

CAMPEONATOS NACIONAIS 2021

VILA VELHA DE RÓDÃO

PROVAS DE CONTRARRELÓGIO

18 de Junho 2021



PERCURSO ELITES, SUB-23 FEMININAS / PARACICLISTAS

FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	DISTÂNCIA 19,200 KM		
					TEMPOS DE PASSAGEM		
					30 km/h	35 km/h	40 km/h
0,000	19,200	106		Partida - Rua Sra da Alagada	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,150	19,050	106		Entroncamento - Esquerda	00:00:18	00:00:15	00:00:14
0,240	18,960	96		INICIO PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS	00:00:29	00:00:25	00:00:22
1,000	18,200	96		Entroncamento - Direita p/ EN18	00:02:00	00:01:43	00:01:30
1,400	17,800	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:02:48	00:02:24	00:02:06
1,900	17,300	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:03:48	00:03:15	00:02:51
3,500	15,700	105		Coxeiro - Entroncamento - Frente p/ EN18	00:07:00	00:06:00	00:05:15
5,200	14,000	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:10:24	00:08:55	00:07:48
5,650	13,550	155		Entroncamento - Direita p/ EN355	00:11:18	00:09:41	00:08:29
7,800	11,400	105		PONTE - Passagem estreita	00:15:36	00:13:22	00:11:42
9,600	9,600	96		PONTO DE RETORNO	00:19:12	00:16:27	00:14:24
11,400	7,800	105		PONTE - Passagem estreita	00:22:48	00:19:33	00:17:06
13,600	5,600	156		Entroncamento - Esquerda p/ EN18	00:27:12	00:23:19	00:20:24
14,050	5,150	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:28:06	00:24:05	00:21:04
15,500	3,700	105		Coxeiro - Entroncamento - Frente p/ EN18	00:31:00	00:26:34	00:23:15
17,300	1,900	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:34:36	00:29:39	00:25:57
17,800	1,400	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:35:36	00:30:31	00:26:42
18,200	1,000	95		Vila Velha de Ródão	00:36:24	00:31:12	00:27:18
18,200	1,000	95		Entroncamento - Esquerda	00:36:24	00:31:12	00:27:18
19,000	0,200	108		FIM PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS	00:38:00	00:32:34	00:28:30
19,000	0,200	108		Entroncamento - Direita p/ Rua Cabeço do Salvador	00:38:00	00:32:34	00:28:30
19,200	0,000	108		META	00:38:24	00:32:55	00:28:48

PROGRAMA PROVISÓRIO

10h30	Partida Paraciclismo
11h00	Partida Elites / Sub-23 Femininas
13h45	Fecho do percurso
Saídas	1 atleta a cada minuto

NOTA Fecho do troço entre a Rua da Alagada (0,0km) e o Entroncamento da EM533 (9,6km) a partir das 9h30 para colocação de divisória de percurso

Fecho da Zona circular com início aos 9,6km até aos 20,95km (Entroncamento da EM553), a partir das 12h30, antes do início da prova CRI SUB-23

