

Volta a Portugal Continente

04 PRÓLOGO Lisboa

Vila Franca de Xira Elvas

Badajoz Castelo Branco Sertã Covilhã (Torre) Guarda Viseu

09 DIA DE DESCANSO Viseu Etapa da Volta Brisa/RTP

10 5ª ETAPA

Mealhada Miranda do Corvo (Observatório de Vila Nova) 6ª ETAPA Águeda

12 7° ETAPA Santo Tirso Braga

13 8ª ETAPA Viana do Castelo

9ª ETAPA 14 **Paredes** Mondim de Basto (Sra. da Graça)

15 10° ETAPA (CRI) Vila Nova de Gaia











































Fornecedores Oficiais



















Parceiros Oficiais

















Parceiros Media





Câmaras Municipais

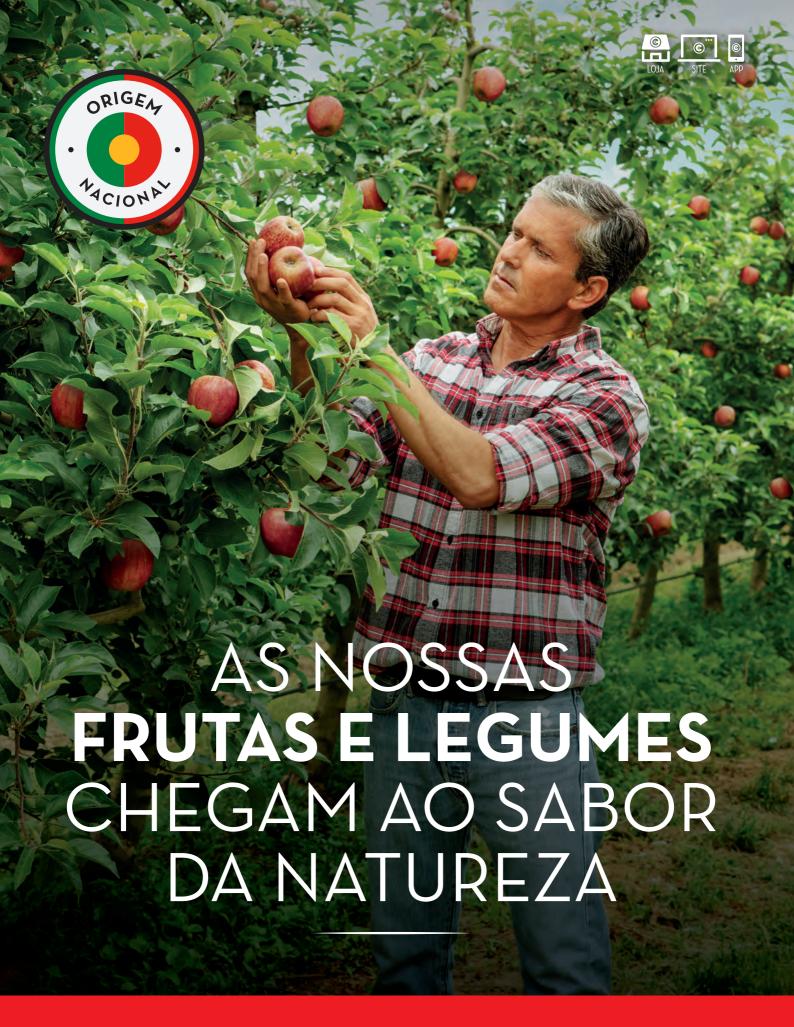
LISBOA - VISEU - PORTO - VILA NOVA DE GAIA - VILA FRANCA DE XIRA - MONTEMOR-O-NOVO - ARRAIOLOS - ELVAS - BADAJOZ - CAMPO MAIOR ARRONCHES - MONFORTE - PORTALEGRE - CASTELO BRANCO - SERTÃ - PROENÇA-A-NOVA - OLEIROS - FUNDÃO - COVILHÃ - GUARDA MEALHADA - CANTANHEDE - MONTEMOR-O-VELHO - SOURE - CONDEIXA-A-NOVA - LOUSÃ - MIRANDA DO CORVO - ÁGUEDA - MAIA SANTO TIRSO - PÓVOA DE VARZIM - ESPOSENDE - BRAGA - VIANA DO CASTELO - FAFE - PAREDES - MONDIM DE BASTO







www.volta-portugal.pt · facebook.com/voltaaportugal · instagram.com/voltaportugal



CONTINENTE

CARGOS OFICIAIS

OFFICIELS

DIRECÇÃO ORGANIZAÇÃO Direction Organization

Davide Pereira . Joaquim Gomes . José Carmona Santos Luis Ribeiro Soares . Maria João Prieto . Nuno Pereira . Teresa Ribeiro . Vasco Empis

DIREÇÃO DESPORTIVA E SEGURANÇA Direction sportif et securitée

Joaquim Gomes | +351 933 511 456 Av. Eng. Duarte Pacheco nº 19 6°D, Lisboa - Portugal Tel: 351 21 389 41 80 Fax: 351 21 049 31 81 Email: joaquim.gomes@podi1.com

EQUIPAS Equipes

José Carmona | +351 966 821 570

MÉDICO COORDENADOR Médecin Coordonnateur

Dr. André de Lima Antunes | +351 968 371 525

MÉDICO 2 E 3 Médecin 2 et 3

Dr. Diogo Abreu | +351 912 538 303 Dr. Diogo Lima | +351 911 585 878

ENFERMEIRO

Infirmière

Rui Simões | +351 912 668 525

SINALIZAÇÃO Signalisation

Nuno Alves | +351 914 008 055

SPEAKER

Teixeira Correia | +351 965 804 515

DIRECÇÃO DE COMUNICAÇÃO Direction de Communication

Vasco Empis | +351 919 531 365 Duarte Pinheiro de Melo | +351 911 911 900

GABINETE DE IMPRENSA

Bureau de Presse

João Ferreira | +351 937 475 182

DIRECÇÃO COMERCIAL E MARKETING Direction Commercial et Marketing

Davide Pereira | +351 933 511 466

RESPONSÁVEL PROGRAMA RTP Programme RTP Responsable

João Ferreira | +351 937 475 182

ANIMAÇÃO PARTIDAS Animation Départs

Almeida Santos | +351 911 512 946

ANIMAÇÃO CHEGADAS E PÓDIO

Animation d'Arrivées et Podium

Davide Pereira | +351 933 511 466

APOIO AO PATROCINADOR

Assistance Sponsors

Tiago Vilar | +351 925 191 237

CLUBE DA VOLTA PARTIDAS E CHEGADAS

Club Volta Départs et Arrivées

Paulo Quintino | +351 933 511 457

ALMOÇOS CORPORATE

Les déjeuners d'entreprise

Luis Ribeiro Soares | +351 969 860 367 Nuno Pereira | +351 962 974 961

PROTOCOLO E PÓDIO

Protocole et podium

Maria João Prieto | +351 967 322 365

DIRECÇÃO OPERAÇÕES E LOGISTICA

Direction Logistique et Securitee

Paulo Quintino | +351 933 511 457

DIRECÇÃO ADMINISTRATIVA e FINANCEIRA

Direction Administrative et Financiere

Nuno Pereira | +351 962 974 961

SECRETARIADO, COMISSÁRIOS E CREDENCIAÇÃO PERMANENCE

Commissaires et Accreditation

Teresa Ribeiro | +351 933 511 467

ALOJAMENTOS

Hébergement

João Ferreira | +351 937 475 182

COMANDANTE DO DESTACAMENTO BT-GNR CHEF DE LA GENDARMERIE

Capitão Rui Costa

COLÉGIO DE COMISSÁRIOS COLLEGE DES COMMISSAIRES

Presidente / Président - Laurent Genetelli Titulares / Titulaires - Luis Miguel Loureiro, João Pedro Arraiolos

Motos / Motos - Alberto Cordeiro, Ana Isabel Ferreira, Nuno Ramos

Juiz de Chegada / Juge d'Arrivée – Alberto Mestre Aux. J. Chegada / Auxiliaire Juge d'Arrivée – Luis Teixeira Cronometrista / Chrono – Andreia Santos Juiz de Partida / Juge Départ – Sofia Bartolomeu

Inspector anti-doping / Inspécteur anti-dopage - Carlos Correia





FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CICLISMO

DELMINO PEREIRA

Presidente

VOLTA A PORTUGAL 2022 O MAIOR E MAIS ANTIGO EVENTO DESPORTIVO NACIONAL

Volta a Portugal é o maior evento desportivo do país, mas é muito mais do que isso. É um acontecimento que faz parte da cultura popular portuguesa, sendo exemplar na forma como proporciona aos adeptos as emoções do desporto ao mesmo tempo que anima as povoações e promove o território.

A ligação umbilical ao Portugal profundo e às suas gentes explica a longevidade da Volta a Portugal, que está apenas a cinco anos de comemorar um século de existência. A edição de 2022, com início em Lisboa e final nas cidades do Porto e de Gaia, viajará também pelo interior do país e até fará uma incursão a Espanha, numa demonstração de vitalidade do ciclismo, em geral, e deste evento, em particular, sempre capaz de captar o interesse dos cidadãos e dos seus representantes autárquicos.

Estou, pois, certo de que, ao longo dos 11 dias de competição, teremos novamente enchentes de público, ávido de aplaudir e apoiar todos os ciclistas sem exceção, provando que o ciclismo é uma modalidade particular, que não divide mas aproxima as pessoas. É por isso que a Volta a Portugal é uma festa popular de rua, um acontecimento verdadeiramente familiar.

É posicionamento social que faz da Volta o maior acontecimento desportivo do país e é por isso que, no plano estritamente desportivo, é o grande objetivo anual das equipas profissionais portuguesas. O mediatismo e o calor do público dão um contributo fundamental para viabilizar estes projetos e para dar o justo retorno aos patrocinadores.

Na qualidade de presidente da Federação Portuguesa de Ciclismo, faço votos para que todas as equipas alcancem as metas desportivas a que se propõem, deixando uma palavra especial de incentivo às equipas e aos corredores portugueses. Faço votos para a corrida decorra de acordo com todos os padrões de desportivismo e fair play, estando certo de que assim será, pois esse tem de ser um compromisso permanente de toda a comunidade velocipédica.

Agradeço à Podium Events e a todos os patrocinadores e autarquias que tornaram possível a organização de mais uma edição da volta a Portugal.



POWER TO PERFORM

O NOSSO KNOW-HOW RESULTA EM IDEIAS QUE VENCEM ETAPAS.



SECRETARIA DE ESTADO DA JUVENTUDE E DO DESPORTO

JOÃO PAULO CORREIA Secretário de Estado da Juventude e do Desporto

om 95 anos de história, a Volta a Portugal em bicicleta, conquistou já um patamar de excelência que vai muito além de uma prova desportiva.

Nesta sua 83ª edição, destaco o papel da Volta em projetar e elevar diversas cidades e localidades do nosso território, que através do desporto, chegam à casa dos portugueses.

