

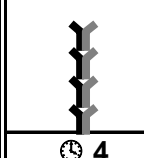
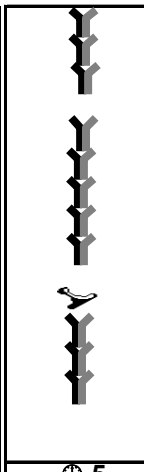
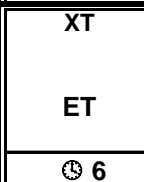
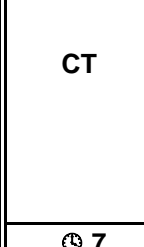
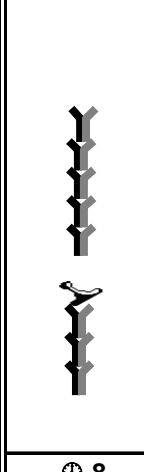
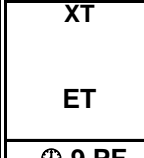


## FICHA DE PROVA

Tipo de Terreno				CH 	ZA	CP  Controle de Passagem	CT  Cross	ET  Enduro	XT  Xtreme	ALT  Alter-
I  Muito	II  Bom	III  Mau	IV  Muito							

### VETERANOS

Localidades	Símbolos	Terreno	km		Tabela de Tempos				Obs	
			Parcial	Total	A		B			
					Parcial	Total	Parcial	Total		
<b>ALEGRO</b>	Partida	I								
Talagueira	<b>CT</b>	II								
Talagueira casas		II	4,8							
Barragem		III								
Zona industrial		I								
Z Ind . pedras		IV								
Maxiais norte 1		IV								
Maxiais norte 2		IV								
Maxiais norte 3		IV								
<b>Estrada Nova</b>		III	18,1	18,1	38	38	40	40		
Valongo		III								
Ribeira Valongo		IV								
Linha do gas		IV								
Sapateira		III								
Monte Ribeira 1		IV								
Monte Ribeira 2		IV								
Monte Ribeira 3		IV								
Monte Ribeira 4		IV								
Monte Ribeira 5		IV								
Estrada Malpica		III								
Monte São Martinho			IV							
Monte São Martinho 1			IV							
Monte São Martinho 2			IV							
Monte São Martinho 3			IV							
Monte Valongo		III								
Barrocal Monte		III								
<b>Barrocal CH</b>		II	12,4	30,5	41	1h19	43	1H23		
Barrocal	<b>XT</b>	IV	0,8							
Barrocal Estrada		III								
Quinta Pipa	<b>ET</b>	I								
Granja		III	5							
Zona Lazer		II								
<b>Alegro</b>		I	7,72	38,22	33	1h52	35	1H58	↓ 1ª Volta	

<p>ALEGRO Talagueira Talagueira casas Barragem Zona industrial Z I pedras Maxiais norte 1 Maxiais norte 2 Maxiais norte 3 <b>Estrada Nova</b></p>	<p>CT</p> 	<p>I II II III I IV IV IV IV III</p>	<p>4,8          18,1</p>	<p>56,32</p>	<p>38</p>	<p>2H30</p>	<p>40</p>	<p>2H38</p>	<p>↓</p> <p><b>2ª Volta</b></p> <p>↓</p>	
<p>Valongo Ribeira Valongo Linha do gas Sapateira Monte Ribeira 1 Monte Ribeira 2 Monte Ribeira 3 Monte Ribeira 4 Monte Ribeira 5 Estrada Malpica Monte São Martinho Monte São Martinho 1 Monte São Martinho 2 Monte São Martinho 3 Monte Valongo Barrocal Monte <b>Barrocal CH</b></p>		<p>III IV IV III IV IV IV IV IV III IV IV IV IV III III II</p>	<p>12,4</p>	<p>68,72</p>	<p>41</p>	<p>3H11</p>	<p>43</p>	<p>3H21</p>		
<p>Barrocal Barrocal Estrada Quinta Pipa Granja Zona Lazer <b>Alegro</b></p>	<p>XT</p> <p>ET</p> 	<p>IV III I III II I</p>	<p>0,8  5  7,72</p>	<p>76,44</p>	<p>33</p>	<p>3H44</p>	<p>35</p>	<p>3H56</p>		
<p>ALEGRO Talagueira Talagueira casas Zona industrial Z I pedras Maxiais norte 1 Maxiais norte 2 Maxiais norte 3 <b>Estrada Nova</b></p>	<p>CT</p> 	<p>I II II I IV IV IV IV III</p>	<p>4,8          18,1</p>	<p>94,54</p>	<p>38</p>	<p>4H22</p>	<p>40</p>	<p>4H36</p>		
<p>Valongo Ribeira Valongo Linha do gas Sapateira Monte Ribeira 1 Monte Ribeira 2 Monte Ribeira 3 Monte Ribeira 4 Monte Ribeira 5 Estrada Malpica Monte São Martinho Monte São Martinho 1 Monte São Martinho 2 Monte São Martinho 3 Monte Valongo Barrocal Monte <b>Barrocal CH</b></p>		<p>III IV IV III IV IV IV IV IV III IV IV IV IV III III II</p>	<p>12,4</p>	<p>110,7</p>	<p>41</p>	<p>5H03</p>	<p>43</p>	<p>5H19</p>		
<p>Barrocal Barrocal Estrada Quinta Pipa Granja Zona Lazer <b>Alegro</b></p>	<p>XT</p> <p>ET</p> 	<p>IV III I III II I</p>	<p>0,8  5  7,72</p>	<p>114,6</p>	<p>33</p>	<p>5H36</p>	<p>35</p>	<p>5H54</p>		
										<p>↓</p> <p><b>3ª Volta</b></p>

CH 2 - 5 - 8

EXTREMTEST



CH 1 - 4 - 7



TEMPO TOTAL  
06H30  
114,6 Km ( 3 Volta)

CROSSTEST



PARTIDA

PARQUE

ENDUROTEST



CH 3 - 6 - PF

