



10<sup>A</sup>12  
JUNHO  
2016



# ABIMOTA

37º GRANDE PRÉMIO ABIMOTA

1ª ETAPA ALMEIDA - SABUGAL

3ª ETAPA FIGUEIRA-DA-FOZ - ÁGUEDA

2ª ETAPA MAÇÃO - PROENÇA-A-NOVA

## APOIOS

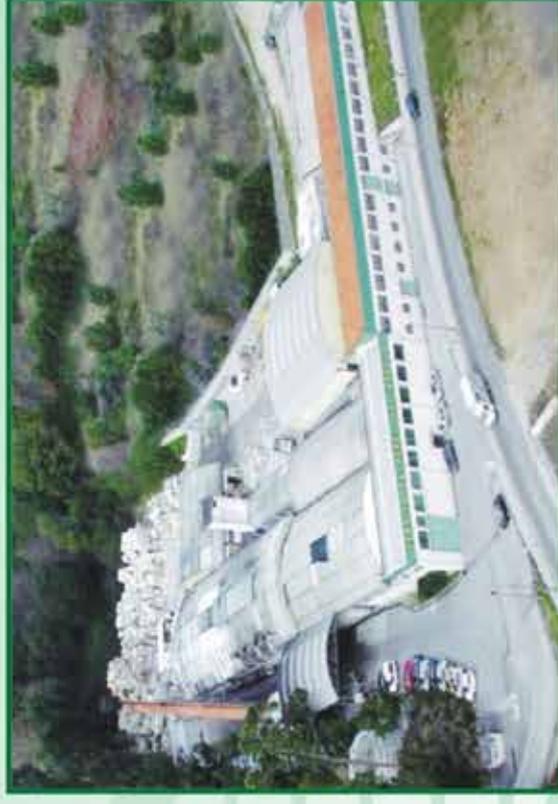


# FÁBRICA DE PAPEL DA LAPA, LDA<sup>TM</sup>

Fundada em 1936

PAPEIS PARA EMBALAGEM - PAPEIS PARA TRANSFORMAÇÃO E PAPEL ONDULADO

Fáb./Escritório: Rua Comendador Sá Couto, 4535-439 S. Paio de Oleiros  
Telefones: 227 642 186 - 227 649 410 \* Fax: 227 642 920  
E-mail: [flapa@flapa.pt](mailto:flapa@flapa.pt)



[www.lapa.com.pt](http://www.lapa.com.pt)



## LAPA 3

CAIXAS DE CARTÃO CANELADO, LDA

Fáb./Escritório: Rua Comendador Sá Couto, 4535-439 S. Paio de Oleiros  
Telefones: 227 456 161 - 227 456 201 \* Fax: 227 649 360  
E-mail: [fabrica@lapa3.pt](mailto:fabrica@lapa3.pt)

Armazém: Rua de Camões, 301 - 4000-145 Porto  
Telefones: 223 322 859 - 222 088 921 \* Fax: 223 322 859  
E-mail: [armazem@lapa3.pt](mailto:armazem@lapa3.pt)

# ITALBOX

## water protect

### ITALBOX

Fundada em 1999 a Italbox nasce na zona de Agueda. O seu contributo no ramo dos resguardos de duche é actualmente reconhecido internacionalmente.

## IT230 /2014

ITALBOX, Lda  
Apt.153 - Barrô Z.I. Norte/Sul 1319  
3754 - 909 | Agueda - Portugal

tel. +(351) 234 610 200  
fax. +(351) 234 610 209

italbox@italbox.pt  
www.italbox.pt



ITALBOX





# 37.º Grande Prémio Abimota

A ABIMOTA organiza, pela 37ª vez, o “seu” Grande Prémio ABIMOTA, justamente considerado e reconhecido como um dos eventos mais significativos do ciclismo nacional.

Suportado (quase) em exclusivo pela Indústria das Duas Rodas e pelos Associados da ABIMOTA, o 37º GP envolve um conjunto alargado de parceiros, que reconhecem este evento também pela sua capacidade mobilizadora e veículo promocional.

Um dos parceiros – Jornal RECORD – distribuirá, no domingo anterior à prova (5 de Junho), o livro oficial do 37º GP nos distritos por onde passará: Guarda, Castelo Branco, Coimbra e Aveiro, com uma tiragem de 15 000 exemplares. As televisões, rádios e imprensa escrita continuarão, naturalmente, associadas a este arrojado projeto.

Pre vemos para este ano de 2016 uma edição de ouro, nomeadamente pela pulverização do record de equipas inscritas (18), alargamento do âmbito territorial da prova, de Almeida na Beira Interior Norte a Águeda, passando pela Cova da Beira, Pinhal Interior, concelhos de Mação e Proença-a-Nova e litoral centro (Figueira da Foz), pela disponibilidade das diversas autarquias, em particular Almeida, Sabugal, Mação, Proença-a-Nova, Figueira da Foz e Águeda, pontos de partida e chegada de etapas mas também pelo comprometimento de parceiros institucionais relevantes, desde logo a Entidade Regional de Turismo do Centro.

Quando se enaltece, cada vez mais, a importância do trabalho em rede, é com orgulho e sobretudo com uma palavra de agradecimento/reconhecimento para os organizadores e patrocinadores do Grande Prémio que levamos até vós esta 37ª edição do GP ABIMOTA.

Da nossa parte, e enquanto Direção desta Associação, mantemos firme o propósito de continuar a trazer para a estrada esta Organização de referência no ciclismo nacional, pelo que representa quanto à forma de congregar um conjunto tão significativo e diverso de entidades e de vontades, em volta de um evento desportivo: a Indústria, o Poder Local e o Território, a Universidade, o Turismo, os Media e os Atletas em competição que, com o seu esforço e empenho, tanto nos galvanizam.

A todos e mais uma vez, o nosso bem haja.  
Boas pedaladas !

**João Pires**

Presidente da Direção da ABIMOTA



# VENEPORTE

EXHAUST SYSTEMS



**GLOBAL RANGE SUPPLIER**

Desde 1967 que a Veneporte desenvolve e produz sistemas de escape para a indústria automóvel. Com uma vasta gama de silenciosos, conversores catalíticos e filtros de partícula, todos os nossos produtos são 100% homologados, fiéis aos requisitos e especificações dos fabricantes de equipamento original.

São 50 anos de experiência presentes em cada produto, que aliados à utilização das melhores matérias primas e de uma equipa técnica altamente preparada, garantem que ao optar por produtos Veneporte está a escolher qualidade premium, com montabilidade garantida e respeito integral por todas as normas legais e ambientais em vigor.



 /veneporte  
[www.veneporte.pt](http://www.veneporte.pt)



**VENEPORTE**  
EXHAUST SYSTEMS





*You dream it, we build it*



**Equipamentos**



**Automação**



**Software**



Controlo e monitorização

Software de tempo real

Sistemas SCADA

PLC + HMI

Aplicações para PC

Instrumentação e medida

Projecto

- Mecânico

- Eléctrico

- Hidráulico/Pneumático

Equipamentos à medida

Assistência técnica

Consultoria

# CRANK

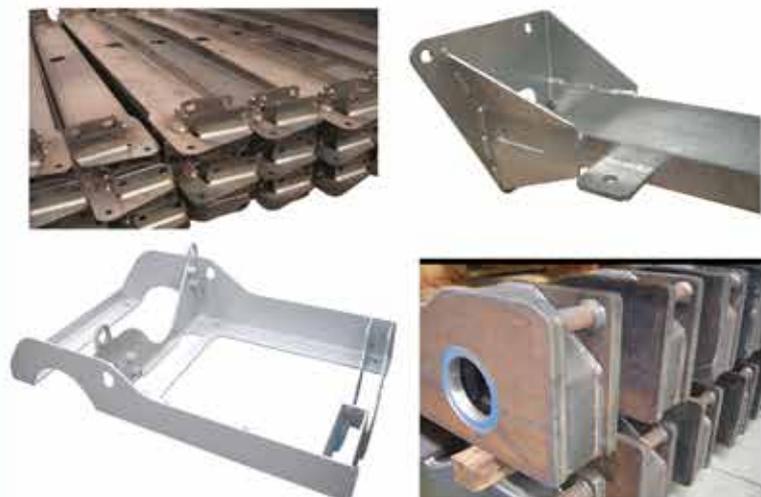
METALLIC SOLUTIONS



## SOLUÇÕES DE EMBALAGEM



## COMPONENTES METÁLICOS





# 37.º Grande Prémio Abimota

Enquanto Presidente da Federação Portuguesa de Ciclismo saúdo a realização do 37.º Grande Prémio ABIMOTA, uma das corridas com maior tradição na velocipedia portuguesa.

Organizada por uma Instituição, por excelência, da bicicleta, esta corrida vai disputar-se numa região onde as duas rodas são rainhas e onde há muitos entusiastas de ciclismo.

Calendarizado para junho, o Grande Prémio ABIMOTA vai para a estrada numa época alta de ciclismo, esperando-se, por isso, que as melhores equipas e os melhores corredores do pelotão nacional se apresentem em bom momento de forma, de modo oferecerem um magnífico espectáculo de ciclismo aos adeptos da modalidade.

Saúdo todos os patrocinadores que permitem que, ano após ano, este grande evento continue a enriquecer o calendário português de ciclismo, assim como a organização, que, com grande empenhamento e paixão, mantém o Grande Prémio ABIMOTA na agenda desportiva nacional.

Faço votos para que a prova corresponda às expectativas de todos os participantes, desejando às equipas e aos corredores o maior sucesso possível, sempre enquadrado pelos mais nobres valores do desportivismo.

**Delmino Pereira**

Presidente da Federação Portuguesa de Ciclismo

# *Tabor*

MADE IN PORTUGAL

- EST. 1965 -



[www.taborsaddles.com](http://www.taborsaddles.com)

# Organização

Organização da Prova	ABIMOTA – Associação Nacional Indústrias de Duas Rodas, Ferragens, Mobiliário e Afins Diretor da Prova: Vital Almeida 917 511 390
Secretariado	Ana Paula Almeida 917 491 890 abimota@abimota.pt
Informática	Luis Pires – 912 215 234 lpires@abimota.pt Paulo Pires – 919 698 129 ppires@abimota.pt
Serviços de logística	Rogério Alves 916 865 153
Comissário Presidente	Claudio Guimarães
Comissário 2	Paulo Leal
Comissário 3	Gustavo Santos
Comissário Moto 1	Marco Granjinho
Comissário Moto 2	Pedro Oliveira
Juíz de Chegada	Rui Matos
Cronometrista	Mário Martinho
Juíz de Partida	Armindo Senos
Comissário Carro Vassoura	Armando Libório
Moto Informação	Fullsport
Speaker Oficial	Armando César

Equipa Médica	Doutor Filipe Quintas Enfermeiro Alexandre Oliveira
Ambulâncias de Apoio	1ª Etapa - B. V. Almeida / B. V. Sabugal 2ª Etapa - B. V. Mação / B. V. Proença-a-Nova 3ª Etapa - B. V. Figueira da Foz / B. V. Águeda
Motard Comissário Moto 1	Crossroad
Motard Comissário Moto 2	Crossroad
Moto Ardósia	Fullsport
Moto Segurança BA 1	Crossroad
Moto Segurança BA 2	Crossroad
Sonorização – Equipamentos – Pórtico de Meta	Fullsport
Rádio Volta	Fullsport
Vídeo Finish	Fullsport
Apoio Neutro	SHIMANO – VOUGA
Carro Vassoura	Associação Ciclismo Aveiro / Epedal
Sinalização da Corrida	A.C.A – Joaquim Silva 919 725 414
Recolha de Sinalização	S.I.M – Faróis
Serviço de segurança	G.N.R / P.S.P

PAIXÃO PELO CICLISMO



Desde 1946

**VOUGA**

Sociedade Comercial do Vouga, Lda.

# MULTI COMPETENCE



**TECHNICAL CAPACITY**



**SHEET METAL**



**PLASTIC**



**TUBE**



**WELDING**



**ALUMINIUM**



**TURNING**



**SURFACE TREATMENT**



**ASSEMBLY**



**TUBE LASER**



**ALUMINIUM WELDING**



**CNC 5 AXIS**

# bootcom

hardware & software service

UMA ESCOLHA LIDER EM SOLUCOES...  
PARA A SUA EMPRESA



A SUA LOJA ONLINE!  
+ 6000 ARTIGOS EM STOCK...

[WWW.BOOTMANIA.PT](http://WWW.BOOTMANIA.PT)



231 511 655  
Tel: 231 522 726  
231 522 727  
E-mail: [info@bootcom.eu](mailto:info@bootcom.eu)  
Av. Eng<sup>a</sup> Tavares da Silva  
Edif. Varandas de Anadia BL Norte  
3720-203 Anadia, Aveiro, Portugal



# Produtos Forjados e Estampados



# FORJAÇO

Aço Forjado, Lda.



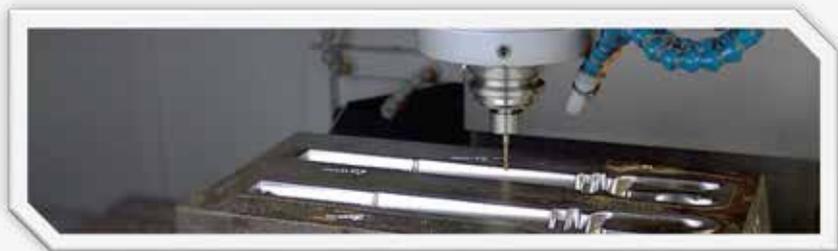
❖ 50 Anos de Experiência



❖ Soluções de Alta Resistência



❖ Eficiência Produtiva



❖ Produção de Moldes  
e Ferramentas



ISO 9001:2008  
QUALITY



Rua Conde Tavares Ferrão, Nº28  
Amoreira Da Gândara, Anadia | Portugal  
T+351 231 596 414 | F+351 231 596 374  
[www.forjaco.com](http://www.forjaco.com) | [adm@forjaco.com](mailto:adm@forjaco.com)



**OLIVEIRA, MARTINS & COMP. , S.A.**

**SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO DE SEGUROS**



A nossa qualidade de serviço tem  
mais de meio século!  
Consulte-nos !!!  
Aguardamos a sua visita!

Tels. 234 622 330 / 234 624 623 · Fax 234 622 140

Rua Luís de Camões, 93 - 1º · 3750-159 ÁGUEDA

Apart. 18 · 3754-909 ÁGUEDA - PORTUGAL

E-mail: omseguros@mail.telepac.pt

## Quadro de Vencedores

1º GRANDE PRÉMIO	25 e 26 Junho 77	<b>Flávio Henriques</b> Sangalhos	19º GRANDE PRÉMIO	29 Maio a 1 Junho 97	<b>José Azevedo</b> Maia-Cin
2º GRANDE PRÉMIO	1 e 2 Junho 78	<b>Fernando Mendes</b> F.C.Porto	20º GRANDE PRÉMIO	29 a 31 Maio 98	<b>Joaquim Andrade</b> Maia-Cin
3º GRANDE PRÉMIO	2 e 3 Junho 79	<b>Floriano Mendes</b> Sangalhos	21º GRANDE PRÉMIO	3 a 6 Junho 99	<b>Rui Lavarinhas</b> Maia-Cin
4º GRANDE PRÉMIO	13 a 15 Junho 80	<b>António Alves</b> Coimbrões	22º GRANDE PRÉMIO	1 a 4 Junho 00	<b>Gustavo Otero</b> Porta da Ravessa
5º GRANDE PRÉMIO	28 a 31 Maio 81	<b>Adelino Teixeira</b> Lousa	23º GRANDE PRÉMIO	31 Maio a 3 Junho 01	<b>Joaquim Sampaio</b> Porta da Ravessa
6º GRANDE PRÉMIO	3 a 6 Junho 82	<b>Adelino Teixeira</b> Bombarralense	24º GRANDE PRÉMIO	23 a 26 Maio 02	<b>Nuno Ribeiro</b> Barbot/Torrié
7º GRANDE PRÉMIO	2 a 5 Junho 83	<b>António Alves</b> F.C.Porto	25º GRANDE PRÉMIO	19 a 22 Junho 03	<b>Vicente Reynes</b> L.A Pecol
8º GRANDE PRÉMIO	31 Maio a 3 Junho 84	<b>António Pinto</b> Ovarense	26º GRANDE PRÉMIO	20 a 23 Maio 04	<b>Pedro Soeiro</b> Carvalhelhos / Boavista
9º GRANDE PRÉMIO	20 e 21 Junho 85	<b>José Amaro</b> Bombarralense	27º GRANDE PRÉMIO	2 a 5 Junho 05	<b>Célio Sousa</b> Carvalhelhos / Boavista
10º GRANDE PRÉMIO	5 a 8 Junho 86	<b>António Pinto</b> Lousa	28º GRANDE PRÉMIO	1 a 4 Junho 06	<b>Tiago Machado</b> Carvalhelhos / Boavista
11º GRANDE PRÉMIO	12 a 14 Junho 87	<b>Joaquim Gomes</b> Sporting	29º GRANDE PRÉMIO	7 a 10 Junho 07	<b>Vítor Rodrigues</b> Liberty Seguros
12º GRANDE PRÉMIO	17 a 20 Maio 90	<b>Fernando Batista</b> Bom Petisco Tavira	30º GRANDE PRÉMIO	5 a 8 Junho 08	<b>Filipe Cardoso</b> Liberty Seguros
13º GRANDE PRÉMIO	16 a 19 Maio 91	<b>António Rodrigues</b> Recer Boavista	31º GRANDE PRÉMIO	6 Junho 09	<b>Joaquim Sampaio</b> Madeinox / Boavista
14º GRANDE PRÉMIO	4 a 7 Junho 92	<b>Luís Santos</b> Recer Boavista	32º GRANDE PRÉMIO	1 a 3 Julho 11	<b>Edgar Pinto</b> LA / Antarte
15º GRANDE PRÉMIO	13 a 16 Maio 93	<b>Fernando Carvalho</b> Imporbor / Feirense	33º GRANDE PRÉMIO	8 a 10 Junho 12	<b>Moisés Duenas</b> Supermercados Froiz
16º GRANDE PRÉMIO	19 a 22 Maio 94	<b>Iury Sourkov</b> Sicasal / Acral	34º GRANDE PRÉMIO	8 a 10 Junho 13	<b>Jorge Montenegro</b> Louletano / Dunas Douradas
17º GRANDE PRÉMIO	25 a 28 Maio 95	<b>Romes Gainetdinov</b> Sta.Clara / Master Cadena	35º GRANDE PRÉMIO	9 e 10 Junho 14	<b>Eduard Prades</b> OFM/Quinta da Lixa
18º GRANDE PRÉMIO	16 a 19 Maio 96	<b>Delmino Pereira</b> Recer Boavista	36º GRANDE PRÉMIO	6 e 7 Junho 15	<b>David de la Fuente</b> Efapel



# Equipas



Portugal  
Sporting / Tavira



Portugal  
LA Alumínios Antarte



Portugal  
Rádio Popular Boavista



Portugal  
ACDC Trofa



Portugal  
Goldwin Team José Maria Nicolau



Portugal  
Maia



Portugal  
Sicasal Constantinos / Udo



Espanha  
Team Guerciotti



Espanha  
EC Cartucho.ES



Portugal  
Efapel



Portugal  
Louletano Hospital de Loulé



Portugal  
W52 / FC Porto / Porto Canal



Portugal  
Anicolor



Portugal  
Liberty Seguros Carglass



Portugal  
Moreira Congelados Feira / Bicicletas Andrade



Espanha  
Alumínios Cortizo CC Padrones



Espanha  
Kuota Construcciones Paulino



Emiratos Árabes Unidos  
Nasr Dubai Cycling Team

# Locais para Secretariado, Imprensa e Colégio de Comissários

## 1ª Etapa 10 de Junho

**Partida** – Almeida (Bibliot. Mun. Maria Natércia Ruivo)  
09:00h – Abertura

09:00h – Confirmação participantes / Rádio Volta  
10:30h – Reunião Diretores Desportivos

**Chegada** – Sabugal (Piscinas Municipais do Sabugal)  
14:00h – Imprensa  
16:30h – Secretariado / Colégio de Comissários

## 2ª Etapa 11 de Junho

**Partida** – Mação – Junto à partida

10:00h – Secretariado

**Chegada** – Proença-a-Nova - C.M. Proença-a-Nova  
13:00h – Imprensa  
15:30h – Secretariado / Colégio de Comissários

## 3ª Etapa 12 de Junho

**Partida** – Figueira da Foz – Junto à partida  
12:00h – Secretariado

**Chegada** – Águeda - ABIMOTA

15:00h – Imprensa

17:30h – Secretariado / Colégio de Comissários

## Controlo Anti-Doping em todas as etapas

Caravana junto à meta

# Carta Hospitalar

**1ª Etapa** – Almeida – Sabugal – 10 de Junho  
Hospital Distrital Da Guarda - 271 200 200

**2ª Etapa** – Mação – Proença-a-Nova – 11 de Junho  
Hosp. Dr. Manoel Constâncio – Abrantes - 241 360 700  
Hosp. Amato Lusitano – Castelo Branco - 272 000 200

**3ª Etapa** – Figueira da Foz – Águeda  
Hospital Distrital da Figueira da Foz – 233 402 097  
Hospital Universidade de Coimbra – 239 400 657  
Hospital Distrital de Águeda – 234 611 000

# Banhos dos Ciclistas

12 de Junho – GICA

# Tesouraria

12 de Junho de 2016 – Secretariado. Pagamento contra apresentação de recibo fiscalmente válido.