É por todos reconhecido que a Volta a Portugal em bicicleta tem granjeado uma forte projeção mediática, traduzida na transmissão televisiva em direto, assumindo-se como elemento de afirmação do País, enquanto local privilegiado para a realização de grandes eventos desportivos e constitui uma oportunidade de promoção do património histórico e cultural, das localidades envolvidas.

Trata-se de um evento de referência do calendário desportivo nacional da modalidade, cuja relevância desportiva e qualidade organizativa são amplamente reconhecidas.

Com mais de um milhar de participantes, a dimensão deste evento é bem representativa da tradição, no País, de uma modalidade caraterizada pela espetacularidade e pela envolvência da população, constituindo um claro estímulo ao aumento da prática desportiva, designadamente, junto dos jovens, que poderão assistir, ao vivo, a uma competição disputada ao mais alto nível, por alguns dos melhores ciclistas e equipas da atualidade.

Esta sua dimensão de proximidade ao território, aliada à qualidade competitiva que lhe é reconhecida, atrai aos concelhos que percorre, um número considerável de visitantes, nacionais e estrangeiros, gerando, diariamente, um significativo impacto económico, associado a outros eventos e festejos que consigo acrescenta, com repercussão na economia local.

O meu agradecimento a toda a organização, à Federação Portuguesa de Ciclismo, a todos os Municípios envolvidos e aos patrocinadores, pela forma como contribuem para que escrever mais este capítulo na história do desporto em Portugal.

Obrigado.









CONTINENTE





CONTINENTE

TIAGO SIMÕES **Diretor de Marketing**

83° VOLTA A PORTUGAL CONTINENTE

m 1985 nascia o primeiro hipermercado português na região norte do país, o Continente de Matosinhos. Desde esse primeiro momento que muito mudou, mas algumas coisas permanecem: a dedicação e serviço às famílias portuguesas, o compromisso de bem receber quem visita as nossas lojas e querer estar presente e ser parte ativa na comunidade que nos acolhe.

Hoje, o Continente é líder do seu setor, está em todo o território nacional – incluindo ilhas –, e ainda assim mantemos esta ambição intrínseca de querer ir mais além. E há parceiros com quem faz mais sentido percorrer esse caminho.

2022 continua a ser um ano de recuperação da pandemia que tanto interferiu com os planos de todos; é um ano de retoma de eventos, de marcar ainda mais convívios, de estarmos presentes, juntos, cara a cara. De celebrar a liberdade, as emoções à flor da pele, a adrenalina do reencontro. E há momentos que pedem justamente isso.

Não há quem não saiba o que é a Volta a Portugal em Bicicleta; não há evento que espelhe tradição, gentes e cultura, tão bem como a Volta.

É por este encontro de valores, entre o Continente e a Volta, que muito nos orgulhamos de ser parceiros e, pela primeira vez, em 2022, patrocinarmos a camisola amarela. A Camisola Amarela Continente é um sinal de triunfo, mas também é uma história de conquista, de esforço, de superação. Poder envergar esta camisola, que combina a cor da vitória com a marca Continente, é uma ocasião que queremos celebrar com todos, ao longo das várias etapas da 83ª edição.

Esta é a camisola dos vencedores, mas também é um símbolo da aventura e festa que a prova representa em todas as zonas do país pelas quais passa. O desporto é uma forma de promovermos a tolerância, o respeito, a resiliência, estilos de vida saudáveis, a importância do fairplay, a portugalidade e a união.

Sentir o entusiasmo dos que vivem a prova sem descolar os olhos do pelotão, a alegria dos que se regozijam com o convívio organizado, o burburinho que vai correndo pelas bermas da pista, são tudo motivos pelos quais nos sentimos uma marca voltista e parte desta grande família desportiva.

Das zonas rurais às mais urbanas, há uma tradição que só a Volta consegue inspirar, partilhada de geração em geração, e que convidamos todos a experienciar. A 83ª Volta a Portugal Continente está aí e que conquista importante é a Camisola Amarela Continente.



O ciclista que somar o maior número de pontos em cada etapa da Volta a Portugal em Bicicleta recebe a Camisola Verde da Rubis Gás.







PATROCINADOR OFICIAL CAMISOLA VERDE



RUBIS ENERGIA PORTUGAL

ARNAUD HAVARD

Diretor Geral

com orgulho que fazemos parte deste emblemático evento e assumimos o compromisso de contribuir para o sucesso desta grande prova.

Este ano marca mais uma edição da iniciativa solidária "Pedalar por uma Causa", um dos projetos da Rubis por uma Causa, comparticipada pela Rubis Mécénat, que irá apoiar três instituições de solidariedade social.

A Rubis Gás terá, na Feira da Animação das Chegadas, uma estrutura com bicicletas para que todos possam pedalar e contribuir para ajudar as instituições.

Cada quilómetro equivale a 5 euros e, no final, os quilómetros acumulados, nas várias localidades, serão contabilizados e o valor será repartido pelas seguintes instituições: Associação NOMEIODONADA O Kastelo, CERCI Braga e FROC – Fundação Rui Osório de Castro.

Desde 2017 que damos vida a esta iniciativa solidária, na qual já percorremos um total de 13.000 quilómetros e apoiámos 12 instituições. Na última edição apoiámos o Grupo Dançando com a Diferença, o Centro Comunitário Bento XVI e a Associação das Aldeias de Crianças SOS Portugal.

Contamos com o apoio de todos para fazer chegar esta causa mais longe.

Vamos ter ainda a honra de dar nome à Camisola Verde que premeia o ciclista que alcançar o maior número de pontos nas Metas Volantes. Uma camisola que distingue não só o esforço de cada atleta, mas também a astúcia e a estratégia das equipas.

A Camisola Verde representa muitos dos valores com os quais a Rubis Gás se identifica e que fazem parte do seu ADN: a resiliência para enfrentar os permanentes desafios até alcançar a meta; o foco na preparação, essencial para que os objetivos, individuais e de equipa, sejam alcançados; e também a energia, a motivação e a perseverança são fundamentais para a vitória e sucesso.

É com satisfação que fazemos parte da Volta a Portugal e que acompanhamos, juntamente com os nossos profissionais e parceiros de negócio, as equipas e os extraordinários ciclistas ao longo dos milhares de quilómetros, levando o nosso calor a tantas localidades de Portugal.

Desejamos boa sorte a todos os participantes!



EUROPCAR

PAULO PINTO

Head of Country - Europear Mobility Group Portugal

a 83ª edição da mais icónica prova do ciclismo nacional, a Europcar, um dos principais players nos mercados de mobilidade em Portugal, assume o patrocínio do Prémio da Camisola de Montanha. Partimos para a estrada com entusiasmo e antecipação, por fazermos parte de um evento desportivo com tanta história e tradição no nosso país. É com natural satisfação que dizemos que a Europcar é patrocinadora da Volta a Portugal!

Depois de vários anos de mãos dadas com vários eventos ligados a esta modalidade desportiva, a Europcar decidiu avançar para aquela que é sem dúvida a prova rainha do ciclismo em Portugal e que tantas paixões mobiliza. Consideramos que é uma honra podermos partilhar o entusiasmo e a dedicação daqueles que vivem diariamente e sempre com muita emoção, com as bicicletas, sejam atletas, membros das equipas, organizadores e adeptos. Sentimos que pertencemos aqui. Porque partilhamos da atitude vencedora, da resiliência, da capacidade de superação, da união e da criatividade para ultrapassar os obstáculos que diariamente temos que superar na nossa atividade.

A ligação da Europcar a este evento, surge de forma natural, dando continuidade a uma estratégia global de mobilidade sustentável. A Europcar tem solidificado a sua atividade através de uma frota diversificada que disponibiliza um conjunto de soluções atrativas de mobilidade e alternativas ao veículo próprio tais como: aluguer de veículos, nomeadamente elétricos, soluções de carga de veículos, e aluguer de bicicletas e motos. Ao longo dos próximos anos, queremos que o Europcar Mobility Group se assuma como líder em mobilidade sustentável, compromisso recentemente reforçado pela direção internacional da companhia.

Escolhemos patrocinar o prémio da Camisola de Montanha porque enquanto companhia nos revemos nas características dos trepadores. Têm objetivos bem definidos, focam-se e lutam muito para os alcançar. São resilientes, resistentes e vibram a cada vitória, mesmo nas vitórias intercalares. Assim é a vida das equipas na Europcar. Trabalhamos com entusiasmo e em equipa, com objetivos claros e festejamos todos com as vitórias.

Assente numa lógica de proximidade, a Europcar está presente em mais de 80 balcões de atendimento estrategicamente localizados por todo o País, o que nos dará motivo acrescido de alegria por podermos passar nas localidades onde temos balcões e desfrutar do espírito de convívio proporcionado pela Volta, tão necessário e salutar. Trabalhamos com pessoas e para pessoas, é assim que nos sentimos felizes.

Não quero deixar de agradecer em primeiro lugar à nossa equipa que é um exemplo de motivação e que tanto nos orgulha, mas também a toda a organização da prova. Por fim, desejar aos atletas uma competição inspirada. Boa Volta a Portugal a todos!





Patrocinador da Camisola da Juventude







SANTA CASA DA MISERICÓRDIA

EDMUNDO MARTINHO Provedor

com grande satisfação que os Jogos Santa Casa se associam, uma vez mais, ao evento desportivo mais popular no nosso país, a Volta a Portugal em Bicicleta. A história dos Jogos Santa Casa cruza-se com a da Volta a Portugal. São já quase seis décadas em que, por muitas ocasiões, marcámos presença no apoio à caravana da Volta, tendo começado nos anos 60, então como Departamento de Apostas Mútuas. O nosso envolvimento nesta prova tem refletido a tendência de um posicionamento cada vez mais robusto por parte dos Jogos Santa Casa no apoio ao desporto e aos atletas nacionais. Apoio, esse, que nos dias de hoje é mais forte do que nunca.

Um dos grandes eixos da nossa atuação na promoção do desporto está direcionado, precisamente, para os atletas mais jovens. Exemplo disso, entre outros, é a atribuição das Bolsas de Educação Jogos Santa Casa, pensadas para garantir que os nossos melhores desportistas possam conciliar a prática da sua atividade com a carreira académica. É, por isso, de forma natural que patrocinamos a "camisola" que premeia o melhor entre os mais jovens, através da Camisola Branca da Juventude. Um prémio que pretende motivar os jovens talentos. Atribuímos igualmente, uma vez mais, o Prémio "Melhor Português", destinado ao ciclista nacional que obter a melhor classificação na geral individual, um incentivo inequívoco ao talento luso.

A Volta a Portugal em Bicicleta é um evento inspirador, que está no coração de todos os portugueses. Por lá passaram vultos do desporto nacional, como Marco Chagas, Alves Barbosa, José Maria Nicolau, Alfredo Trindade e o inigualável Joaquim Agostinho, homens grandiosos que levaram a paixão e a emoção do ciclismo às estradas deste País e às casas de milhares de portugueses, abrangendo todas as gerações, dos mais novos aos mais velhos.

