	139.8	↑	F na R Rotunda N 13. Indicação S. P. TORRE (2ª saída). Seguir pela Rua do Monte -> R. de S.Pedro.	1.2

39.2 kilometers. +792/-761 meters

Num	Dist	Type	Note	Next
47.	141.0	□	CONTROLO Nº 5, S. Pedro da Torre CAFÉ DA ESTAÇÃO Abertura 11:06; Fecho 16:18.	0.0
48.	141.0	↑	F S. Pedro da Torre. Continuar, atravessar linha comboio e seguir em frente até ao Rio Minho e Ecopista.	0.7
49.	141.7	←	E no T Ecopista do Minho. Via partilhada com peões. ATENÇÃO. Seguir com velocidade moderada. Desfrutar a paisagem.	8.0
50.	149.8	←	E no T Praia da Lenta. Continuar pela Ecopista.	2.4
51.	152.2	←	E no T Vila Nova de Cerveira. Contornar Parque de Lazer pela esquerda.	0.3
52.	152.5	←	E no T Vila Nova de Cerveira. Retomar a Ecopista.	3.1
53.	155.6	↑	F Fim da Ecopista. Subir até à N 13.	0.3
54.	155.9	➔	D no X Cruzamento N 13. Continuar pela N 13, direção Porto. SEM SINALIZAÇÃO.	0.3
55.	156.2	➔	D no T Nó acesso A 28. Indicação N 13 CAMINHA. NÃO seguir em frente para autoestrada.	7.3
56.	163.4	↑	F na R Caminha. Indicação VIANA DO CASTELO (2ª saída).	26.7
57.	190.1	↑	F na R Viana do Castelo. Indicação PORTO (2ª saída).	2.8
58.	192.9	➔	D no T Viana do Castelo. Virar à direita por baixo da ponte e subir para aceder ao tabuleiro superior. SEM SINALIZAÇÃO.	0.1
59.	193.0	➔	D na R Viana do Castelo. Indicação DARQUE (1ª saída). Acesso à ponte, cruzar Rio Lima.	2.2
60.	195.3	➔	D na R Darque. Para N 13-3, Indicação C.lo DO NEIVA (1ª saída)	6.8

55.5 kilometers. +397/-396 meters

Contactos durante o brevet - 919 415 685 (José Ferreira) ou 962 748 657 (Manuel Miranda). Em caso de desistência - 253 964 720 / 967 611 200 (Secretaria da Delegação da Cruz Vermelha).

Num	Dist	Type	Note	Next
61.	202.0	←	E na R Castelo do Neiva. Indicação PORTO (2ª saída).	2.3
62.	204.3	→	D no T Neiva. Para N 13, Indicação PORTO.	0.6
63.	204.9	→	D no X Malafaia. Indicação ESPOSENDE.	6.6
64.	211.4	←	E no X Marinhas. Para Av. S. Sebastião, Indicação ALBERGUE DE S. MIGUEL.	0.1
65.	211.5	☐	CONTROLO Nº 6 (chegada), Marinhas CRUZ VERMELHA Abertura 13:08; Fecho 20:30.	0.0
66.	211.5	🚩	End of route	0.0

16.3 kilometers. +61/-96 meters