CAMPEONATOS NACIONAIS 2021
VILA VELHA DE RÓDÃO **PROVAS DE CONTRARRELÓGIO**
 18 de Junho 2021



PERCURSO ELITES, SUB-23 MASCULINOS

FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	DISTÂNCIA 30,500 KM		
					TEMPOS DE PASSAGEM		
					40 km/h	45 km/h	50 km/h
0,000	30,500	106		Partida - Rua Sra da Alagada	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,150	30,350	106		Entroncamento - Esquerda	00:00:14	00:00:12	00:00:11
0,240	30,260	96		INICIO PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS	00:00:22	00:00:19	00:00:17
1,000	29,500	96		Entroncamento - Direita p/ EN18	00:01:30	00:01:20	00:01:12
1,400	29,100	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:02:06	00:01:52	00:01:41
1,900	28,600	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:02:51	00:02:32	00:02:17
3,500	27,000	105		Coxeiro - Entroncamento - Frente p/ EN18	00:05:15	00:04:40	00:04:12
5,200	25,300	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:07:48	00:06:56	00:06:14
5,650	24,850	155		Entroncamento - Direita p/ EN355	00:08:29	00:07:32	00:06:47
7,800	22,700	105		PONTE - Passagem estreita	00:11:42	00:10:24	00:09:22
9,600	20,900	96		FIM PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS	00:14:24	00:12:48	00:11:31
9,600	20,900	145		Entroncamento - Frente p/ EN355	00:14:24	00:12:48	00:11:31
11,350	19,150	194		Perais - INÍCIO EMPEDRADO	00:17:02	00:15:08	00:13:37
11,400	19,100	193		Entroncamento - Esquerda p/ EM553	00:17:06	00:15:12	00:13:41
11,550	18,950	193		FIM EMPEDRADO	00:17:19	00:15:24	00:13:52
11,600	18,900	188		Entroncamento - Frente p/ EM553	00:17:24	00:15:28	00:13:55
13,600	16,900	182		Entroncamento - Frente p/ EM553	00:20:24	00:18:08	00:16:19
15,600	14,900	183		Entroncamento - Esquerda p/ Rua da Eira	00:23:24	00:20:48	00:18:43
17,500	13,000	175		Vale de Pousadas	00:26:15	00:23:20	00:21:00
17,550	12,950	175		Entroncamento - Frente p/ Rua da Eira	00:26:20	00:23:24	00:21:04
17,900	12,600	164		Entroncamento - Frente p/ Rua da Eira	00:26:51	00:23:52	00:21:29
20,950	9,550	144		INICIO PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS	00:31:25	00:27:56	00:25:08
20,950	9,550	144		Entroncamento - Direita p/ EN355	00:31:25	00:27:56	00:25:08
22,700	7,800	105		PONTE - Passagem estreita	00:34:03	00:30:16	00:27:14
24,900	5,600	156		Entroncamento - Esquerda p/ EN18	00:37:21	00:33:12	00:29:53
25,350	5,150	144		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:38:02	00:33:48	00:30:25
26,800	3,700	105		Coxeiro - Entroncamento - Frente p/ EN18	00:40:12	00:35:44	00:32:10
28,600	1,900	100		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:42:54	00:38:08	00:34:19
29,100	1,400	90		Entroncamento - Frente p/ EN18	00:43:39	00:38:48	00:34:55
29,500	1,000	95		Vila Velha de Ródão	00:44:15	00:39:20	00:35:24
29,500	1,000	95		Entroncamento - Esquerda	00:44:15	00:39:20	00:35:24
30,300	0,200	108		FIM PERCURSO NOS DOIS SENTIDOS	00:45:27	00:40:24	00:36:22
30,300	0,200	108		Entroncamento - Direita p/ Rua Cabeço do Salvador	00:45:27	00:40:24	00:36:22
30,500	0,000	108		META	00:45:45	00:40:40	00:36:36

PROGRAMA PROVISÓRIO

12h00	Partida Sub-23
13h00	Partida Elites Masculinos
13h45	Fecho do percurso
Saídas	1 atleta a cada minuto

NOTA *Fecho do troço entre a Rua da Alagada (0,0km) e o Entroncamento da EM533 (9,6km) a partir das 9h30 para colocação de divisória de percurso*
Fecho da Zona circular com início aos 9,6km até aos 20,95km (Entroncamento da EM553), a partir das 12h30, antes do início da prova CRI SUB-23