Este é, igualmente, um evento que contribui para divulgar ainda mais uma modalidade que tem vindo a aumentar o número de praticantes, seja a nível de competição, seja no quotidiano, pela via do cicloturismo e do lazer, onde a bicicleta assume um lugar central na reconfiguração da mobilidade urbana. Acresce a todos estes fatores o cariz único de um desporto que dá a conhecer, através da transmissão televisiva, alguns dos locais mais belos de Portugal, promovendo o território nacional e levando o melhor da modalidade a zonas do País muitas vezes esquecidos pelos eventos de massas.

Gostaria de assinalar um dado que nos enche de particular regozijo. Para além da presença na Volta a Portugal em Bicicleta de masculinos, somos desde o ano passado também patrocinadores da Volta a Portugal Feminina. Uma estratégia que reflete a evolução que o desporto feminino tem tido recentemente no nosso País, algo que nos deve deixar a todos orgulhosos, mas cada vez mais ambiciosos, na criação de condições para promover a prática desportiva de todas e de todos.

Que os bravos do pelotão da Volta nos encham de orgulho, pela sua dedicação, esforço levado ao extremo e capacidade de sofrimento e superação. Deixo votos de que a Volta a Portugal em Bicicleta seja mais uma vez um grande sucesso e que os largos milhares de espetadores que, seguramente, darão de novo um grande colorido às estradas do país, possam assistir novamente a um grande espetáculo velocipédico.



A VOLTA A PORTUGAL está em boas mãos

Mais uma vez, o grupo Lusíadas Saúde marca presença na maior prova do ciclismo português, assegurando os Serviços Médicos da Volta a Portugal. Com uma aposta firme no desporto enquanto promotor de vidas saudáveis, a Lusíadas mantém-se com orgulho ao lado de atletas com uma determinação tão inspiradora.



SERVIÇOS MÉDICOS





GRUPO LUSÍADAS SAÚDE

VASCO ANTUNES PEREIRA CEO DO GRUPO LUSÍADAS SAÚDE

Volta a Portugal faz parte da nossa identidade enquanto País. Ao longo destes quase 100 anos, desde a realização da primeira prova, mantém uma proximidade local com cada cidade que atravessa, unificando simultaneamente todo o território. Cada etapa tem as suas características e desafios, e é a junção de todas que lhe confere o seu tão apreciado ADN.

É com grande orgulho que a Lusíadas Saúde assegura, pela quarta vez consecutiva, a prestação de cuidados de saúde deste grande evento do desporto nacional. Renovamos, assim, uma parceria de impacto em que, juntos, atravessamos Portugal de norte a sul, com os Ciclistas e profissionais de saúde totalmente alinhados nos níveis de dedicação e de qualidade.

Ser o serviço médico oficial da 83.ª Volta a Portugal Continente traduz a estreita ligação com a nossa missão de contribuir para que os portugueses tenham vidas mais saudáveis. O desporto é indissociável deste compromisso e é um pilar fundamental na promoção da saúde preventiva, mais do que justificando o nosso apoio a uma prova histórica, nacional e internacionalmente conceituada.

Ao longo dos 12 dias, vamos estar na estrada e garantir a prestação de cuidados de saúde de excelência a todos os atletas, às equipas técnicas e aos espetadores, que dão vida a este evento. Para tal, contamos com o envolvimento de profissionais das Unidades Lusíadas, de Norte a Sul. Sabemos como é importante que todos se sintam seguros.

Em nome da Lusíadas Saúde, agradeço à Podium Events, à Federação Portuguesa de Ciclismo e a todos os patrocinadores, fornecedores e parceiros por, juntos, assegurarmos uma nova edição.

A Volta a Portugal está em boas mãos. Em mãos Lusíadas.

RTPPLAY



Com a RTP Play pode acompanhar as modalidades e competições desportivas em direto e voltar a ver tudo outra vez para que não lhe escape mesmo nada. Agora já sabe, quando o assunto é desporto, vá à RTP PLAY.



RTP

NICOLAU SANTOS Presidente

A VOLTA É UMA FESTA. E POESIA

ão há evento desportivo mais democraticamente popular que a Volta a Portugal em bicicleta. O estádio é o país inteiro, não se pagam bilhetes para entrar nem é preciso ser sócio, leva-se a família para ver o espetáculo, aplaudem-se todos os artistas sem excepção, não há árbitros para injuriar e sempre que necessário ajuda-se os ases dos pedais após uma queda ou numa subida mais agreste sem que isso motive uma chuva de impropérios entre os que estão a assistir. No Portugal cinzento de antes de 1974, a Volta era uma rasgão de claridade nessa vidinha triste

No Portugal cinzento de antes de 1974, a Volta era uma rasgão de claridade nessa vidinha triste que o povo levava. Era, pode dizer-se, um acto subversivo, contra os mangas de alpaca, uma pedra no pântano de águas paradas em que se vivia. Grandes cronistas do jornal «A Bola», como Carlos Pinhão, Carlos Miranda ou Homero Serpa, utilizavam a prova para subliminarmente passarem mensagens contra o regime. E os poetas também se inspiraram, casos de Alexandre O'Neill e de Herberto Helder, que escreveu o poema «A bicicleta»:

«Lá vai a bicicleta do poeta em direcção / ao símbolo, por um dia de verão / exemplar. De pulmões às costas e bico / no ar, o poeta pernalta dá à pata / nos pedais. Uma grande memória, os sinais / dos dias sobrenaturais e a história / secreta da bicicleta. O símbolo é simples. / Os êmbolos do coração ao ritmo dos pedais — / lá vai o poeta em direcção aos seus / sinais. Dá à pata / como os outros animais (...)

Outro enorme poeta, o brasileiro Vinicius de Moraes, não viu heróis alados em cima das máquinas mas meninas — e escreveu a «Balada das meninas de bicicleta».

«Meninas de bicicleta / Que fagueiras pedalais / Quero ser vosso poeta! / Ó transitórias estátuas / Esfuziantes de azul / Louras com peles mulatas / Princesas da zona sul: / As vossas jovens figuras / Retesadas nos selins / Me prendem, com serem puras / Em redondilhas afins (...)». E mais à frente: «Vós que levais tantas raças / Nos corpos firmes e crus: / Meninas, soltai as alças / Bicicletai seios nus! (...)»

Não será esse o espetáculo que veremos nas estradas de Portugal no tórrido mês de Agosto, mas sim homens que afrontam sob o sol impiedoso as subidas inclinadas, as curvas apertadas ou as retas sem fim, acompanhados por motas e veículos de todo o tipo, com o desejo de chegar sempre mais longe e mais além, de ultrapassar os limites, mas temendo que em algum momento por desfalecimento, queda, doença ou outra razão tenham de recorrer aos serviços médicos da Volta ou, em última instância, vejam acabar com vergonha e imensa tristeza os seus sonhos no carro-vassoura.

A RTP, a televisão dos grandes eventos políticos, musicais, culturais, religiosos ou desportivos, está de novo presente na cobertura da 83ª Volta a Portugal em bicicleta, cobrindo com muito gosto um acontecimento que se integra na sua missão de serviço público e que permite, ao mesmo tempo, dar a conhecer aos portugueses lugares ignotos, paisagens surpreendentes, vilas históricas e outras que raramente aparecem no espaço mediático.

Na Volta há sempre muitas histórias para contar, as da corrida e dos atletas, mas também do mundo que gira à volta deles, e igualmente de quem todos os anos cumpre religiosamente o prazer de ver a caravana passar na sua velocidade vertiginosa ou que, pura e simplesmente descobriu este ano o fenómeno. E depois há as histórias da própria RTP na Volta, como daquela vez em que o carro de exteriores avariou e foi necessário rebocá-lo ao longo de todas as etapas para que, através dele, fosse feita a cobertura do acontecimento. E fez-se mesmo, sem falhas – e ninguém notou.

A cobertura da Volta é uma operação que exige enorme competência e dedicação de todos os profissionais da RTP, quer os que vão para a estrada montados em motas e de câmara a tiracolo ou nos carros de exteriores, quer os técnicos que seguem na retaguarda para assegurar a emissão, quer ainda os que na sede coordenam e colocam em antena tudo o que vai chegando. É um extraordinário exercício exemplar de solidariedade e entreajuda, que só funciona bem em equipa – e é ao mesmo tempo uma verdadeira paixão para todos os que se envolvem na cobertura do acontecimento.

Por isso, entre 4 e 15 de Agosto, a RTP mostrará das estradas do pais para todo o mundo e em todas as plataformas a 83ª Volta a Portugal em bicicleta.



PRONTO PARA TODAS AS VOLTAS



808 200 808

Carclasse

CARCLASSE

PATROCINADOR OFICIAL

o longo do tempo tem-se assistido a um decréscimo populacional significativo das zonais rurais, localizadas sobretudo no interior do país. As pessoas tendem a estabelecer-se junto dos grandes centros urbanos desconhecendo o que se encontra para lá de determinada fronteira. Neste sentido, a Volta a Portugal assume um papel preponderante dado que, mais do que uma prova desportiva, se assume como um momento de dinamização destas zonas e de aproximação entre o litoral e o interior do país. É um momento de união da Nação.

Através daquela que é considerada a prova rainha do ciclismo no nosso país, são divulgados monumentos de património cultural, tradições e locais recônditos desconhecidos de tantos portugueses. São dias de convívio e de partilha de conhecimentos entre as diferentes gentes que se deslocam até às várias etapas da prova. Com efeito, a sua elevada qualidade competitiva atrai aos concelhos pelos quais passa um considerável número de pessoas que são imbuídas pelo entusiasmo e pela alegria dos ciclistas que integram esta icónica prova do calendário da modalidade.

A dimensão deste evento permite-nos afirmar que esta é uma prova de extrema importância social e histórica para Portugal, potenciando simultaneamente a coesão territorial e social.

A Carclasse sente-se honrada por, pelo terceiro ano consecutivo, estar envolvida nesta emblemática competição do desporto português, cujos valores vão de encontro àqueles por nós apregoados: a busca constante pela superação, a resiliência e o trabalho de equipa. Cientes de que estes princípios são essenciais para o sucesso em qualquer circunstância, torna-se para nós fundamental partilhar e difundi-los por Portugal fora.

Conscientes da importância do desporto para o bem-estar das pessoas, a Carclasse vê, também, nesta iniciativa uma forma de promover a prática desportiva e a adoção de estilos de vida mais saudáveis e sustentáveis.

Desta forma, é com um enorme orgulho que, nesta 84ª edição da Volta, disponibilizaremos 25 viaturas da frota Carclasse para estarem presentes ao longo de todo o percurso, de forma a assegurar que qualquer desafio que se apresente, seja um desafio eficazmente superado.

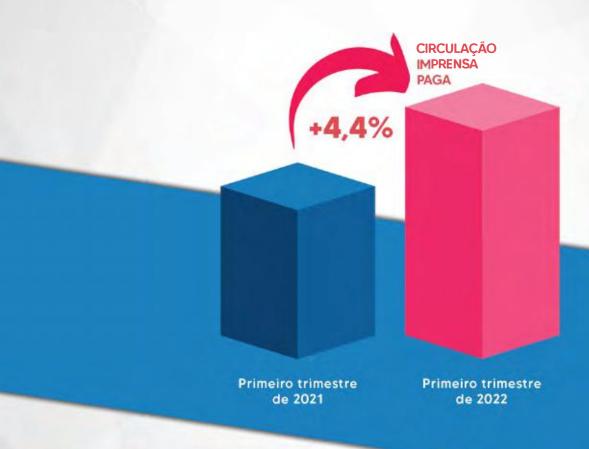
Desde 1927, muitos foram os quilómetros percorridos, as recordações e as emoções vividas e a Carclasse sente-se privilegiada por fazer parte desta competição que faz indubitavelmente parte da identidade nacional.