Agentes e distribuidores oficiais de matérias-primas Plásticas de Engenharia para o mercado Português



[www.lati.com](http://www.lati.com)



**WITTENBURG**

Your partner in TPE, medical & food compounds

[www.wittenburgbv.nl](http://www.wittenburgbv.nl)



[www.polyram.co.il](http://www.polyram.co.il)

Rua Visconde das Devesas nº 886 - Sala 13

4400-338 VILA NOVA DE GAIA

Telefone/Fax : 22 375 92 97

email : [info@plasticmais.com](mailto:info@plasticmais.com)

[www.plasticmais.com](http://www.plasticmais.com)

# Camisolas Oficiais



Camisola Amarela  
**SOLINTELLYSYS**  
Classificação Geral Individual



Camisola Verde  
**ÓRBITA**  
Classificação Geral por Pontos



Camisola Azul  
**NAVARRA**  
Classificação Geral Montanha



Camisola Rosa  
**PORTUGAL BIKE VALUE**  
Classificação Geral Metas Volantes



Camisola Encarnada  
**SRAM**  
Melhor Corredor Equipa Clube



Camisola Xadrez  
**OK EMBALAGENS**  
Classificação Geral Meta Autarquias



Camisola Branca  
**UNIVERSIDADE AVEIRO**  
Classificação Geral Juventude



Camisola Bolinhas  
**MIRANDA E IRMÃO**  
Classificação Geral Meta Bolinhas



# TRÊS OLIVEIRAS, LDA

## Damos vida aos seus projectos

A nossa actividade está centrada em interesses humanos essenciais. Interesses em que tanto contam os objectivos de valorização de negócio, quanto os sonhos com a casa que se quer viver. Trabalhamos com rigor, em todos os sentidos, para sermos fiéis ao projecto único de cada Cliente.



**CADA CLIENTE  
UM PROJECTO**

Zona Industrial de Barrô

Águeda

Telef e Fax – 234 602 123

TLM – 917814357-917 269 359-919 435 177



ÓRBITA ... É COMO ANDAR DE BICICLETA!

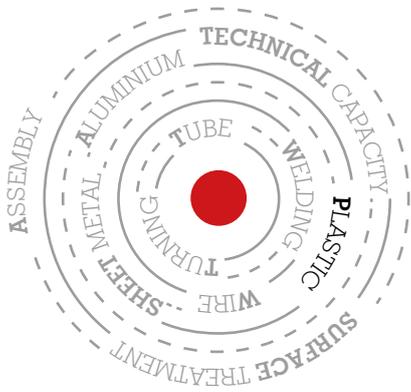


ÓRBITA

EST. 1971



BICICLETAS PORTUGUESAS



WHAT WE DO | CE QUE NOUS FAISONS | ÜBER UNS

# PLASTIC

Plastique | Plastik

## PLASTIC CAPACITY

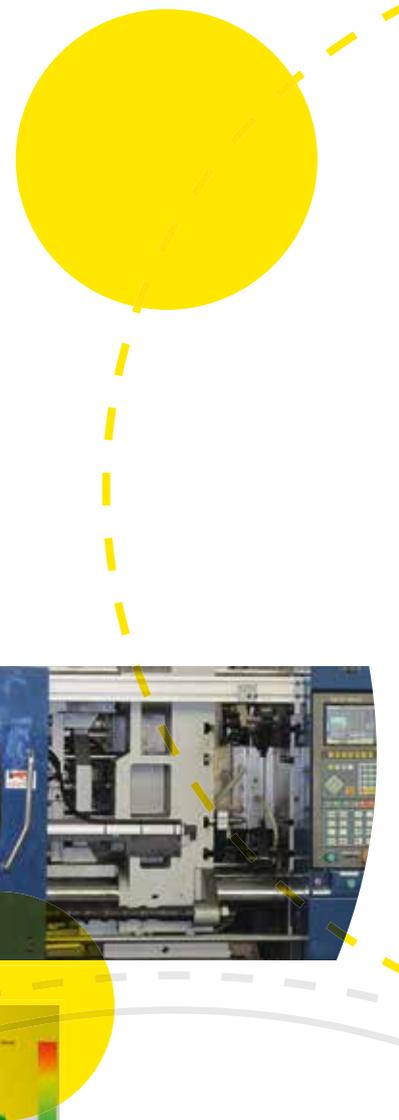
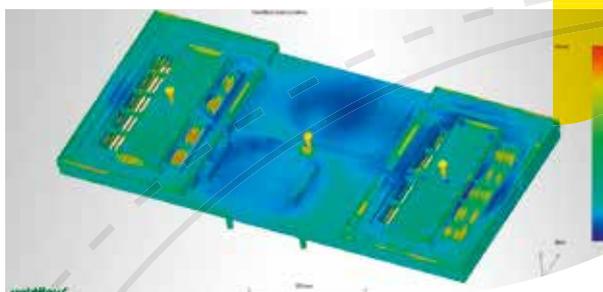
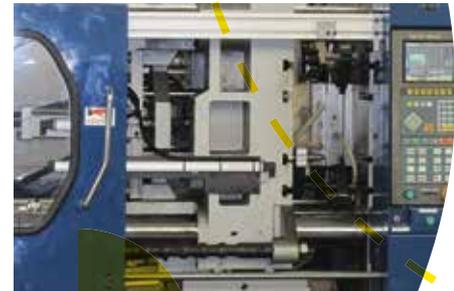
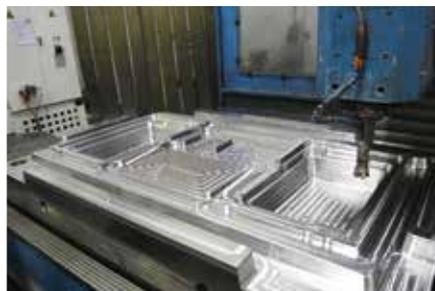
- Plastic Injection;
- Painting of plastics and surface treatment;
- Molds;
- Prototyping;
- Thermoforming;
- Rotational molding;
- Gas injection;
- In-mold labeling;
- Assembly.

## PLASTIK-SPRITZGUSS

- Kunststoff-Spritzguss;
- Plasticklackierung und -oberflächenbehandlung;
- Spritzgussformen;
- Prototypherstellung;
- Thermoformen;
- Rotations-Spritzgiessen;
- Gas Injektion;
- In-Mould-Labeling;
- Montage.

## CAPACITÉ EN MATIÈRE PLASTIQUE

- Injection plastique;
- Peinture de plastiques et de traitement de surface
- Moules;
- Prototypage;
- Thermoformage;
- Moulage par rotation;
- L'injection en gaz;
- Étiquetage dans le moule;
- Assemblage.





Itécons - Instituto de Investigação e Desenvolvimento Tecnológico em Ciências da Construção  
Arquitetura: Arq. Camilo Cortesão | Fotografia: João Morgado | Sistemas aplicados: n15 000, n13 000 e n14 100



a marca do alumínio

[www.navarraaluminio.com](http://www.navarraaluminio.com)

bibliotecas BIM dos sistemas  
de alumínio para arquitetura,  
já disponíveis para download.

[www.navarrabim.com](http://www.navarrabim.com)

COM MAIS DE 35 ANOS DE EXPERIÊNCIA NO SETOR DO ALUMÍNIO

O Grupo Navarra nasceu em 1977 na cidade de Braga, no Norte de Portugal. Inserido na área industrial, desenvolve sistemas de alumínio para arquitetura e perfis de alumínio para os mais diversos setores da indústria. Investigação e aperfeiçoamento técnico, qualidade nos processos de fabrico, desenvolvimento de uma relação de confiança e acompanhamento do cliente, são estes os mais importantes pilares que sustentam a atividade do Grupo.



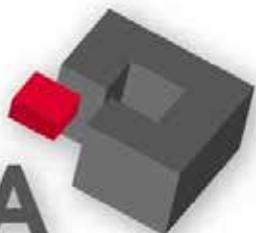
[www.artinox.pt](http://www.artinox.pt)

[f /artinoxsa](https://www.facebook.com/artinoxsa)

[comercial@artinox.pt](mailto:comercial@artinox.pt)

**IBÉRICA**

INDÚSTRIA DE COMPONENTES METÁLICOS, S.A



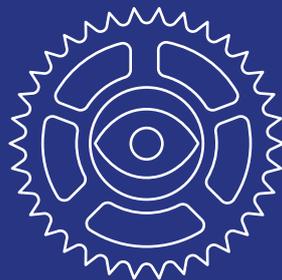
- Forjamento de Alumínio
- Mecanização de Precisão
- Tornearia Técnica ou em Série
- Estampagem e Soldadura

- Pintura - Pó e Líquida
- Anodização - Técnica e Decorativa
- Zincagem - Branco e Negro





**PORTUGAL  
BIKE VALUE**



INVESTMENT FUNDING  
CAPTAÇÃO DE INVESTIMENTO



INTERNATIONALIZATION  
INTERNACIONALIZAÇÃO



PROMOTING ENTREPRENEURSHIP  
PROMOÇÃO DO EMPREENDEDORISMO



BICYCLE TOURISM  
TURISMO EM BICICLETA



BIKE FRIENDLY TERRITORIES  
TERRITÓRIOS CICLÁVEIS



GREEN ECONOMY  
ECONOMIA VERDE

PORTA-BEBÉS



GUPPY JUNIOR  
PARA CRIANÇAS ATÉ 35KG



GUPPY MAXI  
PARA CRIANÇAS ATÉ 22KG



GUPPY MINI  
PARA CRIANÇAS ATÉ 15KG

CAPACETES



CRIANÇA



ADULTO

GUARDA-LAMAS



BIDÕES



CRIANÇA



ADULTO



ACESSÓRIOS  
PARA BICICLETA  
WWW.POLISPORT.COM

# B & M

BORRALHO & MATOS, LDA.

A BORRALHO & MATOS, empresa da região de Aveiro do setor da metalomecânica, iniciou a sua atividade em 1998, prestando serviços a diversos níveis:

- Fabrico de ferramentas à medida;
- Conceção e desenvolvimento de soluções de mecânica industrial;
- Projeto e desenho mecânico (CAD);
- Maquinação de peças (CNC/CAM);



Know-how, flexibilidade, ética e competência completam os valores e princípios que norteiam a política da empresa.



# EU ESCOLHO A UA.

## MESTRADOS E CURSOS DE ESPECIALIZAÇÃO

### Candidaturas 2016/2017

2ª fase – 18 julho a 12 agosto

3ª fase – 26 a 30 setembro

Consulte também em  
[www.ua.pt/ensino](http://www.ua.pt/ensino)

- Cursos Técnicos Superiores Profissionais
- Licenciaturas & Mestrados Integrados
- Programas Doutorais e Cursos de Formação Avançada

## ESCOLHO A UNIVERSIDADE

...

COM O CURSO CERTO PARA MIM  
QUE ESTÁ COMIGO DESDE O PRIMEIRO DIA  
ONDE VOU VIVER CADA INSTANTE  
ONDE ME SINTO EM CASA  
QUE ME DÁ VALOR  
QUE ME LIGA AO MUNDO  
DE QUE ME POSSO ORGULHAR



WE GIVE LIFE TO BRANDS



LET'S TALK ABOUT COMMUNICATION

THE BEST ROUTES ARE THE ONES YOU HAVEN'T RIDDEN.  
COME WITH US AND ENJOY THE CREATIVE RIDE.



M&A·CREATIVE  
COMMUNICATION AGENCY

GM&A  
GROUP  
ASSOCIATES



**SRAM**

# *Policolor*



Rua de Alcorredores, 86  
PONTE DE VILELA, 3020-925 COIMBRA

Tel. +351 239 918 016  
Tel./Fax: +351 239 914 235  
Telm. +351 919 254 916

comercial@policolor.pt  
www.policolor.pt





**Miranda**  
The European Bike Fundamentals.

[www.mirandabikeparts.com](http://www.mirandabikeparts.com)

**TIMELOUSE  
PRO**





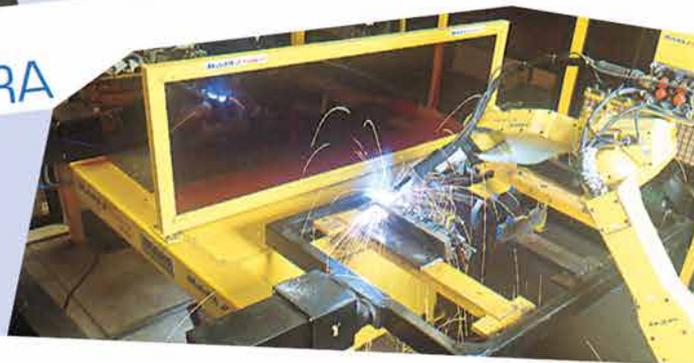
CONCEÇÃO DE FERRAMENTAS

ESTAMPAGEM



CONFORMAÇÃO DE TUBO E ARAME

SOLDADURA



TRATAMENTO DE SUPERFÍCIES



**EMBALAGENS**

[www.okembalagens.com](http://www.okembalagens.com)

- *Fitas adesivas para Indústria e construção*
- *Embalagem*
- *Protecção e acondicionamento de mercadorias*

O seu distribuidor oficial tesa





# AJ maiaias



## **Serviços de Pintura, Montagem e Logística de Bicicletas**

### **Morada Fábrica**

EN1 - Alagôas - Malaposta  
3780 - 294 ANADIA

### **Morada Postal**

Apt. 27, 3781 - 908 SANGALHOS  
PORTUGAL  
NIF: 500 002 630

T 231 512 177

F 231 503 153

GPS 40.441594, -8.435973



**FEEL  
THE  
THRILL**

[WWW.CYCLES-ELEVEN.COM](http://WWW.CYCLES-ELEVEN.COM)



**ELEVEN  
ASPHALT  
AERO**



**ELEVEN  
SKILL  
CARBON**



**ELEVEN  
ASPHALT  
CARBON**

# Regulamento

## ARTIGO 1.

### ORGANIZAÇÃO

O 37º Grande Prémio Abimota é organizado pela ABIMOTA – Apartado 299 – 3754-909 Ageda, de acordo com os Regulamentos da UVP-FPC. Disputa-se de 10 a 12 de Junho de 2016.

## ARTIGO 2.

### TIPO DE PROVA

A prova é reservada a atletas das categorias Elite e Sub-23 e está inscrita no calendário nacional na classe 2.12.

## ARTIGO 3.

### PARTICIPAÇÃO

A participação na prova é feita por convite da Organização a Equipas Continentais UCI, Equipas de Clube e Equipas Mistas, podendo inscrever um máximo de 8 e um mínimo de 5 corredores.

## ARTIGO 4.

### SECRETARIADO

O secretariado de partida realiza-se no dia 10 de Junho das 08h00 às 12h00 na Biblioteca Municipal Maria Natércia Ruivo, em Almeida. A confirmação de participantes e a recolha de dorsais pelos responsáveis das equipas decorre no dia 10 de Junho, das 08h00 às 10h30 no secretariado. A reunião dos Diretores Desportivos, organizada de acordo com o artigo 1.2.087 do regulamento, na presença do Colégio de Comissários, realiza-se às 10h30 no local do secretariado.

## ARTIGO 5.

### ASSISTÊNCIA TÉCNICA NEUTRA

O Serviço de assistência técnica neutra é assegurado pela SHIMANO. O serviço é assegurado por 2 carros de apoio neutro.

## ARTIGO 6.

### CAMISOLAS LÍDER

A envergadura de camisolas oficiais e particulares será pela ordem seguinte:  
Camisola Oficiais – Branca, Encarnada, Rosa, Azul, Verde e Amarela  
Camisolas Particulares – Bolinhas e Xadrez

## ARTIGO 7.

### CLASSIFICAÇÕES – BONIFICAÇÕES

São estabelecidas as seguintes classificações:

- 1) Geral Individual por Tempos – Camisola Amarela;
- 2) Geral por Pontos – Camisola Verde;
- 3) Geral da Montanha – Camisola Azul;
- 4) Geral Metas Volantes – Camisola Rosa;
- 5) Geral Equipa Clube – Camisola Encarnada;
- 6) Geral Juventude – Camisola Branca;
- 7) Geral Meta Bolinhas – Camisola Bolinhas;
- 8) Geral Meta Autarquias – Camisola Xadrez;
- 9) Classificação por Equipas na Etapa;
- 10) Classificação Geral por Equipas

### 1) CLASSIFICAÇÃO GERAL INDIVIDUAL POR TEMPOS

Obtém-se através da soma dos tempos conseguidos em todas as etapas por cada corredor, tendo em conta as bonificações e penalizações, sendo o melhor classificado o que menor tempo totalizar. Em caso de empate entre dois corredores ou mais, resolve-se tendo em conta os centésimos de segundo nas etapas contra-relógio individual e/ou prólogo, caso existam, sendo melhor classificado o que menos centésimos tenha totalizado. Se persistir o empate, o desempate é feito tendo em conta a soma dos pontos (lugares) obtidos em cada etapa, sendo melhor classificado o que tenha totalizado o menor número de pontos. Os pontos são atribuídos de acordo com os lugares conseguidos: um ponto ao primeiro, dois ao segundo, três ao terceiro, e assim sucessivamente. Se o empate ainda subsistir, beneficiará o corredor melhor classificado da última etapa. O líder da classificação é portador da CAMISOLA AMARELA – SOLINTELLYSYS.

### 2) CLASSIFICAÇÃO GERAL POR PONTOS

Obtém-se somando os pontos atribuídos aos 15 primeiros na chegada de cada Etapa, sendo melhor classificado o que totalizar maior número de pontos. Pontos na Etapa:

Pontos	1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º	11º	12º	13º	14º	15º
	25	20	16	14	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Em caso de empate na classificação geral por pontos, utilizam-se os seguintes critérios de desempate, conforme o artigo 2.6.017 do R.G.T.C da UVP/FPC: 1. Número de vitórias nas etapas; 2. Número de vitórias nos sprints intermédios que contam para a Classificação Geral de Pontos; 3. Classificação Geral Individual por Tempos. Para beneficiar dos prémios da Classificação Geral Final, o corredor deverá ter percorrido a totalidade do percurso da prova dentro do tempo regulamentar. O líder da classificação é portador da CAMISOLA VERDE – ÓRBITA.

