









22º Grande Prémio Alves Barbosa

2ª ETAPA - Cantanhede- Montemor-O-Velho- 76,8Km, Asc, - 2200m 04/09/2022 - Domingo

Concentração: Cantanhede - Avenida Bombeiros Voluntários (GPS: 40°347350,-8,587756 - 10:00h Chegada: Castelo de MONTEMOR O VELHO (GPS:40°175852,-8,682778)

Section Sec	KM	KM	ALT	Paraurea		ALT	Horários (de passagem
Rotunda à direita-Averor Mira Rus Marquis de Marialva Rus Mar	Percorridos			Percurso		ALI	36Km	38Km
Rua Marquis de Marialva		5,1					10:00	10:00
Entroncemento- Frente em direção Aveiro/Mira								
Direita e imediatamente à esquerds para Cantanhede								
EN 234- Mira/ Centanhede à direita Rotunda in frente								
Rotunda à direita- Av. Bombeiros Voluntários				Rotunda à direita- Av. Colégio Infante Sagres				
Rotunda em frente Cantanhede-Centro Rotunda experida p/ Montemor-o-Velho Rotunda à orienta p/ Montemor-o-Velho Rotunda è orienta p/ Montemor-o-Velho Rotunda em frente Rotu				EN 234- Mira/ Cantanhede à direita				
Cantanhede- Centro Rotunda à sequerda p/ Montemor-o-Velho								
Rotunda à esquerda p/ Montemor-o-Velho Rotunda à direita p/ Montemor-o-Velho Rotunda direita p/ Montemor-o-Velho Rotunda em frente Rotu								
Rotunda à direita p/ Montemor-o-Veilho Placa 50 de limite de valocidade-EN 335 10:00 10:								
Píaca 50 de limite de velocidade-EN 335 0.0 76,8 60.0 Partida Real - EN 335 1.0 10.00 10: 1.0 75,8 60.0 Rotunda em frente- Acesso zona industrial ↑ 10:00 10: 1.8 75,0 79,0 Lemede (Placa) ↑ 10:00 10: 2.9 73,9 83,0 Semáforos em frente ↑ 10:04 10: 5,4 71,4 74,0 Rotunda 2019 em frente ♠ 10:08 10: 6,1 70,7 82,0 Separadores Acesso A14- Direita p/ Arazede ↑ 10:09 10: 6,6 70,2 70,0 Vila Franca (Placa) ↑ 10:11 10: 8,1 68,7 63,0 Arazede (Placa) ↑ 10:11 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 10:15 10: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:22 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:22 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto NV 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda èm frente								
1,0 75,8 60,0 Rotunda em frente- Acesso zona industrial ↑ 10:01 10: 1,8 75,0 79,0 Lemede (Placa) ↑ 10:02 10: 2,9 73,9 83,0 Semáforos em frente ↑ 10:04 10: 5,4 71,4 74,0 Rotunda 2019 em frente ♠ 10:09 10: 6,6 70,2 70,0 Vila Franca (Placa) ↑ 10:10 10: 8,1 68,7 63,0 Arazede (Placa) ↑ 10:11 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 10:12 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo (Placa) ↑ 10:22 10: 14,6 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:24 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho Montemor o Velho- Esquerda Pireña Montemor ↓ 10:36 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda em frente								
1,8	0,0	76,8	60,0	Partida Real - EN 335	(6)		10:00	10:00
2,9 73,9 83,0 Semáforos em frente ↑ 10:04 10: 5,4 71,4 74,0 Rotunda 2019 em frente ♠ 10:08 10: 6,1 70,7 82,0 Separadores Acesso A14- Direita p/ Arazede → ♠ 10:09 10: 6,6 70,2 70,0 Vila Franca (Placa) ↑ 10:09 10: 7,5 69,3 66,0 Arazede (Placa) ↑ 10:11 10: 8,1 68,7 63,0 Arazede-Bombas Alves Bandeira ↑ 10:12 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 10:12 10: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:18 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa)	1,0	75,8	60,0	Rotunda em frente- Acesso zona industrial	•	_	10:01	10:01
5,4 71,4 74,0 Rotunda 2019 em frente ♠ 10:08 10: 6,1 70,7 82,0 Separadores Acesso A14- Direita p/ Arazede → ♠ 10:09 10: 6,6 70,2 70,0 Vila Franca (Placa) ↑ 10:09 10: 7,5 69,3 66,0 Arazede (Placa) ↑ 10:11 10: 8,1 68,7 63,0 Arazede- Bombas Alves Bandeira ↑ 10:12 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 10:12 10: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:18 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos	1,8	75,0	79,0	Lemede (Placa)	↑		10:02	10:02
6,1 70,7 82,0 Separadores Acesso A14- Direita p/ Arazede	2,9	73,9	83,0	Semáforos em frente	†		10:04	10:04
6,6 70,2 70,0 Vila Franca (Placa) ↑ 10:09 10: 7,5 69,3 66,0 Arazede (Placa) ↑ 10:11 10: 8,1 68,7 63,0 Arazede- Bombas Alves Bandeira ↑ 10:12 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 10:15 10: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:24 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10:	5,4	71,4	74,0	Rotunda 2019 em frente		_	10:08	10:07