A Administração da Carclasse, deseja a todas as equipas, atletas e profissionais que vestem a camisola para assegurar um evento sem igual, o maior sucesso.



O NOSSO COMPROMISSO É MANTÊ-LO BEM INFORMADO

GRAÇAS A SI, CONSEGUIMOS CONTRARIAR A TENDÊNCIA DE EROSÃO DA IMPRENSA.



ESTAMOS A CRESCER

OBRIGADO POR ESTAR CONNOSCO

FONTE: APCT, CIRCULAÇÃO IMPRESSA PAGA



JORNAL DE NOTÍCIAS

INÊS CARDOSO **Diretora do Jornal de Notícias**

m 1927, 38 ciclistas munidos com bicicletas pesadíssimas, bidões de água ou cerveja arrancaram para a primeira edição da Volta a Portugal em Bicicleta. Foram percorridos 1958,5 quilómetros, em 18 etapas que cruzaram o país num traçado paralelo à fronteira e inspirado no Tour francês, ao longo dos quais foi ficando pelo caminho cerca de um terço dos atletas. Chegaram ao final 26 ciclistas, num sprint que encerrou a prova em Lisboa.

Desde esse ano inaugural, muito mudou na modalidade. As bicicletas estão muito mais leves e sofisticadas, com detalhes de ergonomia que facilitam imenso a tarefa de pedalar. A tecnologia entrou em força no apoio à definição da estratégia, com equipamento que monitoriza permanentemente a condição física dos atletas – há aplicações para todos os pormenores, ao ponto de até o ritmo e horas de sono entrar em linha de conta.

Apesar das muitas mudanças e novidades que os anos vão trazendo, uma coisa nunca muda: o entusiasmo do público, numa modalidade que é verdadeiramente intergeracional. Desde a primeira etapa houve multidões a saudar os 38 estreantes de 1927 como verdadeiros heróis, numa festa mais próxima do que qualquer outra do terreno e das populações.

À 83ª edição, as dez etapas da Volta unem as duas maiores cidades do país. A partida será em Lisboa, a 4 de agosto, e o vencedor será coroado no Porto, a 15. Pelo meio fica um dia de descanso em Viseu e um percurso que conta com cidades estreantes, mostrando que nem oito décadas esgotam as possibilidades de renovação e de novidade na prova rainha do ciclismo português.

Também novidade nesta edição é a entrada da Efapel de José Azevedo. A nova formação do antigo ciclista tem dado boas indicações ao longo da época, até porque recrutou atletas com boa pontuação, como Joaquim Silva, Rafael Silva e Tiago Antunes. Será mais um ingrediente para a competitividade da prova, que em 2021 foi muito renhida, mostrando que há cada vez mais argumentos de várias equipas na disputa pela vitória.

O "Jornal de Notícias" orgulha-se da ligação umbilical ao ciclismo e de ter cada vez mais projetos para levar a modalidade através do território. Entre 15 e 17 de julho, a segunda edição do Grande Prémio Douro Internacional teve como palco as paisagens únicas dos concelhos de Armamar, Lamego, Resende e Tabuaço. No final de agosto e início de setembro, voltamos a fazer-nos à estrada para o 31º Grande Prémio JN.

Na Volta a Portugal há espaço para todos, seja qual for a idade, profissão, credo ou condição social. Essa transversalidade faz também parte da história do "Jornal de Notícias". Com os atletas, aprendemos sobre empenho, trabalho de equipa, espírito de sacrifício. Com o público, percorremos os nossos territórios, bebendo da sua singularidade, escutando as populações e o trabalho das autarquias que tudo fazem para apoiar o desporto e através dele projetar o que de melhor têm para oferecer. Junte-se à festa.





BRISA

HUGO BENTO **Director Marketing Estratégico**

elo 15º ano consecutivo, o Grupo Brisa alia-se à prova-rainha do ciclismo nacional e um dos maiores eventos desportivos – a mítica Volta a Portugal. A 82ª Volta a Portugal marca o regresso de milhares de ciclistas e adeptos às estradas portuguesas, num ambiente de competição, que exige capacidade de elevação e de superação, e de festa e de convívio. Apelando à participação de todos, é um evento agregador e acarinhado pelo público português cuja longa tradição o torna num marco da história do desporto nacional.

No dia 9 de agosto, os ciclistas profissionais voltam a ceder a estrada aos adeptos e amantes da bicicleta. A 15ª Etapa da Volta Brisa RTP 2022, realizada no dia descanso da prova, é uma oportunidade para todos se tornarem em ciclistas por um dia e sentirem na pele (e nas pernas!) as sensações vividas pelos ciclistas numa Etapa da Volta a Portugal.

Para o Grupo Brisa, a 15ª Etapa da Volta Brisa RTP 2022 assume um cariz ainda mais especial. No ano em que comemora 50 anos a ligar e a transformar Portugal, o Grupo Brisa volta a participar num evento que apadrinha as comunidades locais e presta homenagem aos territórios.

Tal como a Volta a Portugal, a Brisa é também uma ponte de ligação, de norte ao sul do país e do litoral até à fronteira com Espanha. O reforço deste compromisso surgiu com a assunção do novo propósito corporativo que visa a transformação da qualidade de vida das comunidades através de uma mobilidade simples, segura e sustentável.

A mobilidade sustentável é, a par da segurança rodoviária, uma prioridade para a Brisa, depois de ter elevado a sustentabilidade ao quinto valor corporativo do Grupo. Desde há cerca de um ano que é possível cruzar Portugal do Minho ao Algarve num carro elétrico ao longo da rede de autoestradas operadas pela Brisa. A possibilidade de fazer longas distâncias com emissões zero, tal como a utilização da bicicleta – uma forma de mobilidade suave e sustentável – é a resposta da empresa para a promoção da transição energética.

O Grupo Brisa congratula-se por participar nesta festa. Que comece a Volta a Portugal!





DELTA CAFÉS

JOÃO NABEIRO ADMINISTRADOR

ciclismo de uma forma geral e a Volta a Portugal, em particular, estão intimamente ligados ao conceito de comemoração em família. Nas suas mais de oito décadas de existência, a Volta é uma das provas que melhor corporiza o sentimento de festa e confraternização entre amigos, sem perder naturalmente de vista a vertente competitiva que lhe confere um plus de emoção.

A Delta Cafés, marca que também incorpora esse espírito familiar, junta-se em agosto de cada ano à festa do ciclismo, promovendo e levando a Volta às localidades do nosso país. Somos uma das marcas com ligação mais duradoura à Volta e, por isso, sentimo-nos parte integrante do pelotão.

Ocupando a Volta um lugar muito especial no território dos afetos coletivos e sendo a Delta exemplo de portugalidade, não podíamos deixar de marcar presença em mais uma edição da prova. Saúdo pois, sem exceção, todos quantos voltam a fazer da Volta a Portugal uma celebração do desporto. É graças a vós que, durante sensivelmente duas semanas, as estradas do nosso país ganham, à passagem do pelotão, um colorido e vibração únicos.

A Delta orgulha-se de acompanhar, uma vez mais, esta verdadeira festa das famílias. Que, em tempos difíceis como os que temos vindo a atravessar, tem ainda mais sabor.

Viva a Volta a Portugal!





07 3ª ETAPA Sertã AGO Covilhã (Alto da Torre)

08 4ª ETAPA Guarda AGO Viseu

O9 ETAPA DA VOLTA Viseu AGO Dia de Descanso

10 5ª ETAPA Mealhada AGO Miranda do Corvo (Observatório de Vila Nova)

11 6ª ETAPA Águeda AGO Maia

12 7ª ETAPA Santo Tirso AGO Braga

13 8ª ETAPA Viana do Castelo AGO Fafe

14 9a ETAPA
Paredes
AGO Mondim de Basto
(Senhora da Graça)

15 10a ETAPA (CRI) Porto AGO Vila Nova de Gaia

GRANDE PARTIDAPARTIDA

GRANDE CHEGADA

CHEGADA

1 ETAPAS

\mathbb{R} **SWEDEN**



SACOS PARA BICICLETAS Perfeitos para grandes viagens e pequenas deslocações Perfeitas para viagens e pequenas deslocações



CADEIRAS PARA BICICLETAS



SUPORTES DE BICICLETA Adequados para Tejadilhos, Porta Traseira

CONSULTE O NOSSO SITE WWW.LPL.COM.PT



THULE + CUBE

LUIS LEITE **Sócio Gerente da LPL, Lda**

com grande orgulho que a Cube e Thule marcas representadas pela nossa empresa LPL Artigos Desportivos e Lazer Lda se associam uma vez mais à 83° Volta a Portugal em Bicicleta.

O prestígio da prova e da sua organização que envolve milhares de amantes do ciclismo ao longo do País durante duas semanas é sem dúvidas um meio privilegiado de divulgar as nossas marcas que estão ligadas à modalidade.

A Cube marca de origem Alemã conta com um portfólio de bicicletas de estrada de alta competição para além de um vasto leque de bicicletas para todas as vertentes, incluindo bicicletas elétricas.

A Thule marca de origem sueca desenvolve produtos de alta qualidade para transporte de bicicletas nos automóveis tanto no tejadilho como na bola de reboque mas acima de tudo pretende criar uma imagem de vida saudavel e sustentável a todos os adeptos do desporto de aventura como de competição.

Desejamos o maior sucesso a nível desportivo a todos os atletas presente na 83ª edição da Volta a Portugal em Bicicleta.