### 3) CLASSIFICAÇÃO GERAL MONTANHA

Obtém-se pela soma dos pontos conquistados por cada corredor nas Metas do Prémio de Montanha, sendo melhor classificado o que mais pontos consiga. É atribuída a seguinte pontuação:

Pontos		1º	2º	3º	4º	5º	6º	7º	8º	9º	10º
	1.ª Categoria	25	20	16	14	12	10	9	8	7	6
	2.ª Categoria	10	8	6	4	2	1				
	3.ª Categoria	6	4	2	1						

Em caso de empate na classificação geral da montanha, utilizam-se os seguintes critérios de desempate: 1. Número de primeiros lugares nos PM da categoria mais elevada; 2. Número de primeiros lugares nos PM da categoria seguinte e assim sucessivamente; 3. Classificação Geral Individual por Tempos. O líder da classificação é portador da CAMISOLA AZUL – NAVARRA.

### 4) CLASSIFICAÇÃO GERAL METAS VOLANTE

Obtém-se através da soma dos pontos conquistados por cada corredor nas Metas Volantes, sendo o melhor classificado o que maior número de pontos tenha conseguido. Pontos nas Metas Volantes:

Pontos	1º	2º	3º
	5	3	1

Em caso de empate na classificação geral das metas volantes, utilizam-se os seguintes critérios de desempate: 1. Número de primeiros lugares nas metas volantes; 2. Número de segundos lugares e assim sucessivamente; 3. Classificação Geral Individual por Tempos. O líder da classificação é portador da CAMISOLA ROSA – Portugal Bike Value.

### 5) CLASSIFICAÇÃO GERAL EQUIPA CLUBE

Corredor melhor classificado na Geral Individual pertencente a uma Equipa de Clube. O líder da classificação é portador da CAMISOLA ENCARNADA – SRAM.

### 6) CLASSIFICAÇÃO GERAL JUVENTUDE

Corredor mais jovem melhor classificado na Geral Individual, que tenha nascido a partir de 31-12-1993. O líder da classificação é portador da CAMISOLA BRANCA – UNIVERSIDADE DE AVEIRO.

### 7) CLASSIFICAÇÃO GERAL AUTARQUIAS

Obtém-se através da soma dos pontos conquistados por cada corredor nas Metas Autarquias, assinaladas neste Livro, sendo o melhor classificado o que maior número de pontos tenha conseguido. Pontos nas Metas Autarquias:

Pontos	1º	2º	3º
	5	3	1

Em caso de empate, beneficiará o corredor que melhores lugares tenha obtido nesta classificação. No caso do empate se manter, tem-se em conta o corredor melhor classificado na última Meta Autarquia pontuada, anterior. O líder da classificação é portador da CAMISOLA XADREZ – OK EMBALAGENS.

### 8) CLASSIFICAÇÃO GERAL BOLINHAS

Vencedor da Meta Bolinhas. O líder da classificação é portador da CAMISOLA BOLINHAS – MIRANDA & IRMÃO.

### 9) CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPAS NA ETAPA

De acordo com o artigo 2.6.016 do R.G.T.C da UVP/FPC, a Classificação por Equipas na Etapa obtém-se pela soma dos três melhores tempos individuais de cada equipa. Em caso de empate, as equipas são desempatadas pela soma dos lugares obtidos pelos seus três primeiros corredores da etapa. Em caso de novo empate, as equipas são desempatadas pelo lugar do seu melhor corredor na classificação da etapa.

### 10) CLASSIFICAÇÃO GERAL POR EQUIPAS

Obtém-se pela soma dos três melhores tempos individuais de cada equipa em todas as etapas disputadas. Em caso de empate, utilizam-se os seguintes critérios de desempate: 1. Número de primeiros lugares na classificação por equipas nas etapas; 2. Número de segundos lugares na classificação por equipas nas etapas, etc. Se persistir o empate, as equipas são desempatadas pelo lugar do seu melhor corredor na classificação geral individual. Uma equipa que fique reduzida a menos de três corredores é eliminada na classificação geral por equipas.

### 11) BONIFICAÇÕES

De acordo com o artigo 2.6.019, são atribuídas bonificações em tempo (com incidência exclusiva na classificação geral individual) em todas as etapas em linha. As bonificações são atribuídas nas Metas Volantes e na Chegada, da seguinte forma:

Bonific.	Metas Volantes	1º	2º	3º
	Chegada	3"	2"	1"
		10"	6"	4"

## ARTIGO 8.

### PATROCINADORES CAMISOLAS

As Camisolas Oficiais e Particulares representam os seguintes Patrocinadores:

#### CAMISOLAS OFICIAIS



#### CAMISOLAS PARTICULARES



## ARTIGO 9.

### RÁDIO VOLTA

Frequência utilizada para Rádio Volta: 78.200 MHz

## ARTIGO 10.

### PERCENTAGEM DE FECHO DE CONTROLO

De acordo com as características das etapas, as percentagens de fecho de controlo são fixadas da seguinte forma:

1.ª etapa	2.ª etapa	3.ª etapa
12%	12%	12%

Por acordo entre o Comissário Presidente e os restantes comissários poderão as percentagens ser alteradas e determinada a repescagem de corredores atrasados, tendo em atenção a opinião do organizador.

## ARTIGO 11.

### VENCEDOR ETAPA

Será envergada, pelo vencedor de cada etapa, uma Faixa de Vencedor da Etapa, patrocinada pela SHIMANO.

## ARTIGO 12.

### CORREDORES ATRASADOS

Quando atingidos 50% da quilometragem de uma etapa e distâncias posteriores, aplicada a percentagem determinada para essa etapa, no caso de existir corredor ou corredores com atraso igual ou superior ao permitido, serão os mesmos considerados eliminados, pelo que deverão proceder à entrega dos dorsais ao Comissário do Carro Vassoura, ao abrigo do artigo 1.2.129, alínea 3 do R.G.T.C da UVP/FPC.

## ARTIGO 13.

### ANTIDOPAGEM

O regulamento antidopagem da UVP-FPC aplica-se integralmente nesta prova. O controlo antidopagem realiza-se nos seguintes locais: Caravana junto da linha de chegada em todas as etapas.

## ARTIGO 14.

### CERIMÓNIA PROTOCOLAR

Na final de cada etapa é obrigatória a presença no Pódio do vencedor da etapa e dos corredores com direito às Camisolas Oficiais e Particulares mencionadas no artigo 7. No final do Grande Prémio é obrigatória a presença no Pódio dos vencedores das diversas classificações gerais, particulares e a equipa vencedora da respectiva classificação.

## ARTIGO 15.

### CORREDOR GUIA

Quando um corredor for guia de mais do que uma classificação geral individual com direito a envergadura a camisola oficial ou símbolo troféu, receberá 50% da diária, sendo a camisola ou troféu símbolo envergada pelo corredor imediato nessa classificação, salvo se o mesmo for portador de uma camisola de guia, recebendo este os restantes 50% de diária.

## ARTIGO 16.

### PRÉMIOS DA COMBATIVIDADE E AZAR

É da competência da organização a sua atribuição.

## ARTIGO 17.

### PAGAMENTO A EQUIPAS

#### A) DIÁRIAS

Equipas continentais:  
Subsídio Diário: 400 € (equipas de 8 corredores). Por cada corredor a menos na partida ou que abandone a prova, a diária da equipa diminui 50 €.

#### Equipas de Clube:

Subsídio Diário: 350 € (equipas de 8 corredores). Por cada corredor a menos na partida ou que abandone a prova, a diária diminui 42,5 €.

#### A) DESLOCAÇÕES

Pagamento de Kms a duas viaturas da Sede do Clube ao Local da Prova e Regresso à Sede. Pagamento dos Kms da prova a uma viatura. O valor do Km é 0,22 €.

O pagamento será efetuado no final da prova mediante apresentação de recibo fiscalmente válido

## ARTIGO 18.

### PRÉMIOS E TROFÉUS FINAIS

#### 1) PRÉMIOS E TROFÉUS FINAIS

#### Prémios Etapas e Geral Final Individual

	1.ª Etapa	2.ª Etapa	3.ª Etapa	Prémio Final
1º	115,00 €	115,00 €	115,00 €	172,50 € + TROFÉU
2º	70,00 €	70,00 €	70,00 €	105,00 €
3º	55,00 €	55,00 €	55,00 €	82,50 €
4º	42,50 €	42,50 €	42,50 €	63,75 €
5º	30,00 €	30,00 €	30,00 €	45,00 €
6º	25,00 €	25,00 €	25,00 €	37,50 €
7º	20,00 €	20,00 €	20,00 €	30,00 €
8º	17,50 €	17,50 €	17,50 €	26,25 €
9º	12,50 €	12,50 €	12,50 €	18,75 €
10º	12,50 €	12,50 €	12,50 €	18,75 €

#### Classificação Geral Final Equipas

Prémio Final
1.ª Troféu ABIMOTA

#### Classificação Geral Final Camisolas Oficiais e Particulares

1º							
	150 €	150 €	150 €	150 €	150 €	50 €	50 €

	Metas em disputa			
	Azul	Rosa	Xadrez	Bolinhas
1º	30,00 €	30,00 €	30,00 €	30,00 €
2º	20,00 €	20,00 €	20,00 €	-
3º	10,00 €	10,00 €	10,00 €	-

#### 2) PRÉMIOS DIÁRIOS

Diárias	
Diárias das Camisolas Oficiais e Particulares	25,00 €
Prémio de Combatividade	25,00 €
Prémio do Azar	25,00 €

## ARTIGO 19. PENALIDADES

A Tabela de Penalidades a aplicar é a constante do Regulamento Técnico da UVP/FPC.

## ARTIGO 20. ECOLOGIA

No seguimento da campanha ecológica mantida pela UCI e de maneira a nada lançar na natureza, apelamos ao dever cívico dos participantes para que não joguem lixo ao longo da estrada, mas apenas na zona de abastecimento, onde o Staff da organização fará a recolha após a prova.

## ARTIGO 21. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos neste Regulamento Técnico Especial serão resolvidos tendo por base o R.G.T.C. e em última análise pelo Colégio de Comissários e o Organizador.

**Áreas de acção:**

- Ventilação ( ambientes corrosivos);
- Galvanoplastia ( Linhas galvânicas);
- Indústria Química/Alimentar;
- Tratamento de água ( Equipamentos WECARE);
- Maquinação CNC ( usinagem/laser);
- Decoração, Publicidade ( Painéis publicitários / realizações em acrílicos);
- Obras de Engenharia ( Caixas de saneamento, estações elevatórias, etares etc.).



**Colector- condução de fluidos**



**Sistema de lavagem de crómio**



**Depósitos de armazenamento de químicos**



**Estrutura de desidratação de lamas**



**Estação elevatória**



**Exaustão com lavagem de gases**



**Filtro de carvão**



**Hotes de Exaustão**



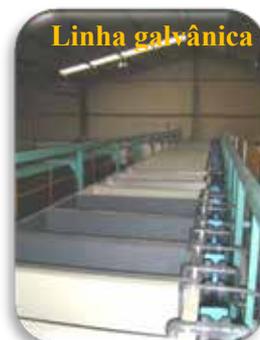
**Torre de lavagem de gases**



**Decantador Lamelar**



**Tina em Polipropileno**



**Linha galvânica**



**Lavador de gases**

Z.I.-Lote 61, Apartado 230, 3064-909 Cantanhede

Visite-nos em: [www.ventiplast.com](http://www.ventiplast.com)

Contacte-nos:

Tel.213 423 973 / Fax 231 423 974

geral@ventiplast.com

# A Associação

A ABIMOTA - Associação Nacional das Indústrias das Duas Rodas, Ferragens, Mobiliário e Afins tem como MISSÃO a defesa e promoção dos legítimos interesses dos seus Associados, com vista ao desenvolvimento da atividade que exercem e ao progresso económico e social do País.

## VISÃO

Sermos um ponto de referência, a nível nacional, no apoio aos Associados e Clientes, através do fornecimento de serviços com elevado valor acrescentado.

# LEA Laboratório de Ensaios da Abimota

O LEA possui uma capacidade laboratorial diversificada, com a qual tem o objetivo de ser um polo de desenvolvimento e modernização das empresas industriais que a ele recorrem. Essa capacidade laboratorial é constituída por cinco laboratórios. Todos os laboratórios são acreditados pelo IPAC, desde 1995, e integram o Sistema Português da Qualidade.

## NOTA

O IPAC é signatário dos Acordos de Reconhecimento Mútuo da EA e do ILAC

## SERVIÇOS TÉCNICOS

A ABIMOTA presta aos seus Clientes um vasto leque de Serviços Técnicos tendo como objetivo apoiar as empresas em várias áreas.

As áreas abrangidas pelos Serviços Técnicos são:

Área da Qualidade;

Área do Ambiente;

Área de Serviços de Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho;

Elaboração de Projetos de Investimento.



## Metrologia

O Laboratório de Metrologia da ABIMOTA (LEA-LD), tem como principal objectivo realizar ensaios de controlo dimensional e calibrações de equipamentos nas áreas dimensional, momento e massa.

### PRINCIPAIS ENSAIOS

**Dimensional** Apalpa folgas; Blocos padrão; Cilindros padrão; Calibres lisos (tampão; anel; maxilas); Calibres roscados (tampão e anel); Comparadores (analógicos e digitais); Circómetros (Fitas de diâmetro exterior); Esquadros; Fitas métricas; Graminhos (analógicos e digitais); Micrómetros (exteriores; interiores e profundidades); Padrões (padrões de espessura, padrões de topo...); Paquímetros (analógicos de nónio, de relógio, digitais...); Placas padrão; Projector de perfis; Régua (escala, bisel...); Sutas;

**Momento** Chaves dinamométricas

**Massa** Instrumentos de pesagem (balanças)

## Ensaio de Materiais

O Laboratório de Ensaio de Materiais da ABIMOTA (LEA-LE), dedica-se à realização de ensaios para determinação das características mecânicas dos materiais, nomeadamente, na recepção e selecção de matéria-prima e realização de ensaios de determinação da composição química de ligas metálicas.

### PRINCIPAIS ENSAIOS

Tracção / compressão / flexão / cíclico; Dureza: Rockwell / Brinell / Vickers; Avaliação de esforços: tracção / compressão / torção; Determinação de carga de rotura; Determinação da composição química em ligas de Ferro Alumínio e Zinco; Determinação da espessura da camada superficial endurecida; Análise macrográficas e micrográficas; Microdurezas.

## Ensaio de Superfícies

O Laboratório de Ensaio de Superfícies da ABIMOTA (LEA-LS), realiza ensaios de caracterização das superfícies e de revestimentos de materiais, nomeadamente o seu acabamento superficial.

### PRINCIPAIS ENSAIOS

**Dimensional** Resistência à corrosão em ambiente neutro, ambiente ácido e atmosfera de condensação; Medição de espessura de revestimentos metálicos e não metálicos; Aderência de camada

## Ensaio de Produtos

O Laboratório de Ensaio de Produtos da ABIMOTA (LEA-LV), está vocacionado para a realização de ensaios a produtos do sector das duas e das três rodas. Tem como objectivo a determinação das características de veículos motorizados, realização de ensaios de condições de segurança de bicicletas e seus componentes e realização de ensaios em diversos outros produtos. Na área das inspecções dedica-se à realização de inspecções a produtos, actuando como serviço técnico da entidade oficial responsável pelos serviços de homologação.

### PRINCIPAIS ENSAIOS

**Veículos Motorizados** Condições de segurança em componentes; Avaliação do comportamento funcional; Medição de ruído.

**Bicicletas e Componentes** Avaliação da conformidade dos componentes da bicicleta; Avaliação da conformidade do modelo de bicicleta.

**Conformidade** Capacetes de protecção; Equipamentos de jogo para parques infantis; Fechaduras e puxadores; Portões de garagem; Chapas de matrícula.

## Ensaio Químicos

O Laboratório de Ensaio Químicos da ABIMOTA (LEA-LQ), dedica-se à realização de ensaios de análise de águas, ruído e acústica. Realiza igualmente ensaios, na área de ambiente e de higiene e segurança no trabalho.

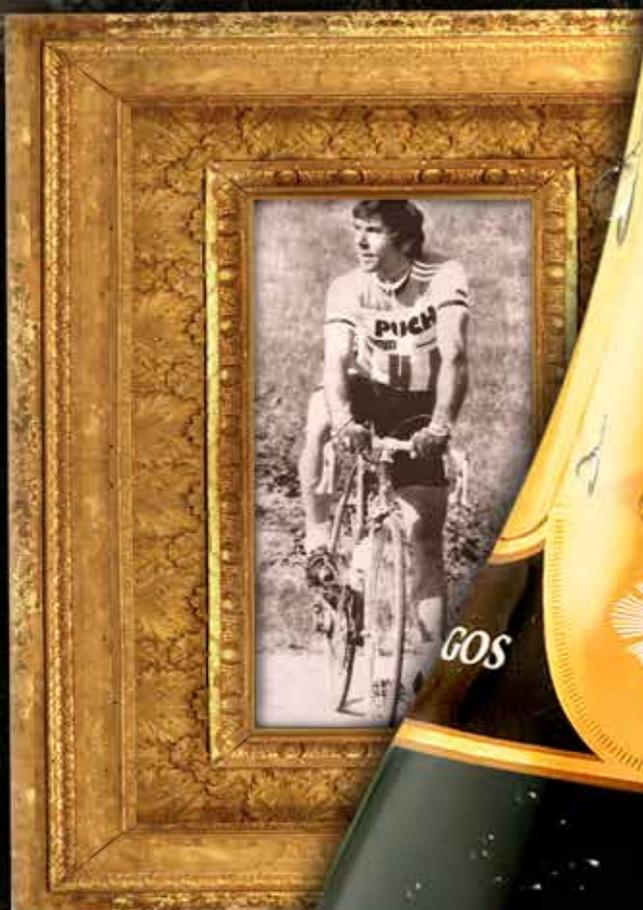
### PRINCIPAIS ENSAIOS

Avaliação de ruído ambiental e industrial; Análises físico-químicas em águas residuais; Medição de pH, condutividade e densidade de líquidos; Temperatura em sólidos, líquidos e gases; Avaliação de contaminantes nos locais de trabalho; Avaliação da iluminação nos locais de trabalho;

### SERVIÇOS

Área ambiental; Área de higiene e segurança.





HÁ 75 ANOS  
O ESPUMANTE DOS CAMPEÕES

[WWW.CAVESAODOMINGOS.COM](http://WWW.CAVESAODOMINGOS.COM)



# CONCELHO DE ALMEIDA



**ALMEIDA ESTRELA DO INTERIOR**



**VILAR FORMOSO - FRONTEIRA DA PAZ**



Câmara Municipal de Almeida  
Praça da Liberdade, nº 8  
6350-130 Almeida

Tel/Fax: 271570020/21  
[www.cm-almeida.pt](http://www.cm-almeida.pt)  
[camara@cm-almeida.pt](mailto:camara@cm-almeida.pt)

# Almeida

## A estrela do interior

O Concelho de Almeida, situado na zona de fronteira com Espanha no corredor Aveiro, Salamanca, estende-se por uma área de 524 km<sup>2</sup>, tendo como núcleos urbanos de maior destaque a histórica e monumental vila de Almeida e a vila comercial de Vilar Formoso.

Fazem parte do nosso território mais 35 povoados de características iminentemente rurais mas que merecem uma visita pela sua singularidade de casas em granito e paisagens deslumbrantes, tendo por pano de fundo a ribeira das cabras ou o mítico Vale do Côa.

Vamos acolher a 1ª Etapa do 37º Grande Prémio ABIMOTA no Concelho, tendo como cartão-de-visita Almeida, sede de Concelho, a “Estrela do Interior”, uma fortaleza abaluartada, candidata a Património da UNESCO, com muralhas muito bem conservadas, as Casamatas, o Museu Militar e o Centro de Estudos de Arquitectura Militar que surpreendem qualquer visitante.

O património, algum dele degradado, foi recuperado conferindo-lhe novas valências, com destaque para o antigo trem de artilharia agora convertido num belíssimo Picadeiro.