CAMPEONATOS NACIONAIS 2021

CASTELO BRANCO PROVAS DE FUNDO

19 e 20 de Junho 2021



CIRCUITO ELITES, SUB-23, FEMININAS E PARACICLISTAS

FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	DISTÂNCIA 21,650 KM		
					Velocidade média km/h		
					35 km/h	40 km/h	45 km/h
0,000	21,650	376		Partida - Avenida do Empresário	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,300	21,350	378		Rotunda - frente p/ av. do Empresário	00:00:31	00:00:27	00:00:24
0,550	21,100	351		Rotunda - direita p/ Estrada de Montalvão	00:00:57	00:00:50	00:00:44
1,500	20,150	364		Rotunda - frente p/ Rua C	00:02:34	00:02:15	00:02:00
2,000	19,650	362		Entroncamento - frente p/ Rua C	00:03:26	00:03:00	00:02:40
2,000	19,650	362		Zona Industrial	00:03:26	00:03:00	00:02:40
2,150	19,500	367		Entroncamento - frente p/ Rua C	00:03:41	00:03:14	00:02:52
2,350	19,300	370		Rotunda - direita p/ Rua A	00:04:02	00:03:32	00:03:08
2,800	18,850	360		Rotunda - frente p/ Rua A	00:04:48	00:04:12	00:03:44
3,100	18,550	346		Rotunda - frente p/ Rua A	00:05:19	00:04:39	00:04:08
3,400	18,250	343		Rotunda - frente p/ Rua A	00:05:50	00:05:06	00:04:32
4,300	17,350	336		Rotunda - esquerda p/ EN233	00:07:22	00:06:27	00:05:44
5,500	16,150	342		Rotunda - frente p/ EN 233	00:09:26	00:08:15	00:07:20
5,650	16,000	339		Rotunda - frente p/ EN 233	00:09:41	00:08:29	00:07:32
9,200	12,450	288		Entroncamento - direita	00:15:46	00:13:48	00:12:16
9,200	12,450	288		INICIO ESTRADA ESTREITA	00:15:46	00:13:48	00:12:16
11,750	9,900	289		CURVA PERIGOSA ESQUERDA	01:20:09	01:17:38	01:15:40
14,550	7,100	323		Entroncamento - direita p/ EN 112	00:24:57	00:21:50	00:19:24
14,550	7,100	323		FIM ESTRADA ESTREITA	00:24:57	00:21:50	00:19:24
16,400	5,250	318		Entroncamento - frente p/ EN112	00:28:07	00:24:36	00:21:52
17,700	3,950	342		Rotunda - frente p/ EN233	00:30:21	00:26:33	00:23:36
18,200	3,450	357		Castelo Branco	00:31:12	00:27:18	00:24:16
18,700	2,950	379		Rotunda - direita p/ Avenida dia de Portugal	00:32:03	00:28:03	00:24:56
19,850	1,800	372		Rotunda - direita p/ EN233	00:34:02	00:29:47	00:26:28
20,150	1,500	363		Rotunda - esquerda p/ avenida cidade Zhuhai	00:34:33	00:30:13	00:26:52
20,650	1,000	355		Entroncamento - direita p/ Rua Profª Amélia Jesus Silva	00:35:24	00:30:59	00:27:32
21,000	0,650	370		Entroncamento - esquerda	00:36:00	00:31:30	00:28:00
21,150	0,500	368		Rotunda - esquerda p/ Avenida do Empresário	00:36:15	00:31:43	00:28:12
21,650	0,000	376		META / PASSAGEM META	00:37:07	00:32:29	00:28:52

19/jun		PROGRAMA PROVISÓRIO	PERCURSO
10h00		Partida Femininas	Só Circuito (3, 4 e 5 voltas)
14h30		Partida Sub-23	Volta inicial + 4 voltas ao Circuito

20/jun		PROGRAMA PROVISÓRIO	PERCURSO
09h00		Partida Paraciclistas	Só Circuito (2 voltas)
11h30		Partida Elite Masculinos	Volta inicial + 5 voltas ao Circuito

DATA	CATEGORIA	DISTANCIA	DESNÍVEL	VOLTAS C.
19/jun	ELITE FEMININAS / SUB-23 FEMININAS	108,25km	1425m	5
19/jun	JUNIOR FEMININAS	86,60km	1140m	4
19/jun	CADETE FEMININAS / MASTER FEMININAS	64,95km	855m	3
20/jun	PARACICLISTAS	43,30km	570m	2
20/jun	ELITE MASCULINOS	192,20km	2705m	5
19/jun	SUB-23 MASCULINOS	170,55km	2420m	4