HOSPITAIS

Hôpitaux

ETAPA/ ETAPE	HOSPITAIS / HÔPITAUX	MORADA	TELEFONE
Prólogo / <i>Prologue</i>	Hospital S. Francisco Xavier	Lisboa	210 431 000
	Hospital S. José	Lisboa	218 841 000
1ª Etapa / 1 ^{ère} Etape	Hospital Vila Franca de Xira		263 006 500
	Hospital São Bernardo	Setúbal	265 549 000
	Hospital Espirito Santo	Évora	266 740 100
	Hospital Santa Luzia	Elvas	268 637 200
2ª Etapa / 2 ^{éme} Etape	Hospital Santa Luzia	Elvas	268 637 200
	Hospital Portalegre	Portalegre	245 301 000
	Hospital Amato Lusitano	Castelo Branco	272 000 272
3ª Etapa / <i>3^{éme} Etape</i>	Centro Hospitalar e Universitário	Coimbra	239 400 400
	Hospital do Fundão	Fundão	275 330 000
	Hospital Pêro da Covilhã	Covilhã	275 330 000
4ª Etapa / 4 ^{éme} Etape	Hospital Sousa Martins	Guarda	271 200 200
	Hospital São Teotónio	Viseu	232 420 500
5ª Etapa / 5 ^{éme} Etape	Hospital da Misericórdia	Mealhada	231 209 050
	Centro Hospitalar e Universitário	Coimbra	239 400 400
6ª Etapa / 6 ^{éme} Etape	Centro Hospitalar Baixo Vouga	Aveiro	234 378 300
	Hospital S. Sebastião	Santa Maria da Feira	256 379 700
	Centro Hospitalar Universitário	Porto	222 077 500
7ª Etapa / 7 ^{éme} Etape	Unidade Hospitalar	Santo Tirso	252 830 707
	Hospital Santa Luzia	Viana do Castelo	258 802 100
	Hospital Braga	Braga	253 027 000
8ª Etapa / 8 ^{éme} Etape	Hospital Santa Luzia	Viana do Castelo	258 802 100
	Hospital Padre Américo	Penafiel	255 714 000
	Unidade Hospitalar	Guimarães	253 540 330
9ª Etapa / 9 ^{éme} Etape	Hospital Padre Américo	Penafiel	255 714 000
	Hospital São Pedro de Vila Real	Vila Real	259 300 500
	Unidade Hospitalar	Guimarães	253 540 330
10ª Etapa / 10 ^{éme} Etape	Centro Hospitalar Universitário	Porto	222 077 500
	Centro Hospitalar	Vila Nova de Gaia	227 865 100



PARA VESTIR DE AMARELO, HÁ QUE DAR O LITRO



SECRETARIADO E SALAS DE IMPRENSA

Permanences et Salles de Presse

SECRETARIADO DE PARTIDA PERMANENCE DE DÉPART - 03.08.2022

Lisboa - Centro Cultural de Belém (CCB) Telem.: 93.3511467

13.00 H - Abertura Secretariado e Credenciação Ouverture Permanence et accréditation.

13.30 H - Recepção Colégio de Comissários Accueil Collège Commissaires.

> **14.30 H - 15.45 H** - Recepção Equipas Accueil Equipes.

> > Confirmação participantes Confirmation partants.

16.00 H - Reunião Directores Desportivos Réunion Directeurs Sportifs

> **18.00 H** – Encerramento secretariado e credenciação

Fermeture Permanence et accréditation.

PRÓLOGO / PROLOGUE 04.08.2022

Lisboa - Centro Cultural de Belém (CCB) Telem.: 93.3511467

10.00 H - Abertura Secretariado e Credenciação Ouverture Permanence et accréditation.

13:00 H - Briefing de Segurança entre o Organizador e o Colégio de Comissários com todos os intervenientes que seguirão a corrida em moto, um representante da televisão, um representante das forças de ordem, organizado de acordo com o Regulamento UCI.

Le briefing de sécurité entre l'Organisateur et le Collège de Commissaires avec toutes les personnes qui suivront la course à moto, un représentant de la télévision, un représentant des forces de l'ordre, organisée suivant l'article 2.2.034 bis du Règlement UCI.

1ª ETAPA / 1ERE ÉTAPE - 05.08.2022 Partida / Départ: Vila Franca de Xira

Parque Urbano do Cevadeiro Concentração / Rassemblement: 10:15H

Chegada/Arrivée: Elvas

Av. de Badajoz - Pavilhão Municipal - Elvas **13:30 H** - Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

2ª ETAPA / 2ÉME ÉTAPE - 06.08.2022

Partida / Départ: Badajoz

Plaza de la Libertad - Av. de Huelva Concentração / Rassemblement:

PORT. 10:20H / ESP. 11:20H

Chegada/Arrivée: Castelo Branco

Av. Nuno Álvares

Biblioteca Municipal / Cibercentro

13:30 H - Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

3ª ETAPA / 3ÉME ÉTAPE - 07.08.2022 Partida / Départ: Sertã

Alameda da Carvalha

Concentração / Rassemblement: 10:45H

Chegada / Arrivée: Covilhã (Torre)

Luna Hotel – Serra da Estrela

13:50 H - Sala de Imprensa / Salle de Presse

(937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

4ª ETAPA / 4ÉME ÉTAPE - 08.08.2022

Partida / Départ: Guarda

Largo General Humberto Delgado Concentração / Rassemblement: 13:00H

Chegada / Arrivée: Viseu

Av. da Europa - Solar do Vinho do Dão

13:30 H - Sala de Imprensa / Salle de Presse

(937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

DIA DE DESCANSO / JOUR DE RÉPOS - 09.08.2022

Viseu - Solar do Vinho do Dão

15 / 18 H - Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

5° ETAPA / 5ÉME ÉTAPE - 10.08.2022 Partida / Départ: Mealhada

Parque da Cidade

Concentração / Rassemblement: 12:50H Chegada / Arrivée: Miranda do Corvo

Observatório de Vila Nova

Centro de Estágio de Trail Running

e BTT de Vila Nova

13:30 H - Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

Edifício das Coletividades

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

Somos dos primeiros a chegar e dos últimos a partir...



Em cada etapa da Volta! Criando soluções que geram visibilidade e entusiasmo!

www.doublet.pt

T. 21 956 99 26 / 29 . doublet@doublet.pt



SECRETARIADO E SALAS DE IMPRENSA

Permanences et Salles de Presse

6° ETAPA / 6ÉME ÉTAPE - 11.08.2022 Partida / Départ: Águeda

Parque do Mercado Municipal Concentração / Rassemblement: 13:20H

Chegada/Arrivée: Maia

Av. Luis de Camões Pavilhão Municipal

13:30 H – Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

7ª ETAPA / 7ÉME ÉTAPE - 12.08.2022 Partida / Départ: Santo Tirso

Praça 25 de Abril

Concentração / Rassemblement: 11:20H

Chegada / Arrivée: Braga

Av. da Liberdade Fórum Braga

13:30 H – Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

8ª ETAPA / 8ÉME ÉTAPE - 13.08.2022 Partida / Départ: Viana do Castelo

Alameda 5 de Outubro - Av. Marginal

Chegada / Arrivée: FafePraca 25 de Abril

Concentração / Rassemblement: **10:25H** Escola EB 2.3 Prof. Carlos Teixeira

13:30 H – Sala de Imprensa / Salle de Presse (937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

9^a ETAPA / 9ÉME ÉTAPE - 14.08.2022

Partida / Départ: Paredes

Parque da Cidade

Concentração / Rassemblement: 10:20H

Chegada/Arrivée: Mondim de Basto

(Sra da Graça)

Biblioteca Municipal

13:30 H - Sala de Imprensa / Salle de Presse

(937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

10° ETAPA / 10ÉME ÉTAPE - 15.08.2022 Partida / Départ: Porto

Parque Oriental (Av. Francisco Xavier Esteves)

Concentração / Rassemblement: 12:00H

Chegada / Arrivée: Vila Nova de Gaia

Av. de Diogo de Leite (Marginal de Gaia)

Restaurante Marisqueira TOP

= hora partida 1º corredor - Sala de Imprensa /

Salle de Presse (937 475 182)

15:00 H - Secretariado / Pérmanence

Controle Anti-doping em todas as Etapas

Contrôle Médical dans toutes les Étapes

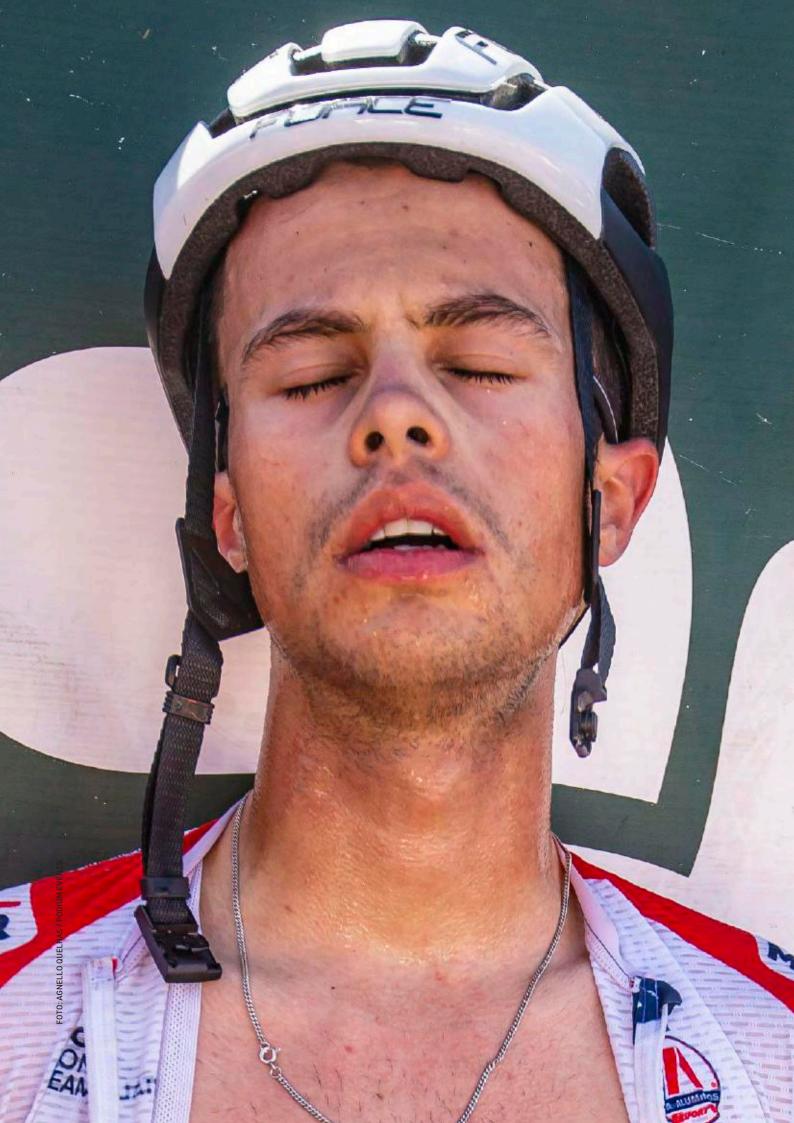
Caravana junto à Meta

Caravane près de la ligne d'arrivée

Local dos Banhos após 10ª etapa

Lieu des bains après la 10ème étape

Pavilhão Municipal das Pedras - Vila Nova de Gaia



LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

SINALIZAÇÃO ORIENTATION ET INFORMATIONS















































©2022 RUBIS ENERGIA PORTUGAL, S.A. - Todos os direitos reservado

PEDALE CONNOSCO POR UMA BOA CAUSA



Ao longo das etapas da Volta a Portugal em Bicicleta 2022 vamos **Pedalar por uma Causa**. Os quilómetros percorridos pelo público, nas bicicletas instaladas no espaço da Rubis Gás, na Feira de Animação das Chegadas, serão convertidos em euros e o valor total angariado será distribuído por três instituições de solidariedade social. Esta ano, vamos apoiar a Associação NOMEIODONADA O Kastelo, a CERCI Braga e a FROC – Fundação Rui Osório de Castro. Venha pedalar connosco por estas instituições.