Vilar Formoso, vila comercial, principal fronteira terrestre do país situa-se na encruzilhada de importantes vias de comunicação, A23 e A25 com ligação à Europa e com excepcional localização para a instalação de Empresas essencialmente as vocacionadas para a exportação. O Município tem os seus regulamentos de apoio à actividade económica e empreendedorismo aprovados e com fortes incentivos ao início de actividade e à fixação de empresas.

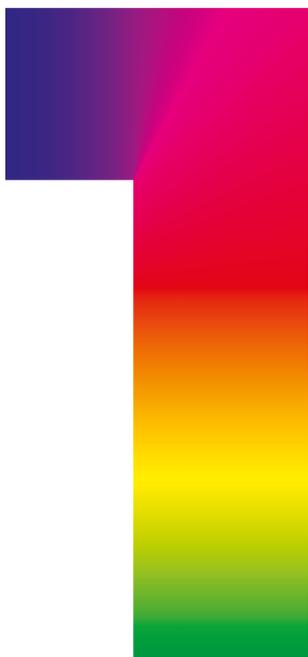
O Concelho de Almeida proporciona a quem cá vive e nos visita condições excepcionais para a prática desportiva e de lazer fruto de uma aposta em equipamentos de qualidade, de que destacamos as piscinas cobertas, relvados sintéticos, campos de ténis, um belíssimo Picadeiro e um moderno equipamento Termal, mas se é amante de actividades de ar livre tem ao seu dispor mais de 1.000 km de percursos BTT e pedestres devidamente homologados com referência para a GR 22, percursos das Aldeias Históricas, a GR do Vale do Côa e, fruto de uma forte cooperação transfronteiriça, a GR 80 que liga Almeida a Ciudad Rodrigo.

Toda esta oferta, aliada a uma rica gastronomia, são motivos para nos visitar e se deliciar com óptimos enchidos, pratos de caça, peixe do rio e o cabrito bem acompanhado por vinhos tintos e brancos da Beira Interior e uma típica ginjinha.

**António Baptista Ribeiro**

Presidente da Câmara Municipal de ALMEIDA





# Primeira ETAPA

10 JUNHO

Almeida - Sabugal  
154 Km

## Concentração

Praça 25 de Abril - Almeida

## Assinatura de Ponto

11h45

## Partida Simbólica

Praça 25 de Abril - Almeida

12h25

## Partida Real

M604 - Almeida

12h30

## Chegada

Av. 25 de Abril - Sabugal

16h15



**Meta Autarquias** 19,7km  
Aldeia Histórica de Almeida



**Meta Montanha 3ª Cat.** 45,1km  
Aldeia Histórica de Castelo Mendo



**Meta Volante** 103,5km  
Soito



**Meta Bolinhas** 127,2km  
Aldeia Histórica de Sortelha



**Meta Montanha 3ª Cat.** 147,2km  
Alagoas



**Meta Final** 154,3km  
Sabugal



## Legenda



PARTIDA  
SIMBÓLICA



CHEGADA



ÚLTIMOS  
3 KILÓMETROS



SECRETARIADO



PARTIDA  
REAL



PARQUE  
GERAL

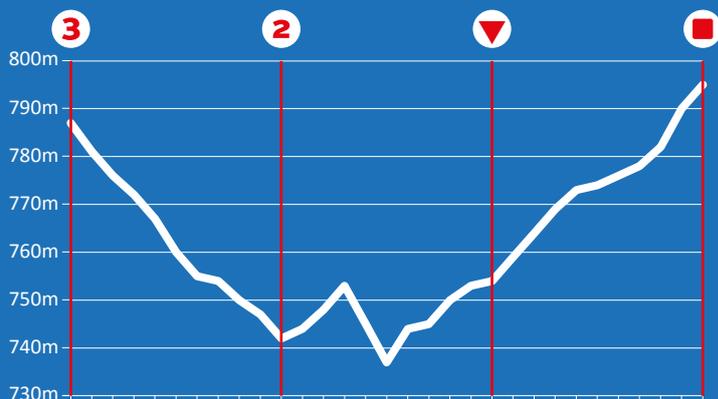


ÚLTIMOS  
2 KILÓMETROS



DESVIO  
CARROS APOIO

## Detalhe ÚLTIMOS 3 KM





# Primeira Etapa

## Em detalhe

	ESTRADA	OBSERV.	DISTÂNCIA PERCORRIDA	LOCALIDADES	PARCIAL	DISTÂNCIA A PERCORRER	ALT.	HORA A 38 KM/H	HORA A 41 KM/H
ALMEIDA				Concentração - Praça 25 de Abril - ALMEIDA GPS: 40°43'22.23"N / 6°54'16.84"W		1,5		12:25:00	12:25:00
				Portas de S. Francisco - Seguir em frente					
				Virar à esquerda para Outras Direção					
				Virar à direita para Câmara Municipal de Almeida					
				Câmara Municipal de Almeida					
				Biblioteca Municipal Maria Natércia Ruivo					
				Virar à direita e logo a seguir à esquerda					
				Picadeiro					
				Pousada					
				Virar à esquerda para Porta Nova (Saída da Fortaleza)					
			Rotunda em frente para Malpartida						
1			<b>PARTIDA REAL</b>	M604 (Junto à placa Bombeiros)	0,000	154,3	725	12:30:00	12:30:00
2			M604	Placa MALPARTIDA	3,950	150,4	695	12:36:14	12:35:47
3		BA	4,000	Rotunda à direita para Vale de Coelha / Vale da Mula	0,050	150,3	695	12:36:19	12:35:51
4		BA	8,700	Entroncamento à esquerda para Vale da Mula Placa VALE DE COELHA	4,700	145,6	729	12:43:44	12:42:44
5		BA	8,800	Seguir pela direita no cruzeiro Início empedrado	0,100	145,5	725	12:43:54	12:42:53
6		BA	9,000	Cruzamento à direita Fim de empedrado	0,200	145,3	718	12:44:13	12:43:10
7			11,600	Placa VALE DA MULA	2,600	142,7	751	12:48:19	12:46:59
8			11,900	Virar à direita para Almeida	0,300	142,4	754	12:48:47	12:47:25
9			18,000	Placa ALMEIDA	6,100	136,3	731	12:30:00	12:30:00
10			19,000	Cruzamento em frente para Almeida	1,000	135,3	737	13:00:00	12:57:48
11		BA	19,150	Virar à esquerda para Guarda / Pinhel	0,150	135,2	737	13:00:14	12:58:01
12			19,250	Seguir em frente para Guarda / Pinhel	0,100	135,1	736	13:00:24	12:58:10
13			<b>META AUTARQUIAS</b>	Meta Autarquias Aldeia Histórica de Almeida (Junto ao corte para Piscinas Municipais)	0,450	134,6	738	13:01:06	12:58:50
14			N332	Placa Bemvindo a VILAR FORMOSO	12,300	122,3	802	13:20:32	13:16:50
15		BA	32,300	Separadores pela direita	0,300	122,0	794	13:21:00	13:17:16
16			32,500	Pontão sobre A25	0,200	121,8	790	13:21:19	13:17:34
17		BA	32,600	Virar à direita para Castelo Mendo / Castelo Bom	0,100	121,7	789	13:21:28	13:17:42
18			36,600	Passagem sob A25	4,000	117,7	751	13:27:47	13:23:34
19			37,300	Placa CASTELO BOM	0,700	117,0	728	13:28:54	13:24:35
20		BA	40,300	Início de Subida Ponte estreita sobre o Rio Coa	3,000	114,0	599	13:33:38	13:28:59
21			41,100	Passagem sob A25	0,800	113,2	612	13:34:54	13:30:09
22		BA	44,800	À esquerda para Castelo Mendo	3,700	109,5	779	13:40:44	13:35:34
23			<b>META MONTANHA</b>	Meta Montanha 3ª categoria Aldeia Histórica Castelo Mendo (Junto à Placa de Bemvindo Aldeia Histórica)	0,300	109,2	781	13:41:13	13:36:00
24			45,500	Seguir sempre em frente, na estrada principal	0,400	108,8	738	13:41:51	13:36:35
25		BA	49,200	Entroncamento à direita para Ade	3,700	105,1	763	13:47:41	13:42:00
26			51,100	Placa ADE	1,900	103,2	790	13:50:41	13:44:47
27		BA	51,600	Cruzamento à direita para Vilar Maior	0,500	102,7	800	13:51:28	13:45:31
28		BA	53,100	Entroncamento à esquerda para Cerdeira / Sabugal	1,500	101,2	812	13:53:51	13:47:42
29			57,200	Placa PARADA	4,100	97,1	818	14:00:19	13:53:42
30			N324	Placa CERDEIRA DO COA	2,200	94,9	761	14:03:47	13:56:56
31		BA	60,300	Ponte estreita	0,900	94,0	728	14:05:13	13:58:15
32		BA	60,400	Passagem sob linha caminho de ferro	0,100	93,9	729	14:05:22	13:58:23
33		BA	61,400	Virar à esquerda para Miuzela / Porto de Ovelha	1,000	92,9	787	14:06:57	13:59:51
34			M532-2	Placa MIUZELA	2,000	90,9	816	14:10:06	14:02:47
35		BA	69,700	Ponte sobre o Rio Coa	6,300	84,6	654	14:20:03	14:12:00
36		BA	73,700	Entroncamento à direita	4,000	80,6	805	14:26:22	14:17:51

37			↑	79,500	Placa VILAR MAIOR	5,800	74,8	791	14:35:32	14:26:20
38		△	↑	80,000	Início empedrado	0,500	74,3	749	14:36:19	14:27:04
39	BA	△△	↑	80,200	Ponte muito estreita em pedra Seguir pela esquerda no final da ponte	0,200	74,1	743	14:36:38	14:27:22
40			↙	80,400	Na praça seguir pela esquerda e depois pela direita do pelourinho	0,200	73,9	754	14:36:57	14:27:40
41	BA		←	80,800	Virar à esquerda para Aldeia da Ribeira	0,400	73,5	770	14:37:35	14:28:15
42	<b>ABASTECIMENTO</b>		🍴	81,200	Início Abastecimento apeado 40°27'57.79"N / 6°56'9.20"W	0,400	73,1	775	14:38:13	14:28:50
43			↑	84,500	Placa ALDEIA DA RIBEIRA	3,300	69,8	792	14:43:25	14:33:40
44	BA		→	84,700	Virar à direita para Rebolosa	0,200	69,6	787	14:43:44	14:33:57
45			↑	87,600	Placa Freguesia de Rebolosa	2,900	66,7	820	14:48:19	14:38:12
46	BA		←	88,000	Virar à esquerda para Aldeia da Ponte	0,400	66,3	825	14:48:57	14:38:47
47			↑	91,500	Placa ALDEIA DA PONTE	3,500	62,8	816	14:54:28	14:43:54
48		△	↑	91,600	Início empedrado	0,100	62,7	814	14:54:38	14:44:03
49	N233-3 BA		→	91,800	Cruzamento à direita	0,200	62,5	809	14:54:57	14:44:20
50	N233-3 BA		🌀	92,500	Rotunda em frente	0,700	61,8	830	14:56:03	14:45:22
51	N233-3		↑	95,600	Placa ALFAIATES	3,100	58,7	844	15:00:57	14:49:54
52	N233-3 BA	△	↑	97,100	Ponte	1,500	57,2	785	15:03:19	14:52:06
53	BA		←	97,400	Virar à esquerda para Soito	0,300	56,9	784	15:03:47	14:52:32
54			↑	102,000	Placa FREGUESIA DE SOITO	4,600	52,3	884	15:11:03	14:59:16
55	BA		→	102,200	Virar à direita para Ozendo / Sabugal	0,200	52,1	887	15:11:22	14:59:34
56	BA		←	102,900	Virar à esquerda	0,700	51,4	871	15:12:28	15:00:35
57	BA		→	103,000	Virar à direita Lomba	0,100	51,3	873	15:12:38	15:00:44
58	<b>META VOLANTE</b>	👕		103,500	Meta Volante Soito (Em frente à Allianz)	0,500	50,8	888	15:13:25	15:01:28
59	BA		🌀	103,600	Rotunda em frente para Sabugal	0,100	50,7	890	15:13:35	15:01:37
60	N233-3 BA		←	111,400	Entroncamento à esquerda para Sabugal	7,800	42,9	828	15:25:54	15:13:01
61			↑	113,100	Placa SABUGAL	1,700	41,2	783	15:28:35	15:15:31
62	BA		←	113,400	Virar à esquerda para Centro de Saúde Rua Jeremias Amaral Dias	0,300	40,9	797	15:29:03	15:15:57
63	BA		🌀	114,200	Rotunda em frente Av. João Pereira	0,800	40,1	774	15:30:19	15:17:07
64		△	↑	114,800	Cruzamento em frente - Início de empedrado Av. Bombeiros Voluntários	0,600	39,5	752	15:31:16	15:18:00
65	BA		←	115,100	Entroncamento à esquerda Av. Ismael Mota	0,300	39,2	758	15:31:44	15:18:26
66	BA		←	115,500	Virar à esquerda para ponte sobre o Coa	0,400	38,8	744	15:32:22	15:19:01
67	N233 BA		←	115,600	Virar à esquerda para Castelo Branco	0,100	38,7	750	15:32:32	15:19:10
68	BA		→	115,800	Virar à direita para Aldeia de Sortelha	0,200	38,5	760	15:32:51	15:19:28
69	BA		🌀	119,200	Rotunda em frente	3,400	35,1	813	15:38:13	15:24:26
70			↑	126,100	Placa ALDEIA HISTÓRICA DE SORTELHA	6,900	28,2	772	15:49:06	15:34:32
71	BA	△	↗	127,100	Curva apertada à direita para Guarda	1,000	27,2	727	15:50:41	15:36:00
72	<b>META BOLINHAS</b>	👕		127,200	Meta Bolinhas ALDEIA HISTÓRICA SORTELHA (em frente ao café Celta)	0,100	27,1	733	15:50:51	15:36:09
73	BA		←	133,500	Entroncamento à esquerda para Sabugal	6,300	20,8	493	16:00:47	15:45:22
74			↑	135,800	Placa CASTELEIRO	2,300	18,5	543	16:04:25	15:48:44
75	BA	△	↗	137,500	Início de Subida Ponte estreita	1,700	16,8	524	16:07:06	15:51:13
76			↑	140,400	Placa TEREIRO DAS BRUXAS	2,900	13,9	633	16:11:41	15:55:28
77	N233 BA		←	140,500	Entroncamento à esquerda para Sabugal	0,100	13,8	635	16:11:51	15:55:37
78	N233		↑	142,000	Placa SANTO ESTEVÃO	1,500	12,3	679	16:14:13	15:57:48
79	<b>META MONTANHA</b>	👕		147,200	Meta Montanha 3ª categoria (Placa para E.T.A. Sabugal)	5,200	7,1	887	16:22:25	16:05:25
80	N233		↑	149,300	5 Kms (Junto ao cruzamento à esquerda para Ameais)	2,100	5,0	845	16:25:44	16:08:29
81	N233		↑	150,300	4 Kms (Junto ao muro com portão verde)	1,000	4,0	822	16:27:19	16:09:57
82	N233		↑	150,900	Placa SABUGAL	0,600	3,4	799	16:28:16	16:10:50
83	N233		↑	151,300	3 Kms (Em frente à casa com gradeamento branco)	0,400	3,0	787	16:28:54	16:11:25
84	N233		↑	152,300	2 Kms (Em frente à Alexauto - Comércio de Automóveis)	1,000	2,0	742	16:30:28	16:12:53
85	N233-3 BA		↘	152,600	Rotunda à direita	0,300	1,7	750	16:30:57	16:13:19
86	N233-3		↑	152,800	Ponte sobre o Rio Coa	0,200	1,5	735	16:31:16	16:13:37
87	N233-3 BA		↘	152,900	Rotunda 3ª saída para Espanha	0,100	1,4	742	16:31:25	16:13:45
88	BA		←	153,200	Virar à esquerda para Zona Desportiva / Zona Escolar	0,300	1,1	752	16:31:54	16:14:12
89			↑	153,300	1 Km	0,100	1,0	754	16:32:03	16:14:20
90	<b>META FINAL</b>	👕		154,300	Meta Final Av. 25 de Abril (50 mts antes do Intermarché)	1,000	0,0	795	16:33:38	16:15:48



**EEE - Empresa de Equipamento Eléctrico, SA**

Rua Alto do Vale do Grou, 231  
3750-064 Aguada de Cima, Portugal  
GPS: 40°32'37.90"N 8°26'11.30"W

Tel: + 351 234 612 090  
Fax: + 351 234 607 250  
Email: geral@eee.pt

Dublin University - Sutherland Law School




ARTIGOS INDUSTRIAIS



SACOS | FILMES |  
MATAS | RÓTULOS



ARTIGOS DE BILHAR



CAPACETES



ARTIGOS DE ÓCULO



CRISTAS



DIVERSOS



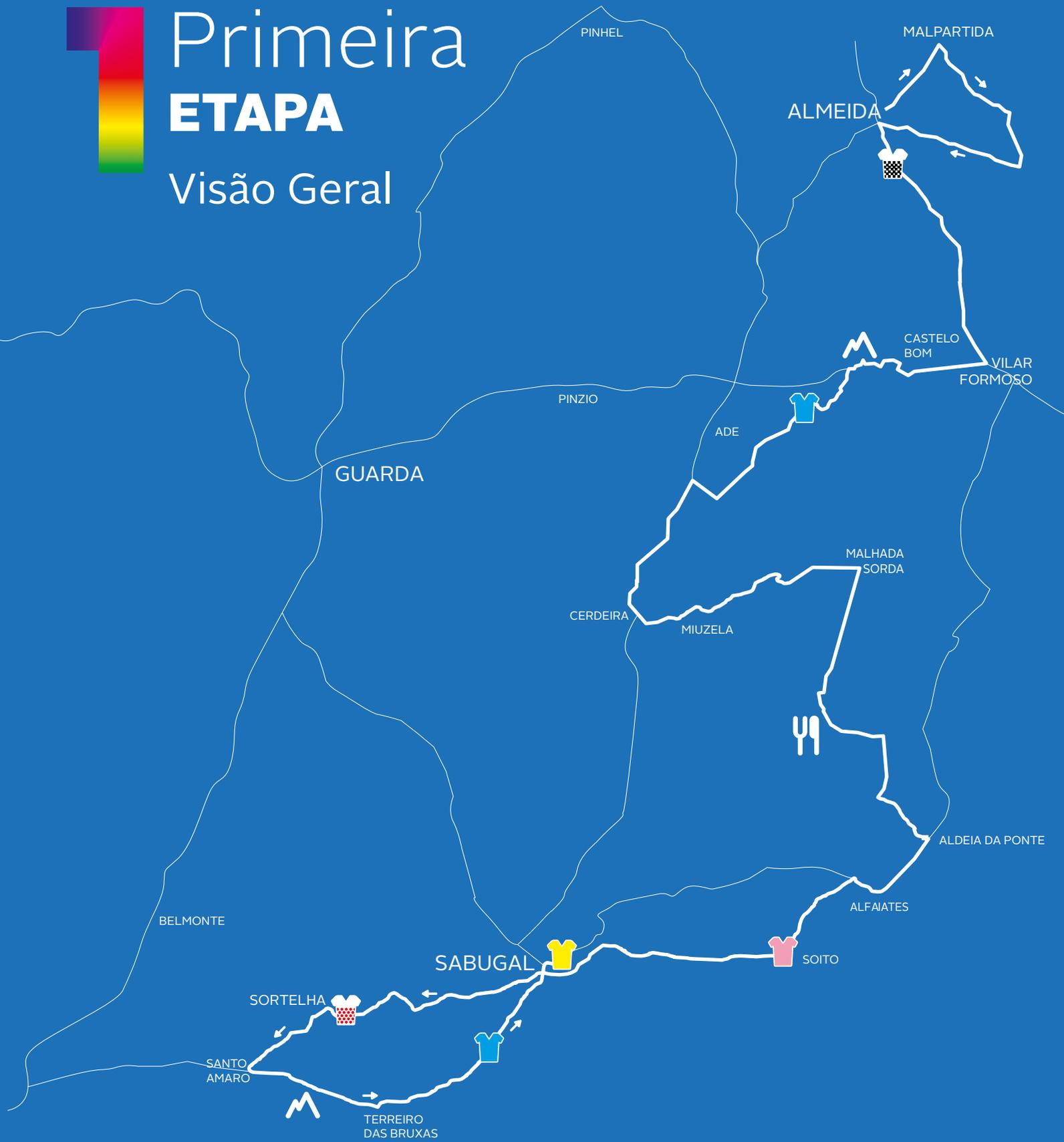
**Fábrica de Produtos Plásticos Nedina, Lda.**  
Eira Velha, Z.I. Pinhal do Prior, Apartado 46  
3780-901 Avelãs de Caminho - Portugal

Tel.: +351 234 740 020 | Fax: +351 234 740 029  
E-mail: geral@nedina.pt | Site: www.nedina.pt



# Primeira ETAPA

## Visão Geral





**Extrusal**<sup>®</sup>  
Alumínio com perfil humano.

# SOLUÇÕES EM ALUMÍNIO

QUALIDADE, SOLIDEZ,  
INOVAÇÃO, TECNOLOGIA, *DESIGN*  
E RESPONSABILIDADE AMBIENTAL  
SÃO CONCEITOS QUE NOS CARACTERIZAM  
HÁ MAIS DE 40 ANOS.