7,5 69,3 66,0 Arazede (Placa) ↑ 10:11 10: 8,1 68,7 63,0 Arazede-Bombas Alves Bandeira ↑ 10:12 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 12:23 12: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 1111 em frente ↑ 10:34	6,1	70,7	82,0	Separadores Acesso A14- Direita p/ Arazede	→	_	10:09	10:08
8,1 68,7 63,0 Arazede- Bombas Alves Bandeira ↑ 10:12 10: 8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 12:23 12: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda	6,6	70,2	70,0	Vila Franca (Placa)	↑		10:09	10:09
8,8 68,0 70,0 Arribança (Placa) ↑ 12:23 12: 10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:34 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto	7,5	69,3	66,0	Arazede (Placa)	↑		10:11	10:10
10,5 66,3 75,0 Amieiro (Placa) ↑ 10:15 10: 12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:34 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda	8,1	68,7	63,0	Arazede- Bombas Alves Bandeira	↑	_	10:12	10:11
12,1 64,7 70,0 Peróneo ↑ ▲ 10:18 10: 12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → ▲ 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:34 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ★ 10:34 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ★ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0	8,8	68,0	70,0	Arribança (Placa)	†		12:23	12:22
12,3 64,5 70,0 Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões → ▲ 10:18 10: 13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:36 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda ès equerda ♠ △ 10:36 10: 24,2	10,5	66,3	75,0	Amieiro (Placa)	†		10:15	10:15
13,2 63,6 64,0 Pedra Branca (Placa) ↑ 10:19 10: 14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:36 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda è esquerda ♠ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ 10:36 10:	12,1	64,7	70,0	Peróneo	↑	_	10:18	10:17
14,1 62,7 56,0 Seixo (Placa) ↑ 10:21 10: 14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ♠ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ 10:36 10:	12,3	64,5	70,0	Bifurcação- Direita em direção a Seixo/Gatões	→	_	10:18	10:17
14,5 62,3 54,0 Seixo- Ressaltos ↑ 10:21 10: 16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ♠ △ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ 10:36 10:	13,2	63,6	64,0	Pedra Branca (Placa)	↑		10:19	10:18
16,2 60,6 50,0 Gatões ↑ 10:24 10: 17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MIV △ 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ♠ △ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ ✓ 10:36 10:	14,1	62,7	56,0	Seixo (Placa)	†		10:21	10:20
17,4 59,4 43,0 Fábrica do Arroz ↑ 10:26 10: 18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ♠ △ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ ✓ 10:36 10:	14,5	62,3	54,0	Seixo- Ressaltos	†		10:21	10:20
18,8 58,0 27,0 Bifurcação- Frente p/ Montemor ↑ 10:28 10: 21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ← △ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ △ 10:36 10:	16,2	60,6	50,0	Gatões	†		10:24	10:23
21,7 55,1 10,0 Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente ↑ 10:32 10: 23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ♠ △ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ ✓ 10:36 10:	17,4	59,4	43,0	Fábrica do Arroz	†		10:26	10:24
23,0 53,8 5,0 Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto ← 10:34 10: 23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV ← 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ← ← 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ← 10:36 10:	18,8	58,0	27,0	Bifurcação- Frente p/ Montemor	†		10:28	10:26
23,7 53,1 5,0 Meta Volante - Montemor o Velho MV △ 10:35 10: 24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda ♠ △ 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente ♠ ✓ 10:36 10:	21,7	55,1	10,0	Quinhendros- Semáforos EN 111 em frente	1		10:32	10:31
24,0 52,8 5,0 Rotunda à esquerda •• •• 10:36 10: 24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente •• •• 10:36 10:	23,0	53,8	5,0	Montemor o Velho- Esquerda p/ Fernão Mendes Pinto	←		10:34	10:32
24,2 52,6 10,0 Rotunda em frente 🎉 🚣 10:36 10:	23,7	53,1	5,0	Meta Volante - Montemor o Velho		_	10:35	10:33
	24,0	52,8	5,0	Rotunda à esquerda	•	_	10:36	10:34
24.2 F2.5 45.0 Detunds on fronts n/Mire delice	24,2	52,6	10,0	Rotunda em frente	•	_	10:36	10:34
24,3 52,5 15,0 Rotunda em frente p/ Miradoiro 💗 🔼 10:36 10:	24,3	52,5	15,0	Rotunda em frente p/ Miradoiro	•	_	10:36	10:34