PATROCINADOR OFICIAL CAMISOLA VERDE

SIMBOLOGIA TÉCNICA

SYMBOLES TECHNIQUES











Sentido Norte

Sentido Oeste

Passagem estreita

Inv. de sentido











Rotunda em frente

Rotunda à esquerda

Rotunda à direita

Separador à direita

Separador em frente











Separador à esquerda

Separador

Lomba

Passagem de nível

Atenção











Empedrado

Ponto de encontro

Túnel

Obras

Inicio de subida











Inicio de abastecimento

Inicio de Descarte

Fim de Descarte

Fim de abastecimento

Perigo











кмз



Prémio de Montanha

Especial



1ª Categoria











CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA

CARLOS MOEDAS Presidente

Volta a Portugal e o município de Lisboa são indissociáveis. É na nossa capital que esta mítica prova começa. É em Lisboa que o entusiasmo de centenas de milhares de portugueses nasce, para depois se espalhar pelo nosso país com uma intensidade crescente. O entusiasmo permanente, a emoção que acompanha os avanços e recuos de cada etapa, a alegria e a tristeza naturais às grandes provas, todos estes sentimentos percorrem as várias etapas que dão a volta ao país: de Vila Franca de Xira a Elvas, de Alter do Chão a Castelo Branco e à Covilhã, da Guarda a Viseu, da Mealhada a Miranda do Corvo, de Águeda à Maia, de Santo Tirso a Braga, de Viana do Castelo a Fafe, de Paredes a Mondim, terminando no Porto e em Gaia. E tudo começa em Lisboa. Sinto-me grato por Lisboa ser a cidade anfitriã de uma prova amada, vivida com tanta intensidade, verdadeiramente festejada por inúmeros portugueses.

Mas Lisboa é também indissociável da Volta pelo seu passado na prova. Basta recordar a energia e a dinâmica que a vida desportiva da cidade imprimiu ao longo de toda a história da Volta a Portugal. Os grandes clubes da cidade de Lisboa foram responsáveis por alguns dos momentos mais marcantes da Volta, por muitos dos grandes duelos entre atletas que fizeram vibrar os portugueses, e foi casa para vários dos melhores ciclistas do país que também projetaram Portugal para além das suas fronteiras.

A Volta vai na sua 83ª edição – um número de respeito, que a faz tomar parte da tradição desportiva portuguesa e a ser por isso acarinhada pelos portugueses. E nestes 83 anos o mundo mudou imenso. De 1927 a 2022, a Volta assistiu a importantes transformações na vida do país: mudancas de regime, turbulência social, e até uma guerra civil no país vizinho que obrigou a um intervalo sem realização da prova. E agora também assiste a novas transformações, desta vez na vida das cidades. Caminhamos hoje para um futuro de cidades verdes, onde a mobilidade suave substitui a mobilidade pesada. É nas cidades onde a transição energética se vai jogar. E aqui vemos que o uso de bicicleta se tem tornado cada vez mais frequente, ao ponto de tornar-se um elemento da vida diária para imensos lisboetas. É com estas pessoas que vamos concretizar a transição climática: com novos hábitos de vida, fazendo as mudanças ao lado das pessoas, pensando a cidade no seu todo. Estamos a fazer a nossa parte - dedicamos 40% do orçamento municipal às alterações climáticas, um número sem precedentes; conseguimos transportes gratuitos para os mais novos e os mais velhos; e estamos focados na promoção da mobilidade suave, sem medidas avulsas e com planeamento, para que esta mudança de hábitos se faça sem estorvar a vida das pessoas.

E é perante esta cidade do futuro que a Volta a Portugal vai continuar a dar tanto à nossa capital, a partir de Lisboa para levar alegria e emoção a tantos portugueses. Podem continuar a contar com Lisboa.

LISBOA DO PATRIMÓNIO ANTIGO À CIDADE MODERNA

Este "cantinho à beira rio" tem inúmeros encantos para explorar. Aproveite o contacto com a natureza ao visitar o Parque Florestal de Monsanto, os jardins de Belém ou da Fundação Calouste Gulbenkian, estes no centro da Capital portuguesa. Se gostar de exposições ou monumentos então não pode perder o Castelo de São Jorge, o Centro Cultural de Belém ou o famoso Mosteiro dos Jerónimos,

Prefere algo mais citadino? A baixa pombalina com as ruas típicas ou os bairros antigos de Alfama, Graça e Mouraria são uma ótima opção. A arquitetura e o comércio local vão certamente convencê-lo a parar e desfrutar do melhor que Lisboa tem com feirinhas de rua e os mercados locais, um pouco por toda a cidade.

Para os amantes de festa, música e dança, Lisboa tem isso tudo! Seja nos dias úteis ou aos fins de semana, nunca terá de procurar muito até encontrar um bar, um pub ou uma discoteca para passar uma boa noite nos vários espaços noturnos do Bairro Alto, Santos ou Cais do Sodré.

E a gastronomia? Também tem! Os melhores sabores de Lisboa vão desde o bacalhau, confecionado de mile uma maneiras começando, desde logo, pelo típico pastel, à diversidade de peixe frescos sem esquecer os típicos pastéis de Belém... tem muito por onde escolher!

EQUIPAS PARTICIPANTES

EQUIPES

RÁDIO POPULAR / PAREDES / BOAVISTA (POR)

W52 - FC PORTO (POR)

EFAPEL CYCLING (POR)

KELLY/SIMOLDES/UDO (POR)

TAVFER - MORTÁGUA - OVOS MATINADOS (POR)

ABTF BETÃO - FEIRENSE (POR)

AVILUDO - LOULETANO - LOULÉ CONCELHO (POR)

ATUM GENERAL / TAVIRA / AP MARIA NOVA HOTEL (POR)

LA ALUMINIOS / CREDIBOM / MARCOS CAR (POR)

GLASSDRIVE/Q8/ANICOLOR (POR)

BAI SICASAL PETRO DE LUANDA (ANG)

BURGOS-BH (ESP)

CAJA RURAL-SEGUROS RGA (ESP)

ELECTRO HIPER EUROPA-CALDAS (COL)

EUSKALTEL-EUSKADI (ESP)

HUMAN POWERED HEALTH (USA)

WILDLIFE GENERATION PRO CYCLING (USA)

TRINITY RACING (GBR)

PROTOUCH (RSA)

LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PRÓLOGO. PROLOGUE - 5,4 KM

LISBOA > LISBOA . QUINTA FEIRA / JEUDI (04)

Alt.	Percurso / Parcours	•	»Km	»Km		50 km/h	Alt.	Percurso / Parcours	•	»Km	»Km	48 km/h	
	Concentração/Rassemblement: Lisboa - Praça do Império	①			12:30	12:30	4	Partida do último ciclista Départ de le dernier coureur	D	0	5,4	17:25	17:25
4	Partida / Départ : Lisboa Praça do Império (junto ao CCB)						4	À esq. p/ Av. da India	+	0,1	5,3	17:25	17:25
	Partida 1° corredor Départ 1èr coureur						4	Inversão sentido / Retour (viaduto de Alcântara)		2,8	2,6	17:28	17:28
	* Horário estabelecido em função				14:30*	14:30*	4	À dta. p/ Praça do Império	→	5,3	0,1	17:31	17:31
	do n° de corredores * Horaire établi par rapport au nombre de coureurs						4	Meta Final / Arrivée: Lisboa - Praça do Império	•	5,4	0	17:31	17:31







CÂMARA MUNICIPAL VILA FRANCA DE XIRA

FERNANDO PAULO Presidente

Volta a Portugal em Bicicleta está de regresso à Cidade de Vila Franca de Xira, para o arranque da sua 83ª Edição. Com a Lezíria e o Tejo como pano de fundo, o nosso Concelho oferece uma paisagem natural única à etapa inaugural da Volta a Portugal de 2022.

Este é um evento desportivo de referência no calendário nacional e internacional do ciclismo que, pela sua história, tradição e popularidade, atrai milhares de espectadores, aos quais se juntam atletas.

pularidade, atrai milhares de espectadores, aos quais se juntam atletas, staff e patrocinadores, impulsionando o desenvolvimento económico e social em todos os locais por onde passa.

.... регото

A forte mediatização desta prova promove o nosso património cultural, natural e turístico, permitindo apresentar ao país e ao mundo a marca VILA FRANCA DE XIRA.

Temos uma ligação histórica ao ciclismo no Concelho, e por isso multiplicamos os nossos trilhos e caminhos ribeirinhos, dotando-os das melhores condições para a prática, treino e competição em bicicleta.

A Volta a Portugal integra a estratégia do Município de Vila Franca Xira, de promover a mobilidade sustentável, a qualidade de vida, a saúde e o bem-estar de todas e todos aqueles que aqui vivem, trabalham ou nos visitam.

Por isso mesmo, tornamos a associar-se à Federação Portuguesa de Ciclismo, a quem testemunhamos um especial agradecimento pela organização de mais uma prova no nosso Concelho.

A todos os atletas e equipas técnicas damos as boas-vindas ao nosso território e desejamos os maiores sucessos desportivos em toda a Volta a Portugal.

Vamos a isso!

VILA FRANCA DE XIRA TERRA DE CAMPO, GADO E TRADIÇÃO

À beira-Tejo, Vila Franca de Xira tem um vasto património natural onde não faltam cenários únicos como a Reserva Natural do Estuário do Tejo, o esplendor das Lezírias e os Montes a perder de vista.

Terra de campos agrícolas e de gado, Vila Franca de Xira tem também grande tradição tauromáquica, ou não fosse a festa brava um ícone do concelho. Passeie nas extensas áreas verdes disponíveis como a Quinta Municipal do Sobralinho, a Quinta Municipal de Subserra ou ainda os Pelourinhos de Vila Franca de Xira e de Povos.

Para matar a fome, há que provar alguns dos mais típicos pratos da região. A escolha é variada: da açorda de sável aos linguadinhos e enguias fritas, passando pelo torricado de bacalhau ao cozido de carnes bravas e ainda o melão da Lezíria e os bolos regionais... o difícil é escolher.