## ARQUITETURA

SISTEMAS DE ARQUITETURA DE  
BATENTE OU CORRER, COM OU SEM  
RUTURA TÉRMICA, *BRISE-SOLEIL*,  
REVESTIMENTO, GUARDA-CORPOS,  
FACHADA E *INDOOR*.



## INDÚSTRIA

SOLUÇÕES PARA OS SECTORES DOS  
TRANSPORTES, ENERGIA, ENGENHARIA  
EM GERAL, ENGENHARIA ELETROTÉCNICA,  
EQUIPAMENTOS DOMÉSTICOS E DE  
ESCRITÓRIOS, E ARMAZENISTAS.

PORTUGAL . ANGOLA . CABO VERDE . MOÇAMBIQUE

[WWW.EXTRUSAL.PT](http://WWW.EXTRUSAL.PT)



8 PERCURSOS BTT

4 NIVEIS DE DIFICULDADE

PAISAGENS INSPIRADORAS



SABUGAL

CENTRO DE

BTT

# Caminhar com Vida

PERCURSOS PEDESTRES

8 PEQUENAS ROTAS

2 GRANDE ROTAS

VOLTA A  
PORTUGAL  
EM  
BICICLETA

ETAPAS DA VOLTA

CONCELHO EM MOVIMENTO

SABUGAL  
**RESPIRA  
DESPORTO**

WWW.CM-SABUGAL.PT



MUNICÍPIO  
DO  
SABUGAL

# Sabugal

# Surpreenda os Sentidos!

É com enorme satisfação que o Sabugal acolhe, no dia 10 de junho, a chegada da 1ª etapa do 37º Grande Prémio ABIMOTA, que se realiza de 10 a 12 de junho de 2016.

Em nome da Câmara Municipal do Sabugal gostaria de apresentar as minhas especiais saudações a todos os agentes envolvidos neste Grande Prémio, desde organização, participantes, comunicação social, patrocinadores e todos quantos nos derem o privilégio da sua visita.

Pretendemos que a participação nesta prova enquadre uma ação promocional de larga escala, nos planos regional, nacional e internacional, centrada na dotação de visibilidade do património concelhio alargado ao produto turístico “Aldeias Históricas de Portugal”. Julgamos que este Grande Prémio permitirá acolher uma difusão alargada do potencial turístico deste território e, por essa razão, o escolhemos como evento de acolhimento dessa mesma ação promocional.

Esta prova enquadra-se numa estratégia de dinamização e promoção de atividades e eventos desportivos de massas, de cariz popular, de ar livre, com perfeita adaptação à excelência ambiental da nossa região, que devem ancorar a visibilidade externa dos nossos recursos, das nossas potencialidades, da Serra da Malcata, do Rio Côa, da Raia...

Na área desportiva, sob a marca “Sabugal Respira Desporto” entendemos a prática de atividades físicas, um fator potenciador do bem-estar, do lazer, da saúde e da qualidade de vida dos munícipes.

Há muito que adoptámos o lema “Sabugal – Surpreenda os Sentidos”. E é esse o desafio que aqui deixamos. Venha ao Sabugal. Conheça o Sabugal. Deixe-se surpreender pelo nosso concelho.

Faço votos para que o evento seja um êxito a todos os níveis, que o esforço dos atletas e da Organização seja recompensado com o sucesso desportivo, mas acima de tudo com o apoio merecido dos Sabugalenses.

**Eng. António dos Santos Robalo**  
Presidente da Câmara Municipal de Sabugal





2016

**MAÇÃO** 23<sup>a</sup>

# FEIRAMOSTRA

Atividades Económicas,  
Desportivas, Gastronómicas  
e muito mais!

**Dia 29** de Junho às 22h30

**JADE SHEPHERD**

**Dia 30** de Junho às 22h30

**DAVID ANTUNES C/ SIMONE DE OLIVEIRA**

**Dia 1** de Julho às 23h00

**DIOGO PIÇARRA**

**Dia 2** de Julho às 23h00

**DAVID FONSECA**

**Dia 3** de Julho às 22h30

**DORA MARIA**

# Mação Venha conhecer

O Concelho de Mação abre as portas pela primeira vez ao Grande Prémio ABIMOTA, este ano na sua 37.<sup>a</sup> edição. Uma iniciativa desportiva que se junta a muitas outras promovidas e/ou apoiadas pela Câmara Municipal de Mação.

Ano após ano, Mação afirma e reafirma a vontade e a capacidade de receber provas desportivas das mais diferentes modalidades, algumas delas de âmbito nacional. As excelentes condições deste Município, como a sua posição geográfica e as próprias características naturais que possui para a prática de desporto, desde as modalidades aquáticas às de montanha, assim o ditam, aliadas à enorme aposta deste Executivo Camarário no desenvolvimento e promoção do seu território.

A passagem do 37.º Grande Prémio ABIMOTA pelo nosso Concelho será, naturalmente, uma excelente oportunidade para dar a conhecer Mação aos seus participantes e visitantes, mas também para proporcionar estes momentos desportivos a quem aqui vive. É simultaneamente uma forma de descentralizar a realização de provas desta natureza, que muitas vezes se confinam aos centros urbanos ou a determinadas áreas geográficas, dando assim a conhecer um pouco mais do nosso País.

Em Mação existem Associações que promovem a prática do BTT, ciclismo e cicloturismo, sendo esta uma forma de trazer até si uma prova de uma modalidade que lhes é familiar e que nem sempre têm oportunidade de acompanhar mais de perto.

Fica o convite para que acompanhe a prova no nosso Concelho. Para além da prova em si, esta é uma oportunidade única para conhecer o nosso território, potencialidades, produtos e gastronomia.

Em traços muito gerais, pode aqui degustar os sabores únicos do peixe do rio, os enchidos e o tão famoso presunto. Sabia que o Concelho de Mação produz cerca de 70% do presunto nacional?

Aliado a isto está o facto de sermos, conforme já referi, um Município com uma localização geográfica privilegiada, bem no centro do país, e com ótimas acessibilidades.

Aproveite esta passagem por Mação para conhecer melhor o que aqui se faz e se oferece, nomeadamente as nossas três Praias Fluviais – Cardigos, Carvoeiro e Ortiga – e programe já uma visita para este Verão.

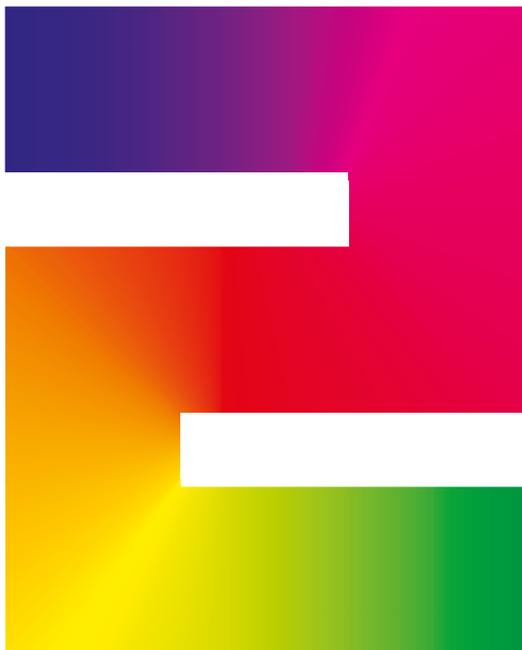
Recomendo ainda vivamente uma visita ao nosso Museu de Arte Pré-Histórica e do Sagrado do Vale do Tejo e um passeio pelo Concelho, para conhecer cantos e recantos de extraordinária beleza natural, onde o contacto com a natureza é uma constante. Pontos obrigatórios de passagem são, entre outros, o Miradouro do Bando dos Santos e os 14 km de margem do Rio Tejo, locais que lhe reservam paisagens únicas que tão depressa não vai esquecer.

Os Maçaenses são conhecidos e reconhecidos pela arte de bem-fazer e pelo seu espírito hospitaleiro. No dia 11 de junho não será exceção. Mação apetece! Mação convida!

**Vasco Estrela**

Presidente da Câmara Municipal de Mação





# Segunda ETAPA

11 JUNHO

Mação

Proença-a-Nova

146 Km

## Concentração

Escola Secundária de Mação

## Assinatura de Ponto

10h45

## Partida Simbólica

Escola Secundária de Mação

11h25

## Partida Real

N3 - Mação

11h30

## Chegada

Rua Júlio Grilo - Proença-a-Nova

15h00

 **Meta Bolinhas** 20,4km  
Ortiga

 **Meta Autarquias** 29,5km  
Mação

 **Meta Volante** 55,3km  
Cardigos

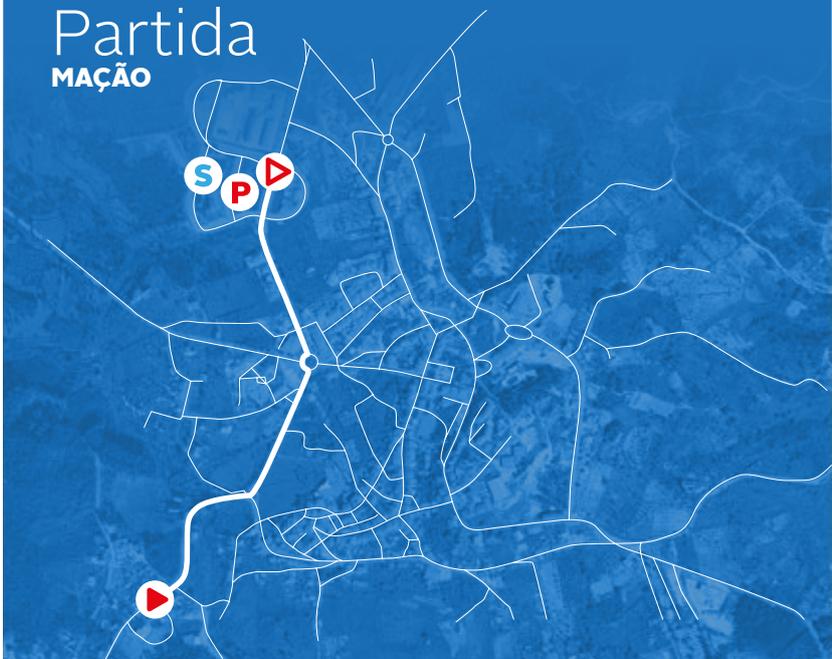
 **Meta Montanha 3ª** 85,3km  
Corgas

 **Meta Montanha 3ª** 92,2km  
Castanheira da Sobreira

 **Meta Volante** 100,4km  
Sobreira Formosa

 **Meta Final** 145,7km  
Proença-a-Nova

## Partida MAÇÃO



## Chegada PROENÇA-A-NOVA



## Legenda



PARTIDA  
SIMBÓLICA



CHEGADA



ÚLTIMOS  
3 KILÓMETROS



SECRETARIADO



ÚLTIMOS  
2 KILÓMETROS



PARQUE  
CARROS APOIO



PARTIDA  
REAL



PARQUE  
GERAL

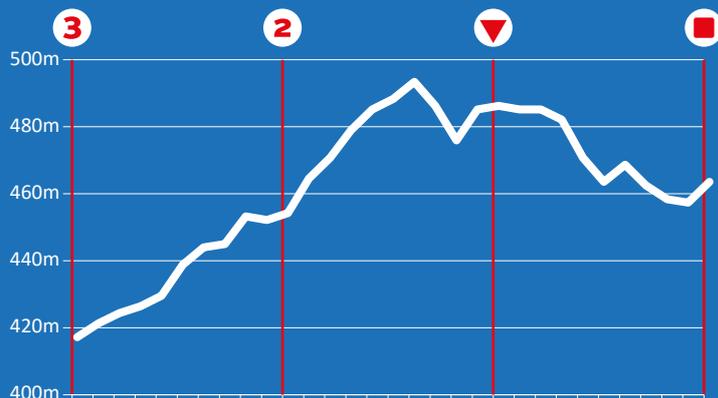


ÚLTIMO  
KILÓMETRO



DESVIO  
CARROS APOIO

## Detalhe ÚLTIMOS 3 KM





# Segunda Etapa

## Em detalhe

	ESTRADA	OBSERV.	DISTÂNCIA PERCORRIDA	LOCALIDADES	PARCIAL	DISTÂNCIA A PERCORRER	ALT.	HORA A 38 KM/H	HORA A 41 KM/H
MAÇÃO				"Concentração: Escola Secundária de Mação GPS: 39°33'39.98"W / 7°59'59.93"W"		0,8		11:25:00	11:25:00
				Saída à direita para N244					
				Rotunda em frente para A23					
				Cruzamento à direita para Abrantes / Ortiga - N3 / A23					
1			<b>PARTIDA REAL</b>	N3 - Mação (Junto placa PR1)	0,000	145,7	251	11:30:00	11:30:00
2	N3	BA	0,400	Rotunda à direita para Abrantes	0,400	145,3	249	11:30:38	11:30:35
3	N3	BA	1,900	Ponte estreita	1,500	143,8	183	11:33:00	11:32:47
4	N3		3,300	Placa PENHASCOSO	1,400	142,4	233	11:35:13	11:34:50
5	N3	BA	4,000	Seguir pela esquerda para Mouriscas / Abrantes	0,700	141,7	257	11:36:19	11:35:51
6		BA	8,600	Virar à esquerda para Rº Boas Eiras	4,600	137,1	147	11:43:35	11:42:35
7			9,300	Placa Rº BOAS EIRAS	0,700	136,4	129	11:44:41	11:43:37
8		BA	11,100	Ponte estreita	1,800	134,6	82	11:47:32	11:46:15
9			11,300	Monte Penedo	0,200	134,4	85	11:47:51	11:46:32
10			13,400	Passagem sob A23	2,100	132,3	227	11:51:09	11:49:37
11		BA	13,700	Virar à direita para Lithos	0,300	132,0	241	11:51:38	11:50:03
12		BA	18,200	Virar à esquerda para Ortiga	4,500	127,5	69	11:58:44	11:56:38
13			18,700	Placa ORTIGA	0,500	127,0	70	11:59:32	11:57:22
14		BA	19,700	Ponte estreita	1,000	126,0	83	12:01:06	11:58:50
15			<b>META BOLINHAS</b>	Meta Bolinhas - Freguesia de Ortiga (Cruzamento para Praia Fluvial)	0,700	125,3	131	12:02:13	11:59:51
16		BA	23,200	Cruzamento à direita para Mação	2,800	122,5	243	12:06:38	12:03:57
17			23,600	Pontão sobre A23	0,400	122,1	247	12:07:16	12:04:32
18			27,500	Placa MAÇÃO	3,900	118,2	253	12:13:25	12:10:15
19	N3	BA	28,000	Rotunda à direita para Mação	0,500	117,7	250	12:14:13	12:10:59
20			28,700	Seguir pela direita para Castelo Branco	0,700	117,0	246	12:15:19	12:12:00
21			28,800	Início empedrado	0,100	116,9	256	12:15:28	12:12:09
22		BA	29,000	Rotunda à esquerda para Câmara Municipal Rua da Ladeira (Estrada estreita)	0,200	116,7	268	12:15:47	12:12:26
23			29,100	Seguir pela direita - Rua Pina Falcão (Estrada estreita)	0,100	116,6	276	12:15:57	12:12:35
24			29,200	Seguir pela esquerda para Câmara Municipal (Estrada estreita)	0,100	116,5	280	12:16:06	12:12:44
25			<b>META AUTARQUIAS</b>	Meta Autarquias CÂMARA MUNICIPAL DE MAÇÃO	0,300	116,2	285	12:16:35	12:13:10
26		BA	29,600	Bifurcação à direita	0,100	116,1	286	12:16:44	12:13:19
27		BA	29,650	Entroncamento à esquerda	0,050	116,1	286	12:16:49	12:13:23
28		BA	29,750	Entroncamento à direita para Sertã	0,100	116,0	287	12:16:58	12:13:32
29	N244	BA	30,100	Rotunda à esquerda para Chão de Codes / Castelo Branco Seguir sempre N244	0,350	115,6	285	12:17:32	12:14:03
30	N244	BA	38,100	Virar à direita para Chão de Codes / Sertã (Curva a 180º)	8,000	107,6	314	12:30:09	12:25:45
31	N244		38,200	Placa CHÃO DE CODES	0,100	107,5	312	12:30:19	12:25:54
32	N244	BA	38,400	Ponte estreita	0,200	107,3	298	12:30:38	12:26:12
33	N244		41,400	Placa CHÃO DE LOPES	3,000	104,3	356	12:35:22	12:30:35
34	N244	BA	44,300	Seguir pela esquerda para Amêndoa / Cardigos	2,900	101,4	362	12:39:57	12:34:50
35	N244		45,300	Placa CIMA DO VALE	1,000	100,4	374	12:41:32	12:36:18
36	N244		46,500	Placa VALE DE VACAS	1,200	99,2	370	12:43:25	12:38:03
37	N244		47,800	Placa AMÊNDOA	1,300	97,9	375	12:45:28	12:39:57
38	N244		48,900	Cruzamento em frente para Cardigos	1,100	96,8	393	12:47:13	12:41:34
39	N244		49,000	Em frente para Cardigos	0,100	96,7	388	12:47:22	12:41:42
40		BA	54,000	À direita para Cardigos	5,000	91,7	377	12:55:16	12:49:01
41			54,200	Placa CARDIGOS	0,200	91,5	382	12:55:35	12:49:19
42		BA	55,200	Entroncamento à direita para Vales	1,000	90,5	429	12:57:09	12:50:47
43			<b>META VOLANTE</b>	Meta Volante - JUNTA FREGUESIA DE CARDIGOS Em frente à Farmácia de Cardigos	0,100	90,4	428	12:57:19	12:50:56
44		BA	56,700	À esquerda para Casalinho - junto à paragem autocarro Estrada muito estreita	1,400	89,0	425	12:59:32	12:52:59
45			57,200	Placa CASALINHO	0,500	88,5	422	13:00:19	12:53:42
46	M536	BA	57,800	À direita para M536	0,600	87,9	387	13:01:16	12:54:35
47	M536	BA	58,100	Barragem do Vergancinho	0,300	87,6	374	13:01:44	12:55:01
48	M536	BA	59,400	Ponte estreita	1,300	86,3	340	13:03:47	12:56:56
49	M536		60,700	Placa CHAVEIRA	1,300	85,0	388	13:05:51	12:58:50
50	M536	BA	62,200	Ponte estreita "Placa CARRASCAL"	1,500	83,5	387	13:08:13	13:01:01
51	M536		63,000	Placa VALES	0,800	82,7	412	13:09:28	13:02:12
52	M1253	B	66,200	Virar à esquerda para Cimadas / Vergão (junto ao cruzeiro)	3,200	79,5	515	13:14:32	13:06:53
53	M1253		66,800	Seguir pela esquerda para Cimadas Fundeiras / Vergão	0,600	78,9	489	13:15:28	13:07:45