25,3	51,5	74,0	Meta Montanha- Categoria 3ª - Miradoiro	0	_	10:37	10:36
27,8	49,0	78,0	Bifurcação- Direita	→		10:41	10:39
28,2	48,6	65,0	Rotunda à direita em direção a Carapinheira	•	<u> </u>	10:42	10:40
28,8	48,0	60,0	Cruzamento à direita em direção a Carapinheira	→	\	10:43	10:41
30,2	46,6	55,0	Rotunda à esquerda em direção a Carapinheira	-		10:45	10:43
30,4	46,4	60,0	Rotunda Alhastro em frente Arazede		_	10:45	10:43

31,1	45,7	62,0	Meta Volante- Carapinheira	MV		10:46	10:44
31,7	45,1	65,0	Boleta (Placa)	†		10:47	10:45
32,0	44,8	68,0	Meta Montanha Categoria 3ª- BOLETA	0		10:48	10:45
32,1	44,7	67,0	À direita em direção Meco	-		10:48	10:45
33,8	43,0	70,0	Entroncamento- Direita Casal Novo	-		10:50	10:48
36,3	40,5	28,0	Rotunda retangular à direita	•	_	10:54	10:51
36,7	40,1	26,0	Meãs- Centro	†		10:55	10:52
37,5	39,3	18,0	Entroncamento em frente em direção Tentugal	↑		10:56	10:53
38,2	38,6	12,0	Entroncamento à esquerda em direção a Tentugal	4	_	10:57	10:54
39,5	37,3	30,0	Tentugal	↑		10:59	10:56
41,3	35,5	30,0	Meta Volante- Tentugal	MV	_	11:01	10:59
43,1	33,7	28,0	Em frente- Direção a São Mart. Árvore	†	_	11:04	11:01
43,5	33,3	15,0	Rotunda EN 111 à direita para Figueira da Foz	•		11:05	11:02
45,0	31,8	10,0	Tentugal- Semáforos à esquerda- Est. Do Campo	†		11:07	11:04
45,5	31,3	16,0	Entroncamento à direita- Direção Pereira	4		11:08	11:05
46,7	30,1	14,0	Entroncamento à esquerda- Direção Pereira	→		11:10	11:06
49,2	27,6	14,0	Entroncamento à direita em direção a Ponte de Pereira	-	_	11:13	11:10
49,4	27,4	14,0	Entroncamento à esquerda em direção a Ponte de Pereira	+	_	11:14	11:10
50,0	26,8	14,0	Pereira- Igreja	†		11:15	11:11
50,5	26,3	14,0	Entroncamento à direita em direção a Coimbra	-	_	11:15	11:12
50,6	26,2	10,0	Passagem Inferior	1	_	11:15	11:12
50,8	26,0	14,0	Entroncamento EN341 à esquerda p/ Coimbra	+		11:16	11:12
50,9	25,9	50,0	Entroncamento EN341 à direita em direção a Casais Velhos	-	_	11:16	11:12