1ª ETAPA. 1ÈRE ETAPE - 193,5 KM

VILA FRANCA DE XIRA > ELVAS . SEXTA FEIRA / VENDREDI (05)

Alt.	Percurso / Parcours	*	!	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h
	Concentração/Rassemblement:		\bigcirc				
	Vila Franca de Xira		(!)				
	Parque Urbano do Cevadeiro					10:25	10:25
	Partida Simbólica / Départ Fictif:						
	Vila Franca de Xira				6,6	12:25	12:25
	Parque Urbano do Cevadeiro				-,-		
	(Monumento ao Forcado)						
	Em frente p/ V. F. de Xira (Centro),						
	Rua 1º de Dezembro, Rua Serpa Pinto,						
	Rua Curado, Rua Joaquim Pedro						
	Monteiro, à dt.ª p/ Ponte, à dt.ª						
	p/ Elvas - Porto Alto, N10						
3	Partida Real / Départ Réel:						
	N10 (Km 114,7)						
9	Porto Alto - Rot.frente p/Évora N10		\$	4,2	189,3	12:46	12:46
10	Rot.ª (Campino) frente p/Évora N10		\$	4,8	188,7	12:47	12:47
12	Rot.a (Lavrador) frente p/ Évora N10		\$	5,3	188,2	12:48	12:47
13	Rot.ª (Ribatejo) frente p/ Évora N10		\$	7,4	186,1	12:51	12:51
48	Rot.a (Cortiça) frente p/ Algarve N10		\$	21,2	172,3	13:13	13:11
92	Rot.ª (Pegões) à esq.ª p/ Évora N4		•	42,6	150,9	13:47	13:43
132	Rot.a em frente p/ Montemor	_	4	511	120 1	14:05	14.01
102	Vendas Novas (Placa)		\$	34,4	137,1	14.03	14.01
140	Rot.ª em frente p/ Évora		5	55 0	137 6	14:08	14.03
170	Rua Gen. Humberto Delgado		7	33,7	137,0	14.00	14.03
	Meta Volante - Vendas Novas						
153	Av. da República		MV	56,6	136,9	14:09	14:04
	(Regimento de Artilharia 5)						
154	Rot. (Canhão) frente p/Montemor N4		\$	57,1	136,4	14:10	14:05
151	Ponte s/ Rio Almansor		\wedge	77,5	116	14:42	14.36
131	Inicio Subida / Début col		U	77,5	110	14.42	14.50
211	Montemor - Em frente p/ Évora N4			78,6	114,9	14:44	14:37
224	Rot. frente p/Évora - Av. Gago Coutinho		\$	79	114,5	14:44	14:38
	PM 4ª cat / Col 4ème cat						
247	Montemor		PM 4	79,7	113,8	14:45	14:39
	Av. Gago Coutinho (Palacio Justiça)						
234	Rot.ª à esq.ª p/ arraiolos N4		•	80,7	112,8	14:47	14:41
316	Arraiolos - À esq.ª (Contramão)		←	101,5	92	15.20	15:12
	p/ Av. 1° de Maio			101,5	/2	13.20	
327	Rot. ^a (Multiusos) em frente p/ Centro		\$	101,8	91,7	15:20	15:12
335	Meta Volante - Arraiolos		MV	102	91,5	15.21	15:13
555	Largo Simão Dórdio Gomes			.02	71,5	. 3.21	.5.10
339	Rot. frente p/ Praça da Republica		\$	102,1	91,4	15:21	15:13
345	À dt.ª p/ Rua de S. Francisco			102,2	91,3	15:21	15:13
350	Rot.a (Oval) em frente p/ Estremoz		\$	102,3	91,2	15:21	15:13
351	Rot.ª à esq.ª p/ Estremoz		•	102,4	91,1	15:21	15:13
	À dt.ª p/ Estremoz N4				90,9	I	15:13

Alt.	Percurso / Parcours		<u>.</u>	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h
349	Estremoz em frente p/ Elvas N4		1	141,6	51,9	16:23	16:12
313	Inicio Subida / Début col		0	169,8	23,7	17:08	16:54
423	PM 4ª cat/Col 4ème cat - Vila Boim		PM 4	172,8	20,7	17:12	16:59
317	Rot.ª (Elvas - Patrimonio Mundial) em frente p/ Centro		\$	180,9	12,6	17:25	17:11
313	Rot.ª (Coliseu Rondão de Almeida) em frente p/ Centro	_	\$	181,4	12,1	17:26	17:12
305	Rot. ^a (GNR) em frente p/ Centro	\wedge	\$	181 9	11 6	17:27	17.12
291	Rot. ^a (Circulos) em frente p/ Centro	\triangle	3	182,5		17:28	
289	Meta Volante - Elvas		MV			17:28	
207	Rot. (Aqueduto da Amoreira)			102,0	10,7	17.20	17.10
290	frente p/ Espanha - Av. de Badajoz Ponto de Contacto!/Contact point!		\$	182,7	10,8	17:28	17:14
	(10,1Km)						
294	Rot.a (Tribunal) em frente p/Espanha	_	\$	183,1	10,4	17:29	17:14
	Av. de Badajoz						
302	Meta - Av. de Badajoz		MV	183,4	10,1	17:29	17:15
304	1ª Passagem / 1ère passage Rot.ª (Bombeiro) em frente	\triangle	\$	183,5	10	17:29	17:15
300	p/ Espanha - Av. de Badajoz Rot.ª (Forte de St.ª Luzia) em frente	\triangle	\$	184	9,5	17:30	17:16
	p/ Espanha N4						
244	Rot. (Continente) frente p/Espanha N4		\$	185,2	8,3	17:32	17:17
217	Rot. ^a em frente p/ Espanha N4		\$	186	7,5		17:19
202	Rot. à esq.ª p/Campo Maior M512-1		•	187	6,5		17:20
217	À esq.ª p/ Rua de Portugal		←	188,4	· ·		17:22
222	Rot. ^a em frente p/ Rua de Portugal		\$	188,6		17:37	
230	À esq.ª p/ Estrada das Fontainhas		+	189,1	4,4	17:38	17:23
231	Rot.ª (Hortelão) à esq.ª p/ Elvas (Centro) - Av. da Europa		•	189,2	4,3	17:38	17:23
270	Rot.ª à dt.ª p/ Av.da Boa Fé		P	190,2	3,3	17:40	17:25
270	Rot.ª à esq.ª p/ Av. da Boa Fé	\triangle	•	190,6	2,9	17:40	17:25
279	Rot. (Portas S. Vicente) à dt.ª p/Portalegre	\triangle	P	190,9	2,6	17:41	17:26
268	Em frente p/ Portalegre		1	191,1	2,4	17:41	17:26
262	Rot. (Oval) frente p/Elvas (Centro) R246		\$	191,6	1,9	17:42	17:27
290	Aqueduto Amoreira-Faixa da direita!			192,7	0,8	17:44	17:29
	Rot.ª (Aqueduto da Amoreira)						
290	à esq.ª p/ Espanha - Av. de Badajoz	_		192,8	0,7	17.44	17:29
270	Ponto de Contacto!/Contact point!		•	172,0	0,7	17.44	17.27
	(10,1Km)						
294	Rot.(Tribunal) em frente p/ Espanha Av. de Badajoz	_	\$	193,2	0,3	17:45	17:29
302	Meta Final / Arrivée: Elvas Av. de Badajoz		•	193,5	0	17:45	17:30

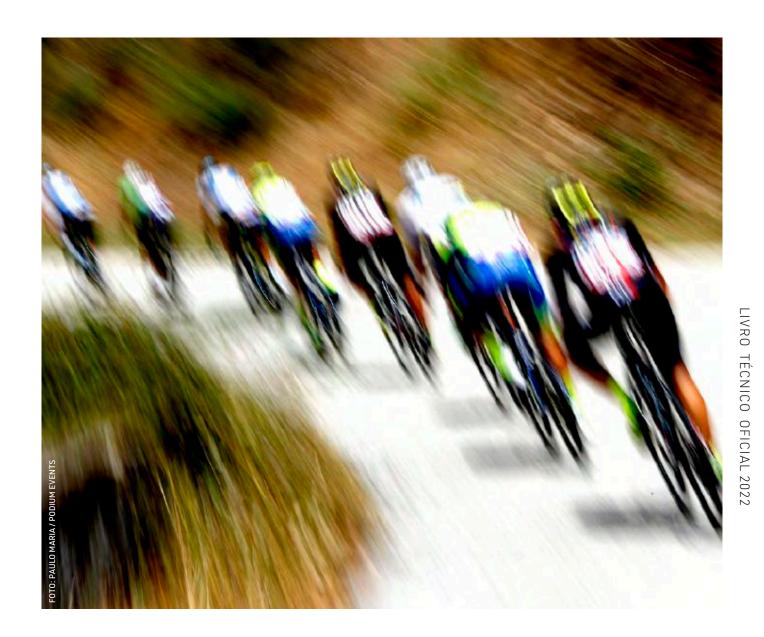
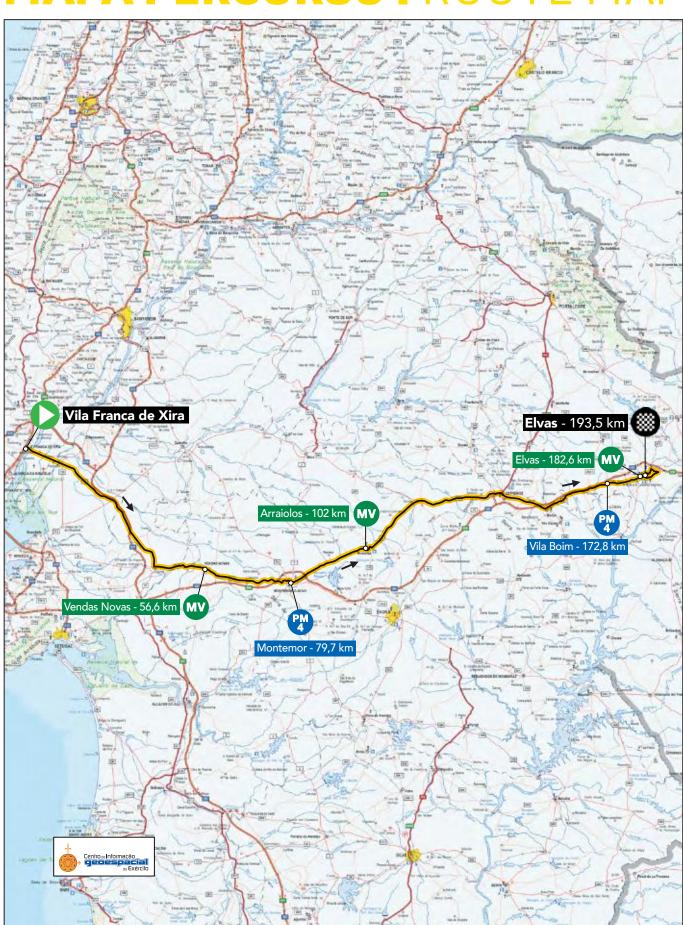


GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 1ª ETAPA . 1ère etape

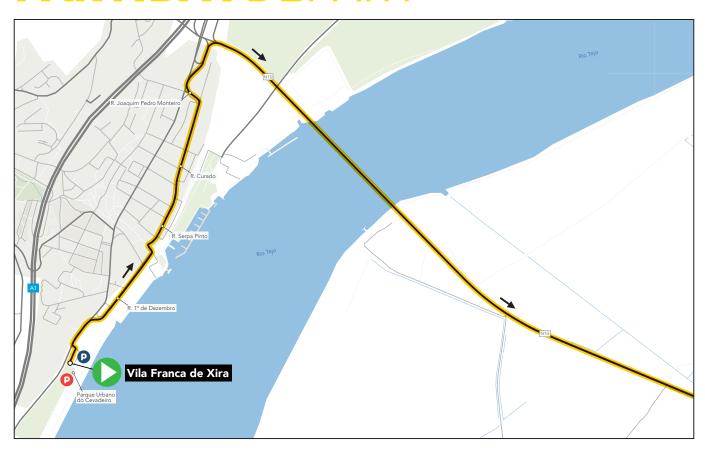


MAPA PERCURSO . ROUTE MAP

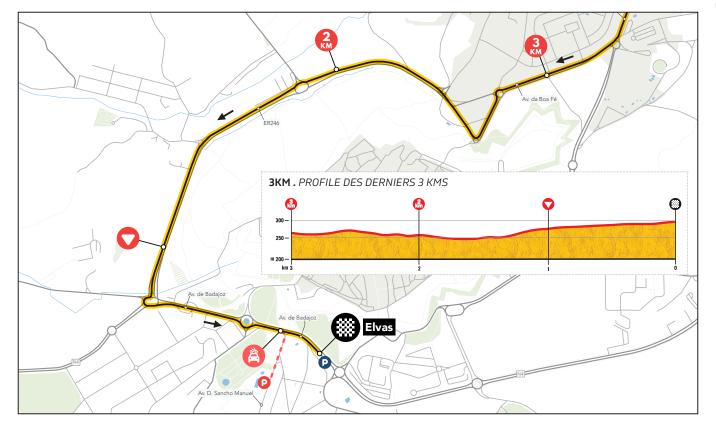


LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE











Descubra Elvas







CÂMARA MUNICIPAL ELVAS

RONDÃO ALMEIDA Comendador

com grande honra que o concelho de Elvas vai acolher a 83ª edição da Volta a Portugal em Bicicleta.