54	M1253			67,400	Placa CIMADAS FUNDEIRAS	0,600	78,3	508	13:16:25	13:08:38
55	M1253			69,800	Placa VERGÃO	2,400	75,9	450	13:20:13	13:12:09
56	M1253	▲		70,300	Início empedrado	0,500	75,4	418	13:21:00	13:12:53
57	M1331	BA	▲▲	70,400	Virar à direita para Maljoga (junto aos Ecopontos)	0,100	75,3	411	13:21:09	13:13:01
58	N241	BA		74,600	Estrada Muito estreita e em mau estado - Fim empedrado	4,200	71,1	325	13:27:47	13:19:10
59	<b>ABASTECIMENTO</b>			74,800	Início da zona de abastecimento apeado GPS: 39°46'2.44"N / 7°59'39.05"W	0,200	70,9	334	13:28:06	13:19:28
60	M1170	BA		77,400	À esquerda para Aldeia Ruiva / Praia Fluvial	2,600	68,3	440	13:32:13	13:23:16
61	M1170			77,700	Pontão sobre IC8	0,300	68,0	421	13:32:41	13:23:42
62	M1170	BA	▲	78,100	Cruzamento à direita para Praia Fluvial do Malhadal "Descida perigosa"	0,400	67,6	395	13:33:19	13:24:18
63	M1170	BA	▲	78,500	Ponte estreita em frente	0,400	67,2	344	13:33:57	13:24:53
64	M1170			79,900	Placa RIBEIRO DE EIRAS	1,400	65,8	391	13:36:09	13:26:56
65	M1170			81,250	Placa EIRAS "Início de Subida"	1,350	64,5	421	13:38:17	13:28:54
66	M1329	BA	▲▲	81,300	Virar à direita (logo a seguir à casa velha) "Estrada estreita"	0,050	64,4	423	13:38:22	13:28:59
67	M1330	BA	▲	82,200	Virar à esquerda para praia fluvial Malhadal (curva a 180°)	0,900	63,5	478	13:39:47	13:30:18
68	M529-2			82,600	Seguir pela direita para Corgas	0,400	63,1	508	13:40:25	13:30:53
69	<b>META MONTANHA</b>		👕	85,300	META MONTANHA 3ª (50 mts antes do corte para o parque eólico, junto à capelinha)	2,700	60,4	734	13:44:41	13:34:50
70	M529-2	BA	▲	87,200	Ponte estreita	1,900	58,5	611	13:47:41	13:37:37
71	M529-2			88,100	Placa CORGAS	0,900	57,6	628	13:49:06	13:38:56
72	<b>M529-2</b>			88,800	Início de Subida	0,700	56,9	596	13:50:13	13:39:57
73		BA		89,800	Bifurcação à direita para Parque eólico Pinhal Interior	1,000	55,9	655	13:51:47	13:41:25
74	<b>META MONTANHA</b>		👕	92,200	META MONTANHA 3ª "Início de descida acentuada e perigosa" (No cruzamento com o estradão do parque eólico)	2,400	53,5	841	13:55:35	13:44:56
75	M1322	BA	▲	94,000	Entroncamento à direita para Sobreira Formosa	1,800	51,7	632	13:58:25	13:47:34
76	M1322	BA	▲▲	94,900	Estrada estreita	0,900	50,8	579	13:59:51	13:48:53
77	M1322			95,400	Curva muito acentuada à esquerda	0,500	50,3	536	14:00:38	13:49:37
78	M1322			96,000	Placa SOUTO	0,600	49,7	545	14:01:35	13:50:29
79	N351	BA	▲	97,800	Cruzamento em frente para Pedreira / Porteleiros	0,600	49,7	545	14:01:35	13:50:29
80	M1318	BA	▲	97,900	Entroncamento à direita - Separador	1,800	47,9	508	14:04:25	13:53:07
81	M1318	BA	▲	97,900	Virar à esquerda para Casa Nova	0,100	47,8	506	14:04:35	13:53:16
82	M1318			98,600	Placa CASA NOVA	0,700	47,1	390	14:05:41	13:54:18
83	N233	BA		99,300	Placa CASA NOVA	0,700	47,1	390	14:05:41	13:54:18
84	N233		▲	99,900	Rotunda à direita para Proença a Nova	0,700	46,4	387	14:06:47	13:55:19
85	N233			99,900	Início de empedrado	0,600	45,8	374	14:07:44	13:56:12
86	N233	BA		100,000	Rotunda à esquerda	0,100	45,7	377	14:07:54	13:56:20
87	<b>META VOLANTE</b>		👕	100,400	META VOLANTE	0,400	45,3	390	14:08:32	13:56:56
88	CM1338	BA		100,500	JUNTA FREGUESIA SOBREIRA FORMOSA ( Junto à paragem de autocarro)	0,100	45,2	396	14:08:41	13:57:04
89	CM1338	BA	▲	102,700	Virar à esquerda para Pereiro / Moitas / Aldeia Xisto Figueira	0,100	45,2	396	14:08:41	13:57:04
90	CM1338	BA	▲	102,700	Ponte estreita	2,200	43,0	325	14:12:09	14:00:18
91	CM1338	BA		104,000	(Aldeia Xisto Figueira)	2,200	43,0	325	14:12:09	14:00:18
92	CM1338	BA	▲	104,000	Ponte	1,300	41,7	285	14:14:13	14:02:12
93		BA		105,700	Entroncamento à esquerda para Castelo Branco	1,700	40,0	380	14:16:54	14:04:41
94	N351	BA		108,200	Virar à direita para São Pedro do Esteval / Envendos	2,500	37,5	348	14:20:51	14:08:20
95	N351	BA		108,600	Rotunda à esquerda para São Pedro do Esteval	0,400	37,1	347	14:21:28	14:08:56
96	N351			109,100	Ponte sobre IC8	0,500	36,6	341	14:22:16	14:09:40
97	N351	BA		109,200	Rotunda em frente para São Pedro do Esteval	0,100	36,5	337	14:22:25	14:09:48
98		BA		118,400	Rotunda à direita para Pergulho / Redonda	0,400	27,3	249	14:36:57	14:23:16
99				121,900	Placa REDONDA	3,500	23,8	192	14:42:28	14:28:23
100	M1334	BA	▲	122,200	Ponte estreita	0,300	23,5	186	14:42:57	14:28:50
101	M1334			125,600	Placa MURTEIRA	3,400	20,1	311	14:48:19	14:33:48
102					Placa PERGULHO	0,500	19,6		14:49:06	14:34:32
103	M1334			126,300	Seguir em frente (bifurcação pela direita)	0,200	19,4	332	14:49:25	14:34:50
104	N241-1	BA		130,500	Entroncamento à direita para Proença a Nova	4,200	15,2	365	14:56:03	14:40:59
105	N241-1			134,900	Passagem sob IC8	4,400	10,8	354	15:03:00	14:47:25
106	N241-1	BA		135,000	Rotunda em frente para Oleiros / Sobreira Formosa	0,100	10,7	352	15:03:09	14:47:34
107	N241-1	BA		135,100	Rotunda em frente	0,100	10,6	349	15:03:19	14:47:42
108		BA	▲	135,900	Separadores em frente	0,800	9,8	350	15:04:35	14:48:53
109	N241-1	BA		138,000	Saída à direita para Sobreira Formosa / Atalaia	2,100	7,7	360	15:07:54	14:51:57
110	N233	BA		138,400	Entroncamento à direita para Proença a Nova	0,400	7,3	369	15:08:32	14:52:32
111	N233			139,800	Placa VALE DE URSO	1,400	5,9	358	15:10:44	14:54:35
112	N233	BA	▲	140,200	Ponte estreita	0,400	5,5	325	15:11:22	14:55:10
113	N241	BA		140,700	5 Kms (Entroncamento à direita para Proença a Nova)	0,500	5,0	336	15:12:09	14:55:54
114	N241			141,700	4 Kms (Placa Velocidade Recomendada 40)	1,000	4,0	377	15:13:44	14:57:22
115	N241			142,700	3 Kms	1,000	3,0	419	15:15:19	14:58:50
116	N241			143,600	Placa Concelho de Proença a Nova	0,900	2,1	452	15:16:44	15:00:09
117	N241			143,700	2 Kms (Em frente à J.L. Pneus)	0,100	2,0	455	15:16:54	15:00:18
118	N241	BA		143,800	Rotunda à direita para IC8 / Sertã	0,100	1,9	461	15:17:03	15:00:26
119	N241			144,700	1 Km (Junto ao cruzamento para os Paços do Concelho)	0,900	1,0	486	15:18:28	15:01:45
120		BA	▲	145,000	Rotunda à esquerda para Igreja Matriz	0,300	0,7	482	15:18:57	15:02:12
121		BA		145,500	Virar à esquerda para Finanças	0,500	0,2	464	15:19:44	15:02:56
122			▲	145,600	Início de empedrado	0,100	0,1	459	15:19:54	15:03:04
123	<b>META FINAL</b>		👕	145,700	Meta Final - Rua Júlio Grilo (50 mts antes da Junta de Freguesia de Proença-a-Nova)	0,100	0,0	464	15:20:03	15:03:13

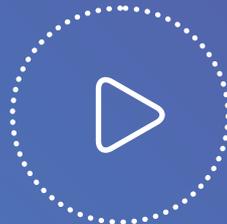


**critec**  
creative agency

we

we think, we feel, we act, we make it happen

together



“I think this is the beginning of a beautiful friendship”

CASABLANCA

### STRATEGY

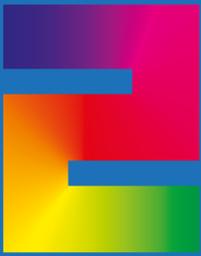
- plano de negócio
- benchmarking
- estudos de mercado
- plano de marketing
- plano de comunicação

### ACTION

- design comunicação
- branding
- design editorial
- webdesign • e-commerce
- apps & mobile
- audiovisual
- vídeo corporativo • spot publicitário
- fotografia • 3D

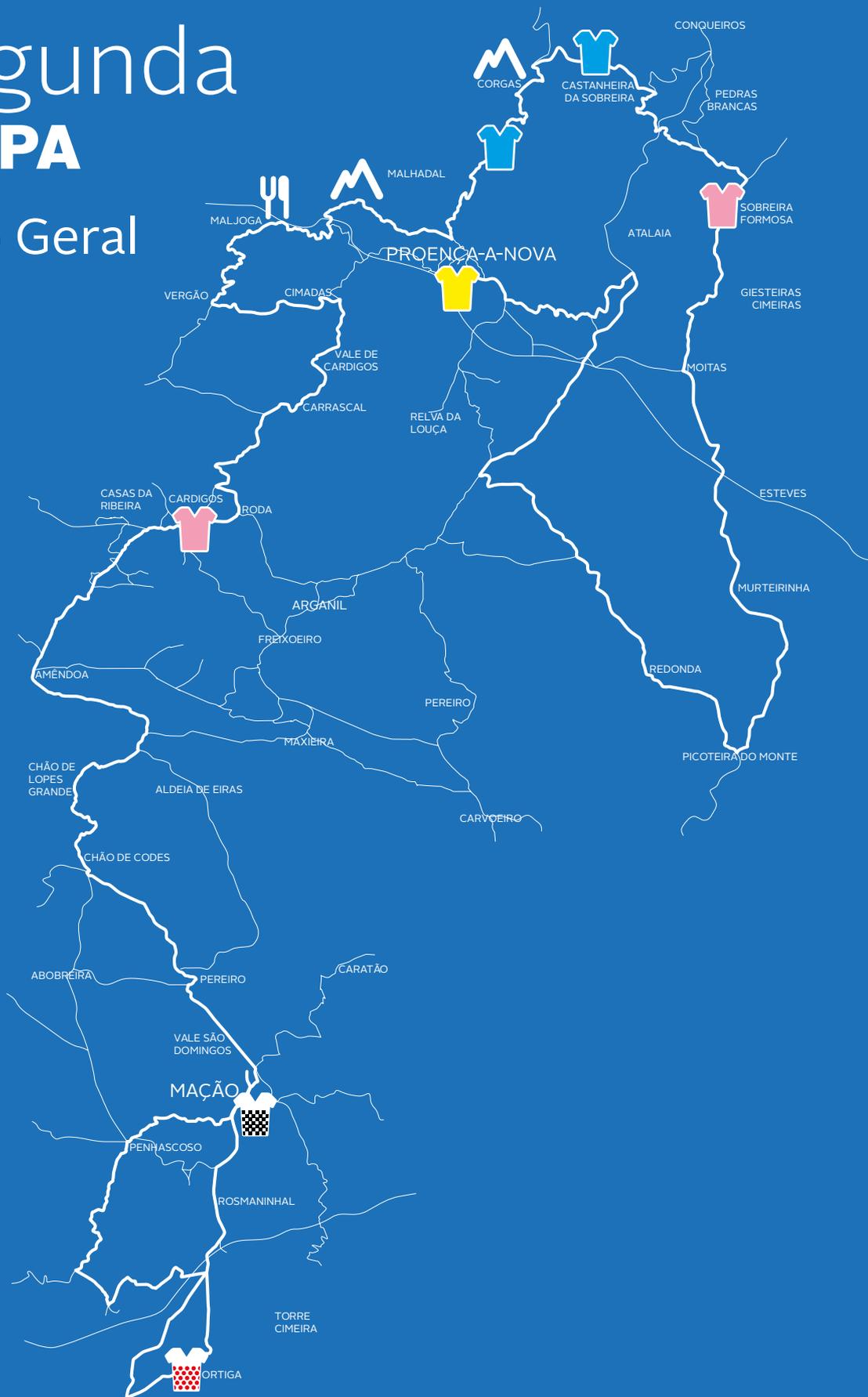
### ACTIVATION

- naming • storytelling • copywriting
- marketing digital • gestão de redes sociais
- e-mail marketing • google adwords • seo
- digital signage • led indoor & outdoor
- corporate tv • suporte interativo
- brand activation • impressão pequeno e grande formato
- pontos de venda & merchandising • reclamos
- decoração interior & exterior



# Segunda ETAPA

## Visão Geral



# Esmaltina

bikes since 1970



## 29" Carbon XT

Esmaltina SA  
Apt. 30 Rua das Escolas  
3780-908 Sangalhos Portugal  
Tlf.: +351 234 743 203/009  
Fax.: +351 234 743010  
Email: [esmaltina@esmaltina.pt](mailto:esmaltina@esmaltina.pt)

# PROENÇA-A-NOVA no centro do encanto



# INVESTIR DESFRUTAR VIVER

RESERVE JÁ NA SUA AGENDA AS DATAS\_2016 9, 10, 11, 12 e 13 JUNHO Feira Proença Origem - Caça e Pesca  
23 e 24 JULHO Feira da Tigelada e do Mel  
12, 13 e 14 AGOSTO Festival de Verão - WaterSlide e Color Party

*prepare-se para momentos inesquecíveis em Proença-a-Nova no Hotel das Amoras\*\*\*\**



# Proença-a-Nova no Centro do Encanto

Neste 37º Grande Prémio Abimota estamos duplamente em festa: por um lado acolhemos, pelo segundo ano consecutivo, uma prova de topo do ciclismo português e, por outro, a passagem desta competição coincide com a comemoração da Festa da Município (de 9 a 13 de junho), o principal evento do nosso calendário. Por estes dias estaremos a destacar as potencialidades do nosso território nas vertentes económica, gastronómica, turística, cultural e também desportiva.

Enquanto autarca tenho consciência do papel fulcral da Câmara Municipal no apoio à prática desportiva, muito além do futebol - sem dúvida o desporto com mais praticantes no concelho. Ainda assim, começam a ser notórios os avanços em modalidades como a natação, o ténis ou o badminton, promovidas tanto pelo Município como por coletividades. Nestes casos, não havia tradição da sua prática, mas a construção de equipamentos de suporte potenciou o seu desenvolvimento, nomeadamente campos de ténis e piscina municipais.

Enquanto não há um aficionado do ciclismo de competição que dinamize uma equipa na região, vamos acolhendo provas de prestígio que proporcionam momentos únicos ao público, este ano com a vantagem de o pelotão passar por algumas dezenas de localidades do concelho. Sabemos que os envolvidos no Grande Prémio vão estar concentrados na obtenção de bons resultados, mas ainda assim esperamos que tenham disponibilidade para perceberem porque é que para nós não há terra como a nossa.

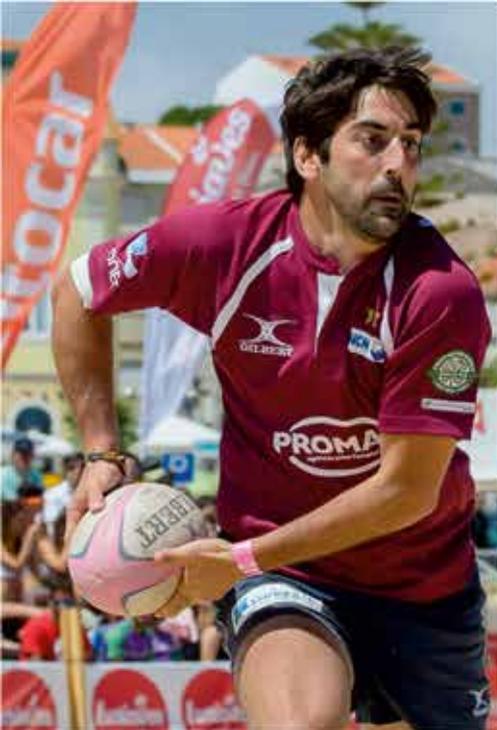
Sejam todos muito bem-vindos e esperamos pelo vosso regresso.

Até breve!

**João Lobo**

Presidente da Câmara Municipal de Proença-a-Nova





# FIGUEIRA DA FOZ

O DESPORTO NA SUA MELHOR FORMA



# Figueira da Foz

# O Desporto

# na sua

# melhor

# forma

A 12 de junho de 2016 teremos, uma vez mais, o privilégio de receber na nossa Cidade o Grande Prémio Abimota, uma das mais antigas e prestigiadas provas do calendário velocipédico nacional.

Na sua 37.<sup>a</sup> edição, a Cidade da Figueira da Foz será palco da partida da 3.<sup>a</sup> etapa com aproximadamente 160km de extensão, ligando-a à Cidade de Águeda.

Beneficiando das suas condições naturais, a Cidade da Figueira da Foz assume-se como palco privilegiado para a realização de eventos desportivos diversos. As provas de ciclismo e a utilização massiva da bicicleta são desígnios da Câmara Municipal, reconhecendo a transversalidade geracional, o conceito ambientalmente sustentável e o contributo para a melhoria significativa da qualidade de vida dos munícipes.

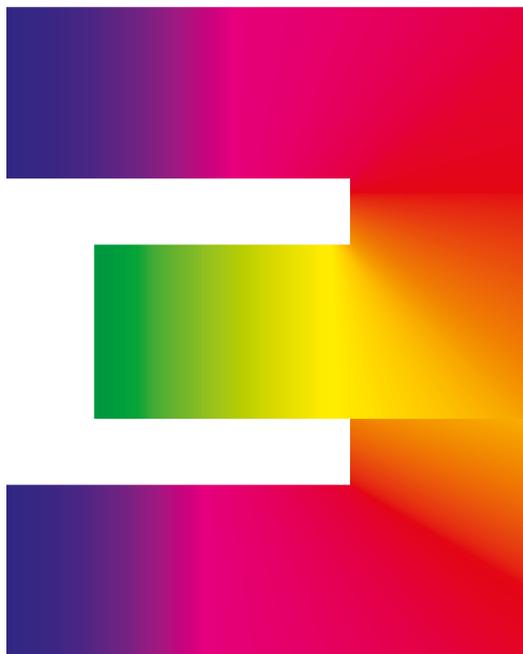
Desta forma, o apoio ao Grande Prémio Abimota enquadra-se numa estratégia municipal de promoção da prática desportiva, formal ou informal, que tem como um dos principais objetivos o aumento do número de praticantes.