51,7	25,1	60,0	Meta Montanha- Categoria 3ª - Casais Velhos	0	_	11:17	11:13
51,8	25,0	59,0	Entroncamento à esquerda- Angulo 180º	4		11:17	11:14
52,4	24,4	14,0	Entroncamento à direita em direção a Taveiro/ Coimbra	→		11:18	11:14
52,7	24,1	18,0	Rotunda à esquerda em direção a Montemor	•	_	11:19	11:15
54,6	22,2	16,0	Pereira- Praia Fluvial	†		11:21	11:18
57,2	19,6	14,0	Entroncamento- Ponte Formoselha- Dir Montemor	→	_	11:25	11:21
57,4	19,4	14,0	Entroncamento à direita em direção a Montemor-o-Velho	→		11:26	11:22
57,7	19,1	14,0	Entroncamento à esquerda em direção a Montemor-o-Velho	→		11:26	11:22
58,3	18,5	14,0	Entroncamento à direita- Centro nautico	→		11:27	11:23
60,3	16,5	8,0	Entroncamento à esquerda para Montemor	+		11:30	11:26
61,3	15,5	8,0	Entroncamento à direita para Montemor	→		11:31	11:27
6,7	70,1	18,0	Rotunda de Lavariz à esquerda p/ Montemor	•		10:10	10:09
63,3	13,5	12,0	Rotunda Polo Industrial em frente p/ Montemor	Ò		11:34	11:30
64,0	12,8	16,0	Rotunda acesso A14 em frente- Alves Barbosa)		11:36	11:31
64,5	12,3	17,0	Meta Volante - Montemor o Velho	MV	<u> </u>	11:36	11:32
64,8	12,0	20,0	Rotunda Intermaché em frente	١		11:37	11:32
65,3	11,5	18,0	Bombas Alves Bandeira	↑		11:37	11:33

65,7	11,1	15,0	Rotunda do Tribunal- 2ª Dir Areal	P	_	11:38	11:33
66,8	10,0	20,0	Areal	†		11:40	11:35
67,7	9,1	50,0	Moinho da Mota (Placa)	↑		11:41	11:36
68,2	8,6	51,0	Moinho da Mota- Associação	†		11:42	11:37
70,3	6,5	57,0	Entroncamento Gatões à esquerda- Quinhendros	+		11:45	11:40
70,8	6,0	57,0	Entroncamento em frente	†	_	11:46	11:41
73,3	3,5	60,0	Quinhendros (Placa)	1		11:49	11:44
73,9	2,9	61,0	Quinhendros- Cruzamento EN 111 em frente	†	_	11:50	11:45
75,4	1,4	30,0	Entroncamento Ponte Alagoa à esquerda- Centro	†		11:53	11:47
76,1	0,7	30,0	Montemor- Rotunda Oval à esquerda	•	_	11:54	11:48
76,3	0,5	32,0	Montemor- Rotunda Anjo Doce à esquerda- Castelo	•	_	11:54	11:49
76,8	0,0	70,0	META FINAL - Castelo de Montemor / Montanha Cat 3ª		_	11:55	11:49