CAMPEONATOS NACIONAIS 2021

CASTELO BRANCO PROVAS DE FUNDO

19 e 20 de Junho 2021



VOLTA INICIAL ELITE, SUB-23 MASCULINOS

FEITO	FALTA	ELEV.	NOTAS	DESCRIÇÃO	DISTÂNCIA 83,950 KM		
					Velocidade média km/h		
					35 km/h	40 km/h	45 km/h
0,000	83,950	374		Partida Real - Campo Futebol SBCB (após passadeira)	00:00:00	00:00:00	00:00:00
0,000	83,950	374		KM0 - Frente para N18	00:00:00	00:00:00	00:00:00
4,650	79,300	375		Entroncamento - frente p/ N18	00:07:58	00:06:58	00:06:12
9,200	74,750	357		Rotunda - frente p/ N18	00:15:46	00:13:48	00:12:16
9,600	74,350	361		Rotunda - frente p/ N18	00:16:27	00:14:24	00:12:48
10,400	73,550	370		Entroncamento - frente p/ N18	00:17:50	00:15:36	00:13:52
17,250	66,700	406		Entroncamento - frente p/ N18	00:29:34	00:25:53	00:23:00
17,700	66,250	403		Rotunda - frente p/ N18	00:30:21	00:26:33	00:23:36
18,940	65,010	406		Entroncamento - esquerda p/ Caminho dos Moleiros	00:32:28	00:28:25	00:25:15
21,400	62,550	393		Entroncamento - frente p/ Caminho dos Moleiros	00:36:41	00:32:06	00:28:32
25,350	58,600	485		Entroncamento - frente p/ M524	00:43:27	00:38:02	00:33:48
25,740	58,210	489		Rotunda - esquerda p/ Lourçal do Campo	00:44:08	00:38:37	00:34:19
26,400	57,550	477		Lourçal Campo - INÍCIO DE EMPEDRADO	00:45:15	00:39:36	00:35:12
26,400	57,550	477		Entroncamento - frente p/ CM1224	01:45:15	01:39:36	01:35:12
26,480	57,470	481		INÍCIO ESTRADA ESTREITA	00:45:24	00:39:43	00:35:18
26,480	57,470	481		Entroncamento - esquerda p/ CM1224	00:45:24	00:39:43	00:35:18
26,630	57,320	481		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:45:39	00:39:57	00:35:30
26,800	57,150	482		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:45:57	00:40:12	00:35:44
26,900	57,050	475		FIM DE EMPEDRADO	00:46:07	00:40:21	00:35:52
27,250	56,700	477		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:46:43	00:40:52	00:36:20
27,400	56,550	478		Ponte - Passagem Estreita	00:46:58	00:41:06	00:36:32
27,400	56,550	478		INÍCIO SUBIDA - Casal Serra (3ª CAT)	00:46:58	00:41:06	00:36:32
27,600	56,350	493		Entroncamento - frente p/ CM1224	00:47:19	00:41:24	00:36:48
27,900	56,050	511		FIM ESTRADA ESTREITA	00:47:50	00:41:51	00:37:12
29,950	54,000	710		Casal da Serra	00:51:21	00:44:56	00:39:56
29,950	54,000	710		Entroncamento - esquerda p/ CM1224	00:51:21	00:44:56	00:39:56
30,000	53,950	713		INÍCIO ESTRADA ESTREITA	00:51:26	00:45:00	00:40:00
30,500	53,450	731		FIM ESTRADA ESTREITA	00:52:17	00:45:45	00:40:40
30,800	53,150	756		FIM DE SUBIDA	00:52:48	00:46:12	00:41:04
31,550	52,400	698		CURVA PERIGOSA à direita CM 1224	00:54:05	00:47:20	00:42:04
32,820	51,130	573		CURVA PERIGOSA à esquerda CM1224	00:56:16	00:49:14	00:43:46
32,820	51,130	573		INÍCIO ESTRADA ESTREITA	00:56:16	00:49:14	00:43:46
32,920	51,030	572		Entroncamento - direita p/ CM1224	00:56:26	00:49:23	00:43:54
33,220	50,730	562		São Vicente da Beira	00:56:57	00:49:50	00:44:18
33,300	50,650	560		Entroncamento - esquerda p/ CM1224	00:57:05	00:49:57	00:44:24
33,400	50,550	553		FIM ESTRADA ESTREITA	00:57:15	00:50:06	00:44:32
33,400	50,550	553		Entroncamento - direita p/ EN352	00:57:15	00:50:06	00:44:32
33,780	50,170	548		Entroncamento - frente p/ EN352	00:57:55	00:50:40	00:45:02
34,150	49,800	551		Entroncamento - frente p/ EN352	00:58:33	00:51:14	00:45:32
35,200	48,750	568		Entroncamento - frente p/ EN352	01:00:21	00:52:48	00:46:56
35,950	48,000	573		Entroncamento - esquerda p/ EM525	01:01:38	00:53:56	00:47:56
39,150	44,800	477		Pereiros - Frente para EM525	01:07:07	00:58:44	00:52:12
39,950	44,000	478		Entroncamento - frente p/ EM525	01:08:29	00:59:56	00:53:16