Aos atletas, organização e patrocinadores, os nossos votos de sucesso nesta edição de 2016.

**Dr. João Ataíde**

Presidente da Câmara Municipal da Figueira da Foz





# Terceira ETAPA

12 JUNHO

Figueira da Foz  
Águeda  
155 Km

## Concentração

Parque das Gaivotas - Figueira da Foz

## Assinatura de Ponto

12h45

## Partida Simbólica

Parque das Gaivotas - Figueira da Foz

13h25

## Partida Real

Gala - Figueira da Foz

13h30

## Chegada

Avenida 25 de Abril - Águeda

17h15

 **Meta Autarquias** 40,9km  
Condeixa-a-Nova

 **Meta Volante** 62,4km  
Miranda do Corvo

 **Meta Montanha 2ª** 78,4km  
Senhor da Serra

 **Meta Montanha 3ª** 111,7km  
Espinheira - Penacova

 **Meta Bolinhas** 132,4km  
Mealhada

 **Meta Final** 155,3km  
Águeda



Partida  
FIGUEIRA DA FOZ



Chegada  
ÁGUEDA

## Legenda



PARTIDA  
SIMBÓLICA



CHEGADA



ÚLTIMOS  
3 KILOMETROS



ÚLTIMOS  
2 KILOMETROS



ÚLTIMO  
KILOMETRO



SECRETARIADO



PARQUE  
CARROS APOIO



PARTIDA  
REAL



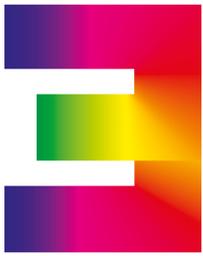
PARQUE  
GERAL



DESVIO  
CARROS APOIO

## Detalhe ÚLTIMOS 3 KM





# Terceira Etapa

## Em detalhe

ESTRADA	OBSERV.	SETAS	DISTÂNCIA PERCORRIDA	LOCALIDADES	PARCIAL	DISTÂNCIA A PERCORRER	ALTITUDE	HORA A 38 KM/H	HORA A 41 KM/H		
FIGUEIRA DA FOZ	PARTIDA SIMBÓLICA			"Concentração: Parque das Gaivotas GPS: 40°8'53.57"N / 8°52'4.98"W" Saída à direita para Avenida de Espanha		5,6		13:25:00	13:25:00		
				Rotunda em frente							
				"Semáforos Seguir sempre junto à marginal (Av. Saraiva de Carvalho)" Virar à esquerda junto ao posto de combustível							
				Rotunda à esquerda para Coimbra							
				Rotunda à direita para Coimbra							
				Saída à direita para N109 Lisboa / Leiria							
				Rotunda à direita para ecomuseu do sal							
				Rotunda à esquerda para ecomuseu do sal							
1	PARTIDA REAL	↑	0,000	"Gala - Av. 12 de Julho (Restaurante O Tacho)"	0,000	155,3	5	13:30:00	13:30:00		
2		↑	0,700	Passagem sob N109	0,700	154,6	6	13:31:06	13:31:01		
3		↑	3,300	Placa BOAVISTA	2,600	152,0	17	13:35:13	13:34:50		
4		↑	4,300	Placa SANTA LUZIA (Lavos)	1,000	151,0	43	13:36:47	13:36:18		
5		↑	5,300	Placa BAIRRO ALTO	1,000	150,0	59	13:38:22	13:37:45		
6		↑	7,000	Placa CARVALHAIS	1,700	148,3	81	13:41:03	13:40:15		
7	N341 BA	←	7,650	Virar à esquerda para Coimbra / Soure	0,650	147,7	85	13:42:05	13:41:12		
8	N341	↑	7,700	Placa PAIÃO	0,050	147,6	85	13:42:09	13:41:16		
9	N341 BA	↘	7,800	Rotunda em frente	0,100	147,5	86	13:42:19	13:41:25		
10	N341 BA	↘	8,500	No largo, seguir pela esquerda para Soure / Alqueidão	0,700	146,8	89	13:43:25	13:42:26		
11	N341	↑	9,600	Placa VALES	1,100	145,7	69	13:45:09	13:44:03		
12	N341	↑	10,300	Placa CASAL VERDE	0,700	145,0	79	13:46:16	13:45:04		
13	BA	↘	11,000	Na bifurcação seguir pela direita (junto ao sobreiro grande à direita)	0,700	144,3	82	13:47:22	13:46:06		
14		↑	11,800	Pontão sobre a A17	0,800	143,5	67	13:48:38	13:47:16		
15	M622 BA	↘	11,900	Rotunda em frente para Soure	0,100	143,4	63	13:48:47	13:47:25		
16	M622	↑	13,400	Seguir em frente para Soure	1,500	141,9	14	13:51:09	13:49:37		
17	M622	↑	13,500	"Ponte estreita Passagem sobre a linha do caminho de ferro"	0,100	141,8	13	13:51:19	13:49:45		
18	M622	↑	13,600	Ponte estreita	0,100	141,7	2	13:51:28	13:49:54		
19	M622	↑	13,900	Ponte estreita	0,300	141,4	2	13:51:57	13:50:20		
20	M622 BA	←	15,000	Entroncamento à esquerda para Soure	1,100	140,3	6	13:53:41	13:51:57		
21	M622	↑	15,100	Ponte	0,100	140,2	1	13:53:51	13:52:06		
22	M621 BA	↘	16,000	Rotunda à direita para Soure	0,900	139,3	3	13:55:16	13:53:25		
23	CM 1163 BA	↘	17,000	Rotunda à esquerda para Soure	1,000	138,3	15	13:56:51	13:54:53		
24		↑	17,800	Placa SACA BOLOS	0,800	137,5	34	13:58:06	13:56:03		
25	BA	↘	18,300	Rotunda à esquerda	0,500	137,0	48	13:58:54	13:56:47		
26	CM 1106-1	↑	21,200	Placa ALAGOA	2,900	134,1	79	14:03:28	14:01:01		
27		↑	22,600	Placa SANTO ISIDRO	1,400	132,7	46	14:05:41	14:03:04		
28	N342 BA	←	23,100	Entroncamento à esquerda para Soure	0,500	132,2	31	14:06:28	14:03:48		
29	N342 BA	←	25,700	Virar à esquerda para Soure / Condeixa	2,600	129,6	40	14:10:35	14:07:37		

ESTRADA	OBSERV.	SETAS	DISTÂNCIA PERCORRIDA	LOCALIDADES	PARCIAL	DISTÂNCIA A PERCORRER	ALTITUDE	HORA A 38 KM/H	HORA A 41 KM/H			
SOURÉ			30	N342 BA	→	26,200	"Virar à direita para Soure / Condeixa Ponte sobre o Caminho de Ferro"	0,500	129,1	28	14:11:22	14:08:20
			31	N342 BA	←	26,300	Virar à esquerda para Coimbra / Condeixa	0,100	129,0	30	14:11:32	14:08:29
			32	N342 BA	↑	28,200	Rotunda em frente para Coimbra / Condeixa	1,900	127,1	31	14:14:32	14:11:16
			33	N342 BA	↘	28,900	Rotunda em frente para Coimbra	0,700	126,4	51	14:15:38	14:12:18
			34	N342	↑	30,300	Placa FONTE DA RELVA	1,400	125,0	32	14:17:51	14:14:20
			35	N342	↑	31,000	Placa CAVALAIROS	0,700	124,3	46	14:18:57	14:15:22
			36	N342	↑	35,100	Placa EGA	4,100	120,2	56	14:25:25	14:21:22
			37	N342	↑	37,400	Pontão sobre A1	2,300	117,9	47	14:29:03	14:24:44
			38	N342	↑	38,100	Placa S. FIPO	0,700	117,2	50	14:30:09	14:25:45
			39	N342 BA	↗	39,600	Separadores pela direita	1,500	115,7	81	14:32:32	14:27:57
CONDEIXA-NOVA			40	BA	↘	39,700	"Rotunda à direita para Tomar / Coimbra Separadores OBRIGATORIAMENTE pela direita"	0,100	115,6	79	14:32:41	14:28:06
			41		↑	40,000	Pontão sobre a N1	0,300	115,3	84	14:33:09	14:28:32
			42	BA	↘	40,100	Saída à direita para Coimbra / Condeixa	0,100	115,2	86	14:33:19	14:28:41
			43	BA	↘	40,450	Separadores pela direita	0,350	114,9	79	14:33:52	14:29:12
			44	BA	↘	40,600	Rotunda à direita para Condeixa	0,150	114,7	76	14:34:06	14:29:25
			45	META AUTARQUIAS	↘	40,900	"Meta Autarquias - Município de Condeixa-a-Nova (em frente à JCR Bikes)" "Virar à esquerda para Sentido Proibido. Empedrado. Estrada Muito Estreita. Seguir sempre pelo sentido proibido."	0,300	114,4	78	14:34:35	14:29:51
			46		←	41,000		0,100	114,3	85	14:34:44	14:30:00
			47		↑	41,400	Seguir em frente no final da zona de empedrado	0,400	113,9	90	14:35:22	14:30:35
			48	BA	↘	41,800	Rotunda à direita para Tomar	0,400	113,5	94	14:36:00	14:31:10
			49	BA	↘	42,400	Separadores pela direita	0,600	112,9	105	14:36:57	14:32:03
MIRANDA DO CORVO			50	BA	↘	42,500	Rotunda em frente para Conimbriga	0,100	112,8	104	14:37:06	14:32:12
			51	BA	↘	42,700	Rotunda em frente	0,200	112,6	104	14:37:25	14:32:29
			52	BA	↘	43,200	Rotunda à esquerda para Penela	0,500	112,1	115	14:38:13	14:33:13
			53	IC3 BA	←	44,000	Entroncamento à esquerda para Tomar / Penela	0,800	111,3	120	14:39:28	14:34:23
			54	N342 BA	←	45,600	Virar à esquerda para Lousã / Miranda do Corvo	1,600	109,7	149	14:42:00	14:36:44
			55	N342	↘	47,500	Placa CASAL NOVO	1,900	107,8	144	14:45:00	14:39:31
			56	N342	↑	50,200	Placa BRUSCOS	2,700	105,1	201	14:49:16	14:43:28
			57	N342	↑	55,400	Pontão sobre a A13	5,200	99,9	198	14:57:28	14:51:04
			58	N342 BA	↘	55,800	Rotunda à esquerda para Lamas	0,400	99,5	209	14:58:06	14:51:40
			59	N342 BA	↘	57,100	Rotunda em frente (esquerda) para Miranda do Corvo	1,300	98,2	225	15:00:09	14:53:34
MIRANDA DO CORVO			60	BA	↘	61,000	Separadores - Saída à direita para Miranda do Corvo	3,900	94,3	107	15:06:19	14:59:16
			61	BA	↘	61,300	Rotunda à esquerda para Miranda do Corvo	0,300	94,0	104	15:06:47	14:59:42
			62	BA	↘	61,400	Rotunda à direita para Gondramaz	0,100	93,9	106	15:06:57	14:59:51
			63	BA	↘	61,700	Rotunda à esquerda para Centro	0,300	93,6	114	15:07:25	15:00:18
			64		↑	61,800	Início de Zona de Lombas	0,100	93,5	110	15:07:35	15:00:26
			65		↑	62,300	Ponte	0,500	93,0	104	15:08:22	15:01:10
			66	META VOLANTE	↘	62,400	"Meta Volante - Município de Miranda do Corvo (Em frente ao BPI)"	0,100	92,9	105	15:08:32	15:01:19

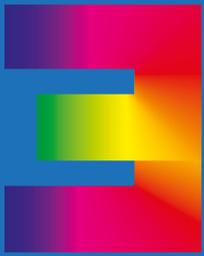
	ESTRADA	OBSERV.	SETAS	DISTÂNCIA PERCORRIDA	LOCALIDADES	PARCIAL	DISTÂNCIA A PERCORRER	ALTITUDE	HORA A 38 KM/H	HORA A 41 KM/H
67	BA		↑	62,500	Entroncamento à esquerda	0,100	92,8	109	15:08:41	15:01:28
68	BA		↘	62,700	Rotunda à direita para Ceira / Coimbra	0,200	92,6	110	15:09:00	15:01:45
69			↑	66,900	Placa MOINHOS	4,200	88,4	111	15:15:38	15:07:54
70	ABASTECIM.		⚡	67,500	"Seguir em frente para Coimbra Início Abastecimento - Café Cancela"	0,600	87,8	102	15:16:35	15:08:47
71	BA		↘	68,100	Rotunda em frente	0,600	87,2	130	15:17:32	15:09:40
72			↘	73,700	"Início de Subida (Curva apertada à esquerda)"	5,600	81,6	86	15:26:22	15:17:51
73			↘	74,200	Virar à direita para Senhor da Serra	0,500	81,1		15:27:09	15:18:35
74			↑	74,800	Placa VALE DE AÇOR	0,600	80,5	138	15:28:06	15:19:28
75	M568 BA		↑	77,000	Entroncamento à direita para Senhor da Serra	2,200	78,3	280	15:31:35	15:22:41
76	M568		↑	78,100	Placa SENHOR DA SERRA	1,100	77,2	389	15:33:19	15:24:18
77	META MONTANHA		👕	78,400	"Meta Montanha 2ª categoria Senhor da Serra - Miranda do Corvo (Junto à casa com portão verde. Porta n.º 394)"	0,300	76,9	393	15:33:47	15:24:44
78	BA	⚠️	↘	79,500	"Rotunda à direita Início de descida muito perigosa e acentuada"	1,100	75,8	373	15:35:32	15:26:20
79	M568		↑	80,800	Placa SEMIDE	1,300	74,5	267	15:37:35	15:28:15
80	N17-1 BA		↘	81,700	Rotunda à esquerda para Coimbra	0,900	73,6	198	15:39:00	15:29:34
81	N17-1		↑	85,000	Ponte sobre o Rio Ceira	3,300	70,3	74	15:44:13	15:34:23
82	N17 BA		↑	85,100	Entroncamento à direita para Vila Nova de Poiares	0,100	70,2	82	15:44:22	15:34:32
83	N17 BA	⚠️	↑	87,000	Separadores pela direita	1,900	68,3	92	15:47:22	15:37:19
84	N17		↑	87,900	Placa COVELOS	0,900	67,4	89	15:48:47	15:38:38
85	N17		↑	89,400	Pontão	1,500	65,9	90	15:51:09	15:40:50
86	N17		↑	90,000	Placa PONTE VELHA	0,600	65,3	93	15:52:06	15:41:42
87	N17		↑	90,600	Placa VALE DE VAZ	0,600	64,7	100	15:53:03	15:42:35
88	N17		↑	92,300	Placa ENTRONCAMENTO DE POIARES	1,700	63,0	150	15:55:44	15:45:04
89	N17 BA		↘	92,700	Rotunda em frente	0,400	62,6	158	15:56:22	15:45:40
90	BA		↘	93,300	Rotunda à esquerda para Vila Nova de Poiares / Penacova	0,600	62,0	143	15:57:19	15:46:32
91	BA		↘	93,500	Rotunda em frente	0,200	61,8	140	15:57:38	15:46:50
92			↑	93,800	Placa VILA NOVA DE POIARES	0,300	61,5	138	15:58:06	15:47:16
93	BA		↘	93,900	Rotunda em frente	0,100	61,4	139	15:58:16	15:47:25
94	BA		↘	94,300	Rotunda em frente	0,400	61,0	128	15:58:54	15:48:00
95	N2 BA		↘	95,400	Rotunda em frente	1,100	59,9	124	16:00:38	15:49:37
96	N2 BA		↘	96,000	Rotunda em frente	0,600	59,3	117	16:01:35	15:50:29
97	N2		↑	96,600	Placa SANTA MARIA	0,600	58,7	117	16:02:32	15:51:22
98	N2	⚠️	↑	98,000	"Placa VENTOSA Início de descida muito acentuada e perigosa"	1,400	57,3	171	16:04:44	15:53:25
99	N2		↑	100,400	Placa LOUREDO	2,400	54,9	89	16:08:32	15:56:56
100	N2		↑	102,400	Placa RONQUEIRA	2,000	52,9	44	16:11:41	15:59:51
101	N2		↑	103,300	Placa CARVOEIRA	0,900	52,0	60	16:13:06	16:01:10
102	BA		↘	105,100	Virar à esquerda para a ponte	1,800	50,2	67	16:15:57	16:03:48
103	N235 BA		↘	105,300	Virar à direita para Luso / Penacova	0,200	50,0	39	16:16:16	16:04:06
104	N235		↘	106,400	Seguir pela direita para Mealhada / Mata Nacional do Buçaco	1,100	48,9	107	16:18:00	16:05:42
105	N235 BA		↘	106,500	Rotunda em frente para Luso / Buçaco	0,100	48,8	108	16:18:09	16:05:51
106	N235		↑	107,000	Placa GALIANA	0,500	48,3	110	16:18:57	16:06:35
107	N235		↘	107,100	Início de Subida Ponte	0,100	48,2	108	16:19:06	16:06:44
108	N235		↑	107,500	Placa CASAL DE SANTO AMARO	0,400	47,8	132	16:19:44	16:07:19
109	N235		↑	109,000	Placa BAIRRO NOVO	1,500	46,3	240	16:22:06	16:09:31
110	N235		↑	111,000	Placa ESPINHEIRA	2,000	44,3	251	16:25:16	16:12:26

