

Percurso

Alenquer – Hospital Vila Franca de Xira

Km total – 15,9 Km

Ganho de elevação - 216 metros

Perda de elevação – 190 metros

Tempo previsto 1 hora

Recomenda-se:

- Ingestão de líquidos durante a prova e no final
- Uso obrigatório do capacete
- Roupa leve

Início – Jardim Vaz Monteiro

Rua 25 de Abril até Nacional 1

Nacional 1 até Rua Joaquim Falé

Parque da Boa Viagem Av. Dr. Teófilo dos Santos Rotunda Escola Preparatória

Rotunda virar à esquerda para Rotunda do Centro Escolar

Rotunda virar à direita para Rua Dr. António Lopes Marcelo

Rua Dr. António Lopes Marcelo até virar à esquerda na rotunda para Rua Principal das paredes

Rua Principal até Ferraguda (Rua Luís de Camões)

Rua António Correia Bharém até cruzamento (Alenquer/Azambuja/VFX/Arruda)

Cruzamento entrar na Rua Pinto barreiros até virar à direita para Av. Cabo da Boa Esperança

Virar à esquerda para Estrada da Meirinha

Estrada da Meirinha virar à direita para estrada da Centra da EDP

Virar à esquerda para estrada da Vala do Carregado até Rua da Estação

Virar à direita até Estrada do Porto da Areia (Mercado Abastecedor da Castanheira do Ribatejo)

Virar à esquerda até Estrada do Apeadeiro

Virar à direita depois do Centro de Inspeções

Virar à esquerda para Estrada do Apeadeiro

Virar à direita, passa por baixo da ponte da Autoestrada e sobe até nacional 1

Vira à esquerda para Rotunda do Hospital

Vira à direita na rotunda do Hospital e sobe até ao Hospital.

Mapa:



Nota: Este percurso foi sugerido pelo clube G.D.M.- Grupo Desportivo Marmeleirense, com sede nos Casais da Marmeleira - Carregado – Alenquer, sendo aceite pela Câmara Municipal de Alenquer como o percurso oficial para os seus municípios.