42,550	41,400	416	Partida - Frente para EM525	01:12:57	01:03:49	00:56:44
43,500	40,450	465	Entroncamento - frente p/ EM525	01:14:34	01:05:15	00:58:00
47,600	36,350	483	Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:21:36	01:11:24	01:03:28
48,700	35,250	422	Curva Perigosa à direita	01:23:29	01:13:03	01:04:56
50,350	33,600	342	Almaceda - INICIO DE EMPEDRADO	01:26:19	01:15:32	01:07:08
50,400	33,550	342	Ponte	01:26:24	01:15:36	01:07:12
50,580	33,370	347	Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:26:43	01:15:52	01:07:26
51,850	32,100	348	FIM DE EMPEDRADO	01:28:53	01:17:47	01:09:08
52,700	31,250	348	Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:30:21	01:19:03	01:10:16
53,600	30,350	348	Entroncamento - frente p/ EN352-1	01:31:53	01:20:24	01:11:28
55,600	28,350	446	Entroncamento - esquerda p/ EN112	01:35:19	01:23:24	01:14:08
55,900	28,050	431	Entroncamento - frente p/ EN112	01:35:50	01:23:51	01:14:32
59,750	24,200	350	Entroncamento - frente p/ EN112	01:42:26	01:29:37	01:19:40
59,900	24,050	348	Padrão - Entroncamento - frente p/ EN112	01:42:41	01:29:51	01:19:52
60,750	23,200	348	Entroncamento - frente p/ EN112	01:44:09	01:31:07	01:21:00
65,000	18,950	249	Ponte - Entroncamento - frente p/ EN112	01:51:26	01:37:30	01:26:40
65,600	18,350	251	Entroncamento - frente p/ EN112	01:52:27	01:38:24	01:27:28
68,850	15,100	311	Entroncamento - frente p/ EN112	01:58:02	01:43:16	01:31:48
69,300	14,650	325	Salgueiro do Campo	01:58:48	01:43:57	01:32:24
71,200	12,750	382	Entroncamento - frente p/ EN112	02:02:03	01:46:48	01:34:56
72,250	11,700	360	Entroncamento - frente p/ EN112	02:03:51	01:48:22	01:36:20
76,850	7,100	323	Entroncamento - frente p/ EN112	02:11:45	01:55:16	01:42:28
78,700	5,250	318	Entroncamento - frente p/ EN112	02:14:55	01:58:03	01:44:56
80,000	3,950	342	Rotunda - frente p/ EN233	02:17:09	02:00:00	01:46:40
80,500	3,450	358	Castelo Branco	02:18:00	02:00:45	01:47:20
80,950	3,000	379	Rotunda - direita p/ Avenida dia de Portugal	02:18:46	02:01:26	01:47:56
82,150	1,800	373	Rotunda - direita p/ N233	02:20:50	02:03:13	01:49:32
82,450	1,500	363	Rotunda - esquerda p/ avenida cidade Zhuhai	02:21:21	02:03:40	01:49:56
82,950	1,000	355	Entroncamento - direita p/ Rua Profª Amélia Jesus Silva	02:22:12	02:04:26	01:50:36
83,300	0,650	370	Entroncamento - esquerda	02:22:48	02:04:57	01:51:04
83,450	0,500	368	Rotunda - esquerda p/ Avenida do Empresário	02:23:03	02:05:11	01:51:16
83,950	0,000	374	META / PASSAGEM NA META	02:23:55	02:05:55	01:51:56

19/jun	PROGRAMA PROVISÓRIO	PERCURSO
---------------	----------------------------	-----------------

14h30	Partida neutralizada (avenida do Empresário)	Passagem cidade - a definir
14h40	Partida Real - Sub-23	Volta inicial + 4 voltas ao Circuito

20/jun	PROGRAMA PROVISÓRIO	PERCURSO
---------------	----------------------------	-----------------

11h30	Partida neutralizada (avenida do Empresário)	Passagem cidade - a definir
11h40	Partida Real - Elite Masculinos	Volta inicial + 5 voltas ao Circuito

DATA	CATEGORIA	DISTANCIA	DESNÍVEL	VOLTAS C.
20/jun	ELITE MASCULINOS	192,20km	2705m	5
19/jun	SUB-23 MASCULINOS	170,55km	2420m	4