	ESTRADA	OBSERV.	SETAS	DISTÂNCIA PERCORRIDA	LOCALIDADES	PARCIAL	DISTÂNCIA A PERCORRER	ALTITUDE	HORA A 38 KM/H	HORA A 41 KM/H
111	N235		↑	111,100	Pontão sob IP3	0,100	44,2	250	16:25:25	16:12:35
112	META MONTANHA		👕	111,700	"Meta Montanha 3ª categoria Espinheira - Penacova (Junto ao Cruzamento para Carvalho / Museu do Moinho)"	0,600	43,6	277	16:26:22	16:13:28
113	N235		↑	112,500	Placa SAZES	1,400	42,8	238	16:27:38	16:14:38
114	N235		↑	114,800	Placa CONTENÇAS	2,300	40,5	200	16:31:16	16:18:00
115	N235		↑	115,600	Placa PALHEIROS	0,800	39,7	215	16:32:32	16:19:10
116	N235		↑	116,400	Placa GALHANO	0,800	38,9	300	16:33:47	16:20:20
117	N235		↑	120,400	Placa CARVALHEIRAS	4,000	34,9	305	16:40:06	16:26:12
118	N235		↑	123,000	Placa LUSO	2,600	32,3	281	16:44:13	16:30:00
119	N235 BA	⚠️	↘	123,800	"Entroncamento à direita para Luso Centro Início de zona de lombas"	0,800	31,5	236	16:45:28	16:31:10
120	N235 BA		↘	124,200	Rotunda em frente	0,400	31,1	224	16:46:06	16:31:45
121	N235 BA		↘	124,300	Rotunda à direita	0,100	31,0	214	16:46:16	16:31:54
122	N235		↘	124,500	A direita para Mealhada	0,200	30,8	220	16:46:35	16:32:12
123	N234 BA		↘	124,800	Semáforos à esquerda para Mealhada	0,300	30,5	228	16:47:03	16:32:38
124	N234		↑	126,300	Placa LAMEIRA DE S. PEDRO	1,500	29,0	172	16:49:25	16:34:50
125	N234		↑	130,400	Placa MEALHADA	4,100	24,9	69	16:55:54	16:40:50
126	N1 BA		↘	131,700	Rotunda à direita para Porto / Águeda	1,300	23,6	71	16:57:57	16:42:44
127	META BOLINHAS		🍞	132,400	"Meta Bolinhas - Mealhada (semáforos em frente à escola secundária da mealhada)"	0,700	22,9	50	16:59:03	16:43:45
128	N1 BA	⚠️	↘	132,500	Separadores obrigatoriamente pela direita	0,100	22,8	50	16:59:13	16:43:54
129	N1 BA		↘	133,100	Rotunda em frente para Porto	0,600	22,2	44	17:00:09	16:44:47
130	N1		↑	134,500	Placa PENEIREIRO	1,400	20,8	41	17:02:22	16:46:50
131	N1 BA		↘	136,600	Rotunda em frente para Águeda	2,100	18,7	40	17:05:41	16:49:54
132	N1		↑	137,500	Placa VENDAS DA PEDREIRA	0,900	17,8	35	17:07:06	16:51:13
133	N1 BA		↘	138,200	Rotunda em frente para Porto / Águeda	0,700	17,1	34	17:08:13	16:52:15
134	N1 BA		↘	138,800	"Separadores pela direita Rotunda em frente para Porto"	0,600	16,5	37	17:09:09	16:53:07
135	N1		↑	139,100	Placa MALAPOSTA	0,300	16,2	30	17:09:38	16:53:34
136	N1 BA		↘	140,700	"Separadores pela direita Rotunda em frente"	1,600	14,6	25	17:12:09	16:55:54
137	N1		↑	141,900	Placa AVELÂS DE CAMINHO	1,200	13,4	22	17:14:03	16:57:40
138	N1 BA	⚠️	↘	147,700	Separadores OBRIGATORIAMENTE pela direita	5,800	7,6	15	17:23:13	17:06:09
139	N1 BA		↘	148,000	Saída à direita para Águeda Sul	0,300	7,3	27	17:23:41	17:06:35
140	N1		↑	150,300	"5 Kms Em frente à Durão"	2,300	5,0	58	17:27:19	17:09:57
141	N1		↑	150,700	ABIMOTA	0,400	4,6	66	17:27:57	17:10:32
142	N1		↑	151,300	"4 Kms Rotunda da Bicicleta em frente"	0,600	4,0	45	17:28:54	17:11:25
143	N1		↑	152,300	"3 Kms (Sinalização proibido circular a mais de 70 kms/hr)"	1,000	3,0	39	17:30:28	17:12:53
144	BA		↘	153,200	Saída à direita para Águeda	0,900	2,1	15	17:31:54	17:14:12
145			↑	153,300	"2 Kms (Pontão de cimento - Estradas de Portugal)"	0,100	2,0	12	17:32:03	17:14:20
146	N333 BA		↘	154,200	Rotunda em frente	0,900	1,1	13	17:33:28	17:15:40
147	N333		↑	154,300	1 Km	0,100	1,0	12	17:33:38	17:15:48
148	BA		↘	154,800	Rotunda à esquerda	0,500	0,5	15	17:34:25	17:16:32
149	BA		↘	154,900	Rotunda em frente	0,100	0,4	15	17:34:35	17:16:41
150	META FINAL		👕	155,300	"META FINAL Av. 25 de Abril (em cima da passadeira e junto ao portão n.º 27)"	0,400	0,0	16	17:35:13	17:17:16

**santos**<sup>o</sup>  
fechaduras cilindros aloquetes

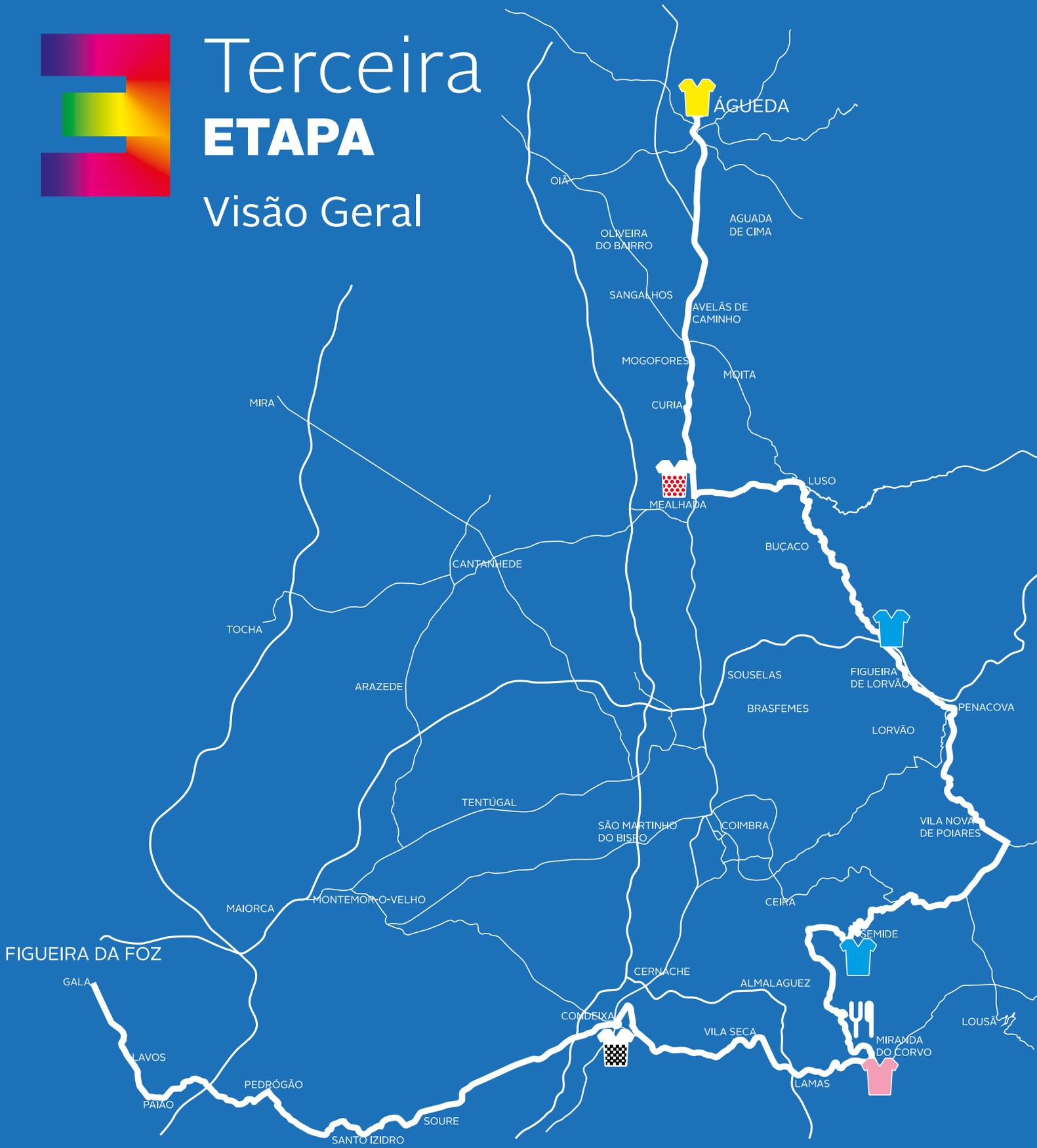


[www.santos.pt](http://www.santos.pt)



# Terceira ETAPA

## Visão Geral



 [consumiveis-online.com](http://consumiveis-online.com)

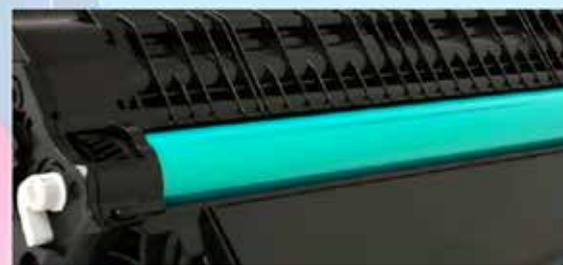
# TINTEIROS E TONERS originais e compatíveis

material e equipamento de escritório | informática, acessórios

## PEÇA-NOS ORÇAMENTO

envie os modelos das suas impressoras  
para [geral@consumiveis-online.com](mailto:geral@consumiveis-online.com)

Apoio Directo . 234 010 023 | 918 597 829  
[geral@consumiveis-online.com](mailto:geral@consumiveis-online.com)  
[www.consumiveis-online.com](http://www.consumiveis-online.com)



**POUPE**  
até **-70%**

**EM CONSUMÍVEIS  
COMPATÍVEIS**

# LITOGROU

Indústria Gráfica, Lda.

DESIGN | FOTOGRAFIA | LITOGRAFIA | IMPRESSÃO DIGITAL

## NOVAS INSTALAÇÕES

Boa relação preço/qualidade

Profissionalismo

Dinamismo

Competência

Visite-nos ou consulte  
o nosso site.



Zona Ind. de Vila Verde Sul | Rua A - LOTE 5 | 3770-305 OLIVEIRA DO BAIRRO  
Telef. 234 669 201 | Fax: 234 669 203 |  
[geral@litogrou.pt](mailto:geral@litogrou.pt) | [www.litogrou.pt](http://www.litogrou.pt)

# ÁGUEDA

---

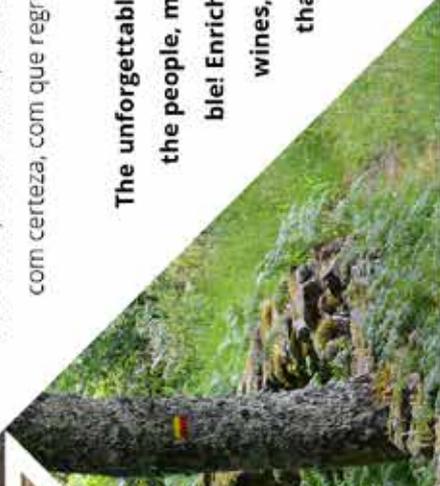
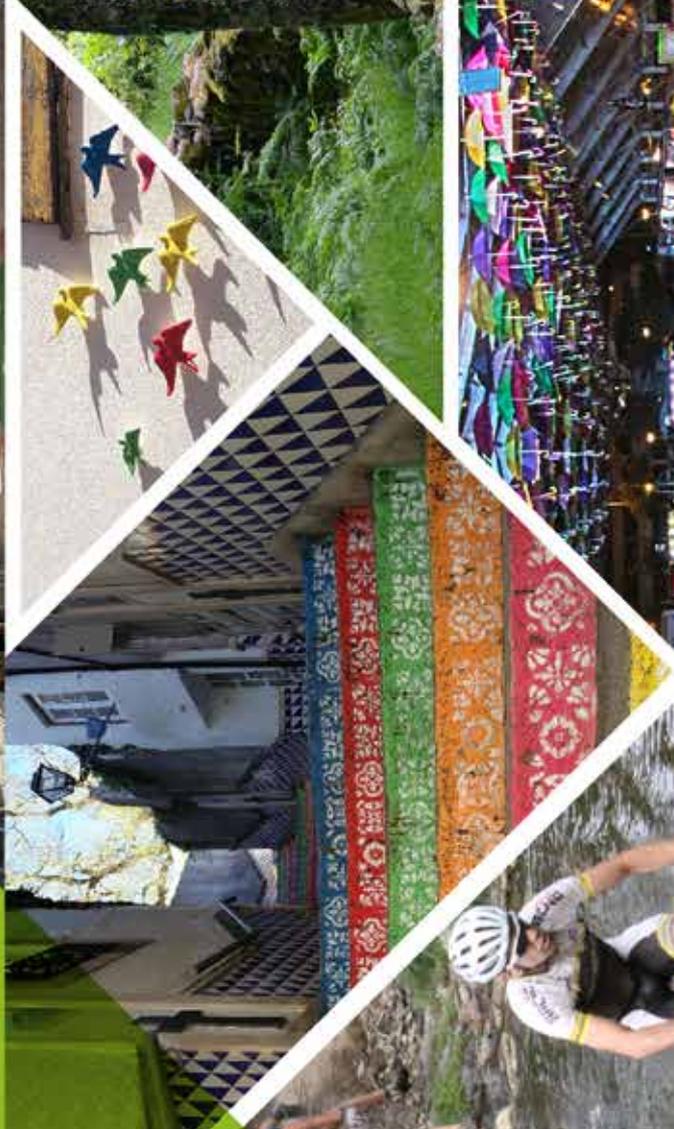
## PORTUGAL

# COLORFUL CITY

## CIDADE COLORIDA

Águeda com as suas gentes, o inesquecível colorido das ruas e a arte urbana tornam a visita a Águeda única! Enriquecida com uma gastronomia de referência, bons vinhos, um cartaz cultural e o património farão, com certeza, com que regresse!

**The unforgettable colorful streets, urban art and the people, make the visit to Agueda memorable! Enriched with a reference cuisine, fine wines, a cultural program and heritage that surely will make you return!**



CM-AGUEDA.PT

ÁGUEDA  
CÂMARA MUNICIPAL

# Águeda Capital Nacional das Duas Rodas

É com alegria renovada que a Cidade e o Concelho de Águeda acolhem mais uma edição da segunda prova mais antiga do calendário velocipédico nacional: o Grande Prémio ABIMOTA.

Esta é uma prova desportiva com o maior significado para Águeda, não apenas por ser a Capital Nacional das Duas Rodas, o Bike Valley nacional, mas também por ser mais uma demonstração do dinamismo e capacidade empreendedora do movimento associativo dos nossos empresários deste setor em renovado desenvolvimento.

A promoção deste evento constitui também motivo de regozijo por ser uma outra forma de encorajar à prática desportiva salutar em bicicleta.

Enquanto anfitrião desejo que público, atletas, equipas técnicas, e comunicação social possam desfrutar de tudo o que Águeda tem para oferecer. Apenas alguns destaques: a nossa deliciosa gastronomia, a encantadora Pateira, a nossa deslumbrante zona serrana, o Panteão dos Lemos, e as refrescantes margens do rio Águeda.

À Organização os nossos parabéns pela tenacidade e dedicação na preparação da prova.

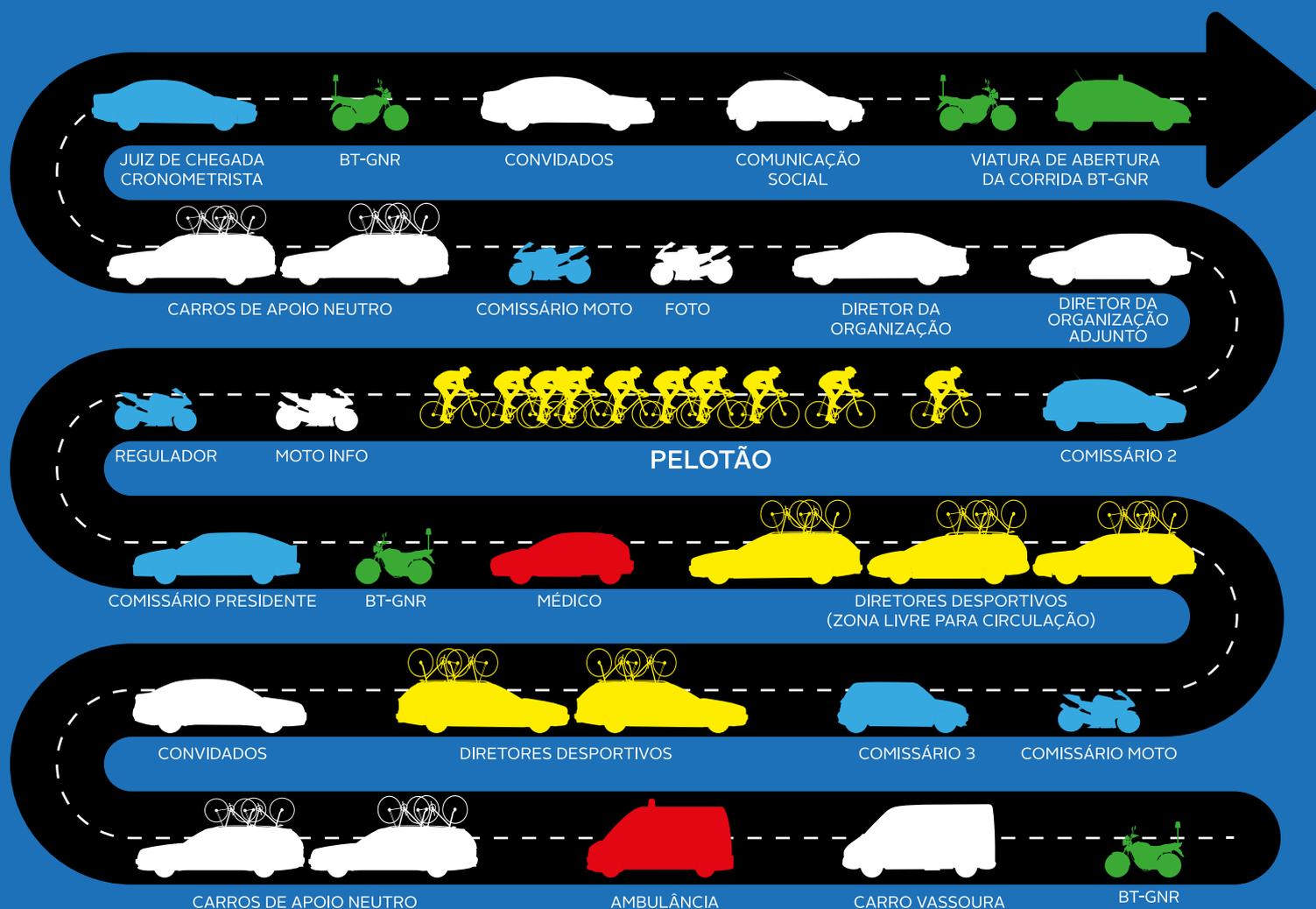
A todas as Equipas e Ciclistas o nosso aplauso e saudações desportivas.

**Dr. Gil Nadais**

Presidente da Câmara Municipal de Águeda



# Caravana



*Casa Vidal*  
RESTAURANTE

**Vidal Ferreira, Lda.**

Almas da Areosa - Apartado 49

3754-908 Aguada de Cima

(Águeda Sul)

Telf: 234 666 353 - Fax: 234 666 624

# DECANOR

TRATAMENTO DE METAIS

**DECAPAGEM**

[www.decanor.pt](http://www.decanor.pt)

**MECÂNICA**

(FERRO)

**DESOXIDAÇÃO**

**GRANALHAGEM**

**DECAPAGEM**

**FABRICO DE SUSPENÇÕES**

**REPARAÇÃO DE SUSPENSÕES**

**PROTECÇÃO SUPERFICIE**

**QUIMICA**

(ALUMINIO - KTL)



**IMPRIMIMOS  
AMEMÓRIA  
DO FUTURO**

 [artipol.net](http://artipol.net) / [www.artipol.net](http://www.artipol.net)

 **artipol**<sup>®</sup>  
ARTES  
GRÁFICAS

  
**iBA**  
INTERNATIONAL BUSINESS AGENCY  
a new approach on business consulting

**EXN**  
**EXN**  
Exceed the Novelty



# WE GIVE COLOR TO YOUR RUN

INSTALAÇÕES COMPLETAS DE TRATAMENTO  
DE SUPERFÍCIE

ESTUFAS/FORNOS DE SECAGEM,  
POLIMERIZAÇÃO, INFRAVERMELHOS

SISTEMAS DE FILTRAÇÃO E  
DESPOEIRAMENTO

TRANSPORTADORES AÉREOS

CABINAS DE PINTURA A PÓ, COM TROCA  
DE COR RÁPIDA

AUTOMAÇÃO INDUSTRIAL

CÉLULAS ROBOTIZADAS

CABINAS PINTURA LÍQUIDA

**MAIS DOIS PRESTIGIOSOS PRÉMIOS  
PARA A RODI – SINKS AND IDEAS, S.A.**

A RODI demonstrou elevada competência no design do lava-louça INVICTUS, sendo considerada, pelo RED DOT AWARD e pelo A' DESIGN AWARD, uma das melhores do setor.

*Invictus*



**reddot design award  
winner 2016**