

## ASSOCIAÇÃO DE CICLISMO DA BEIRA INTERIOR

### Itinerário Prémio Freguesia Castelo Branco / Beiranews - Juniores

Partida:	14:30h
----------	--------

Distância	105,6km
-----------	---------

Percorrido	A Percorrer	Pecurso	Velocidade média km/h		
			32 km/h	35 km/h	38 km/h
0,000	104,600	Partida Avenica Nuno Álvares	14:30:00	14:30:00	14:30:00
0,300	105,300	Rotunda esquerda p/ Rua Poeta João Roiz	14:30:34	14:30:31	14:30:28
0,600	105,000	Rotunda esquerda para Rua da Carapalha	14:31:07	14:31:02	14:30:57
0,700	104,900	Rotunda esquerda p/ rua Camilo Castelo Branco	15:31:19	15:31:12	15:31:06
1,000	104,600	Rotunda esquerda p/ Rua do Saibreiro	16:31:53	16:31:43	16:31:35
1,300	104,300	Entrª Frente p/ Rua Sidónio Pais	17:32:26	17:32:14	17:32:03
1,500	104,100	Cruzª Frente p/ Rua da Sé	18:32:49	18:32:34	18:32:22
1,600	104,000	Cruzª Frente p/ Rua das Olarias	19:33:00	19:32:45	19:32:32
2,000	103,600	Rotunda frente p/ rua da Mina	14:33:45	14:33:26	14:33:09
2,600	103,000	Rotunda frente	14:34:52	14:34:27	14:34:06
3,650	101,950	Rotunda à esquerda p/ EN 112	14:36:51	14:36:15	14:35:46
12,400	93,200	<b>META VOLANTE J. F. SALGUEIRO CAMPO</b>	14:53:15	14:51:15	14:49:35
13,000	92,600	Salgueiro do Campo	14:54:22	14:52:17	14:50:32
18,600	87,000	Esquerda p/ Chão da Vã	15:04:52	15:01:53	14:59:22
20,000	85,600	Chão da Vã	15:07:30	15:04:17	15:01:35
20,400	85,200	Direita p/ Camões	15:08:15	15:04:58	15:02:13
21,900	83,700	Esquerda ponte p/ Serrasqueira	15:11:04	15:07:33	15:04:35
25,500	80,100	Esquerda ponte p/ Serrasqueira	15:17:49	15:13:43	15:10:16
25,700	79,900	Direita p/ Mendares	15:18:11	15:14:03	15:10:35
26,450	79,150	Direita p/ Mendares	15:19:36	15:15:21	15:11:46
28,400	77,200	Mendares	15:23:15	15:18:41	15:14:51
28,950	76,650	Direita p/ EN233	15:24:17	15:19:38	15:15:43
29,200	76,400	Direita p/ EN233	15:24:45	15:20:03	15:16:06
32,600	73,000	Início Subida p/ Taberna Seca	15:31:07	15:25:53	15:21:28
34,000	71,600	<b>META MONTANHA TABERNA SECA</b>	15:33:45	15:28:17	15:23:41
38,300	67,300	Rotunda frente p/ Castelo Branco	15:41:49	15:35:39	15:30:28
38,350	67,250	Rotunda frente p/ Castelo Branco	15:41:54	15:35:45	15:30:33
39,750	65,850	Rotunda frente p/ Castelo Branco	15:44:32	15:38:09	15:32:46
40,100	65,500	Rotunda frente p/ Castelo Branco	15:45:11	15:38:45	15:33:19
40,500	65,100	Rotunda frente p/ Castelo Branco	15:45:56	15:39:26	15:33:57
40,850	64,750	Rotunda frente p/ rua da Granja	15:46:36	15:40:02	15:34:30
41,900	63,700	Esquerda p/ rua da Granja	15:48:34	15:41:50	15:36:09
42,100	63,500	Frente p/ avenida 1ª Maio	15:48:56	15:42:10	15:36:28
42,300	63,300	<b>1ª PASSAGEM PELA META</b>	15:49:19	15:42:31	15:36:47
42,600	63,000	Rotunda esquerda p/ Rua Poeta João Roiz	15:49:52	15:43:02	15:37:16
42,900	62,700	Rotunda direita para Avenida da Carapalha	15:50:26	15:43:33	15:37:44
43,100	62,500	Rotunda frente para Avenida da Carapalha	15:50:49	15:43:53	15:38:03
43,350	62,250	Rotunda direita para Avenida da Carapalha	15:51:17	15:44:19	15:38:27
43,600	62,000	Rotunda frente para EN18-8	15:51:45	15:44:45	15:38:51
44,000	61,600	Rotunda frente para EN18-8	15:52:30	15:45:26	15:39:28
55,400	50,200	Direita p/ Lentiscais	16:13:52	16:04:58	15:57:28
60,000	45,600	Lentiscais	16:22:30	16:12:51	16:04:44

60,500	45,100	<b>META VOLANTE LENTISCAIS</b>	16:23:26	16:13:43	16:05:32
67,100	38,500	Alfivida	16:35:49	16:25:02	16:15:57
67,200	38,400	Esquerda para Perais	16:36:00	16:25:12	16:16:06
74,000	31,600	Perais	16:48:45	16:36:51	16:26:51
74,300	31,300	Direita p/ Perais	16:49:19	16:37:22	16:27:19
80,100	25,500	Direita p/ EN18	17:00:11	16:47:19	16:36:28
87,300	18,300	Direita p/ Cebolais de Baixo	17:13:41	16:59:39	16:47:51
90,400	15,200	Esquerda p/ Retaxo	17:19:30	17:04:58	16:52:44
91,700	13,900	Retaxo	17:21:56	17:07:12	16:54:47
92,500	13,100	Direita para Cebolais de Cima	17:23:26	17:08:34	16:56:03
92,700	12,900	<b>META VOLANTE J. F. CEBOLAIS E RETAXO</b>	17:23:49	17:08:55	16:56:22
93,500	12,100	Esquerda p/ Cebolais de Cima	17:25:19	17:10:17	16:57:38
97,000	8,600	Direita para Castelo Branco	17:31:52	17:16:17	17:03:09
97,200	8,400	Rotunda esquerda p/ EN18	17:32:15	17:16:38	17:03:28
97,350	8,250	Rotunda frente p/ EN18	17:32:32	17:16:53	17:03:43
100,600	5,000	Rotunda frente p/ EN18	17:38:37	17:22:27	17:08:51
102,300	3,300	Direita p/ Castelo Branco	17:41:49	17:25:22	17:11:32
102,500	3,100	Direita p/ Castelo Branco	17:42:11	17:25:43	17:11:51
102,750	2,850	Rotunda frente p/ estrada do Montalvão	17:42:39	17:26:09	17:12:14
103,700	1,900	Rotunda frente p/ Avenida do Empresário	17:44:26	17:27:46	17:13:44
104,200	1,400	Rotunda frente p/ Avenida 1º Maio	17:45:22	17:28:38	17:14:32
104,800	0,800	Direita p/ Rua Pedro da Fonseca	17:46:30	17:29:39	17:15:28
105,250	0,350	Rotunda esquerda p/ Avenida Nuno Álvares	17:47:21	17:30:26	17:16:11
105,600	0,000	<b>META</b>	17:48:00	17:31:02	17:16:44

<b>METAS VOLANTES:</b>	
Junta Freguesia Salgueiro Campo	12,4km
Lentiscais	60,5km
Junta Freguesia Cebolais e Retaxo	92,7km

<b>META MONTANHA</b>	
Taberna Seca	34km