O nosso concelho está dotado de infraestruturas desportivas que nos permitem acolher uma multiplicidade de eventos, nas mais diversas modalidades e, simultaneamente, acolher as comitivas que acompanham as equipas que aqui vêm competir.

Nos últimos meses recebemos estágios e treinos de seleções e equipas nacionais, sendo exemplo disso, o estágio de preparação da seleção nacional de futsal masculino, em sub19, que realizou vários encontros na nossa cidade, tendo defrontado a sua congénere da Ucrânia, com vista ao apuramento para o Europeu da modalidade, ou os jogos de pré-época da equipa do Varzim.

Para além disso, temos um associativismo, na área do desporto, bastante forte e dinâmica, nas vertentes indoor e outdoor, como futebol, rugby, padel, ciclismo, natação, atletismo, trail, futsal, entre outras, e que ao longo de todo o ano promovem atividades e eventos que atraem ao nosso concelho dezenas de milhares de participantes, de todas as faixas etárias.

Desde os primórdios que o desporto tem sido um importante fator para a promoção da qualidade de vida, da saúde, de um estilo de vida saudável, de bem-estar, assim como de entretenimento, aliado à promoção e divulgação dos territórios, sendo um importante motor de desenvolvimento da economia local.

Tudo isto faz com que Elvas conte com condições únicas para a prática desportiva, o que aliado à hospitalidade das nossas gentes, tem vindo a consolidar o concelho como atrativo para a realização de grandes eventos.

No ciclismo, acolhemos, já este ano, uma partida de etapa da Volta ao Alentejo em Bicicleta, tendo ficado comprovado que temos todas as condições para continuar a apostar na vertente desportiva, trazendo eventos cada vez mais prestigiados. Por tudo isto, avançámos com a candidatura a Comunidade Europeia do Desporto.

A concretização desta etapa em Elvas é também uma forte aposta na promoção do que de melhor temos, o nosso património, a nossa história, a nossa cultura, as nossas gentes. A visibilidade que uma competição deste género traz é uma mais-valia para a nossa economia e para o nosso turismo.

Acredito que a edição deste ano da prova rainha do ciclismo nacional contará com os melhores ciclistas nacionais e internacionais e com uma multidão a acompanhá-los. Assim, só posso assegurar que estamos disponíveis para apoiar o desporto e este evento.

Faço votos para que esta 83ª edição da Volta, no seu regresso a Elvas, seja um sucesso, que seja um momento de grande festa, convívio e alegria.

Dou-vos as boas-vindas a Elvas e desejo que aproveitem para conhecer o que temos para oferecer e desfrutem desta bonita competição.

ELVAS PATRIMÓNIO ALENTEJANO E MUNDIAL

Situado a sul de Portalegre e bem ao lado de Espanha, o concelho de Elvas tem uma geografia tipicamente alentejana com 630 quilómetros de extensão.

As barragens do Caia e do Alqueva servem de cenário para muitas pescarias e há caça diversa na planura dos vastos terrenos que se estendem em redor dos espelhos de água.

Conhecida por ser também uma cidade de cultura, Elvas dispõe do Coliseu Comendador Rondão Almeida onde consegue receber 6500 pessoas. São também instituições marcantes os quatro museus com temáticas para todos os gostos: Arte Contemporânea, Arte Sacra, Militar e Fotografia.

Elvas é ainda palco de grandes monumentalidades e infraestruturas, como o Aqueduto da Amoreira ou os fortes da Graça e de Santa Luzia. Desde 2012 que é também é Património Mundial a Cidade-Quartel Fronteiriça de Elvas e as suas Fortificações.

Este año, nos vemos **seguro**.







Este año, nos vemos en **Badajoz**.





CÂMARA MUNICIPAL BADAJOZ

IGNACIO GRAGERA BARRERA Alcalde de Badajoz

LA VOLTA A PORTUGAL ABRAZA LA EUROCIUDAD

uestra ciudad recibirá la 83ª edición de la Volta a Portugal que se celebra del 4 al 15 de agosto. La competición terminará su primera etapa en Elvas y comenzará su segunda etapa en Badajoz con dirección a Campo Maior. Un recorrido que en estos dos primeros días de competición abraza nuestra eurociudad.

Hace 51 años esta carrera, integrante del UCI Europe Tour, inició su 21ª etapa el 6 de agosto en Badajoz y otra vez en esa misma fecha volverá a recorrer nuestras calles. Es una bonita casualidad que debemos valorar como una oportunidad única para unir y dar a conocer nuestras regiones. El recorrido mostrará monumentos emblemáticos de la ciudad como Puerta Palmas y el Puente de Palmas, y un reflejo de lo que será el futuro más inmediato de las tres ciudades hermanas y del Alentejo, la Plataforma Logística del Suroeste Europeo. El ciclismo convertirá a la Eurociudad Badajoz-Elvas-Campo Maior en un foco de interés turístico y social. Nuestros países están separados por una frontera cada vez más transparente y estamos orgullosos de compartir nuestras costumbres y lugares con el país vecino.

El ciclismo es compañerismo, profesionalidad, tensión, resistencia y superación. Existen pocos deportes tan exigentes como este que necesiten una larga preparación, una excelente condición física y mucha fuerza de voluntad. Además, los deportistas deben poseer una pasión incondicional por esta disciplina para alcanzar sus metas personales. Dichos valores son los que desde las instituciones quieren transmitirse y los que esperamos que se contagien estos días a nuestros vecinos.

Antes de despedirme quiero dar las gracias a la organización y a los equipos ciclistas por contar con Badajoz para disfrutar de este evento deportivo. Su esfuerzo y tesón consiguen traer a los municipios una competición segura, atractiva y espectacular. Espero que estos días sean exitosos para todos. Badajoz les recibirá con los brazos abiertos. Disfruten de ella y hágannos disfrutar con su carrera.

BADAJOZ CIDADE MILENAR

É considerada a cidade irmã de Elvas, ou não estivéssemos a falar de duas cidades vizinhas. Badajoz está a menos de dez quilómetros de distância de Portugal. Banhada pelo Guadiana, esta proximidade à fronteira confere-lhe uma beleza diferente e partilha muito traços comuns com Portugal.

Alguns pontos são de visita obrigatória mesmo não havendo muito tempo para roteiro completo. O Casco Antigo, por exemplo, ou seja, a zona histórica e mais antiga da cidade onde alguns edifícios são catalogados de "bens de interesse cultural". A cidade exibe também muitas muralhas de origem árabe a lembrar verdadeiras fortalezas.

É uma cidade milenar com muita riqueza artística onde pontificam algumas festividades e uma gastronomia de leva muitos portugueses a passar para o lado de lá da fronteira. Como em qualquer recanto espanhol, as esplanadas dominam em todos os finais de tarde e durante a noite destacando-se famílias e amigos em conversa até altas horas em torno das famosas "cañas", a cerveja de pressão.

2° ETAPA. 2 ÉME ETAPE - 181,5 KM

BADAJOZ > CASTELO BRANCO . SÁBADO / SAMEDI (06)

Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h	Alt.	Percurso / Parcours		•	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
	Concentração/Rassemblement:					POR	POR	379	Rot. (Hipermercados) à esq.ª p/ Centro	\triangle	•	80,9	100,6	14:56	14:49
	Badajoz - Plaza de la Libertad		①			10:25		380	Rot.a em frente p/ Centro	\triangle	5	81	100,5	14:56	14:49
	Av. de Huelva					ESP	ESP		Av. da Extremadura Espanhola		_				
						11:25		397	Rot. ^a em frente p/ Centro Av. da Extremadura Espanhola		\$	81,3	100,2	14:56	14:50
	Partida Simbólica / Départ Fictif:					POR 12:25	POR 12:25	450	Rot. a em frente p/ Av. da Liberdade		\$	83.3	08.2	15.00	14:53
	Badajoz - Plaza de la Libertad				6	ESP	ESP	456			MV				14:53
							13:25	460	Rot. ^a em frente p/ Av. do Bonfim	Δ	5				14:53
	Plaza de la Libertad, Av. Santiago							470	Rot.a em frente p/ Av. do Bonfim	\triangle	5				14:54
	Ramón y Cajal, Plaza de los Reys							485	Rot.ª à dt.ª p/ Marvão N359		P				14:56
	Catolicos á esq.ª (sentido prohibido							463	Monte Paleiros			87.2	94.3	15:06	14:59
	p/ Puerta de Palmas), em frente								Início subida / Début col			,-	,-		
	p/ Puente de Palmas, Rot.ª em frente							680	PM 3 ^a cat / Col 3ème cat		PM 3	91,1	90,4	15:12	15:05
	p/Av. Carolina Coronado, Rot. à esq.								Monte Paleiros S. Salvador da Aramenha						
	p/ Carmelo Vera Domenech, Rot.ª à dt.ª p/ C. Gurugú, à esq. p/Carretera							520	À esq.ª p/ Castelo de Vide N246-1		+	97,8	83,7	15:23	15:15
	Campomayor, Rot. ^a (A5) em frente							590	Castelo de Vide - Rot. frente p/ Centro		5	103.8	77 7	15:33	15:24
	p/ Campo Maior - BA-020, Rot.a							1	À esq.a p/ Alpalhão		ı.				
	em frente p/ Campo Maior - BA-020,							575	Rua Alexandre Herculano		+	105	/0,5	15:35	15:26
	Rot. (Plataforma Logistica Del Suroeste							518	Rot. frente p/ Alpalhão N246-1		\$	106	75,5	15:36	15:28
	Europeu) frente p/Campo Maior-BA-020							468	Separadores frente p/ Alpalhão N246		=1	108,1	73,4	15:40	15:31
	Partida Real / Départ Réel:							320	Alpalhão - Stop à esq.ª p/ Crato - Nisa		+				15:51
194	Carretera de Campo Maior			0	181,5	12:45	12:45	323	À dt.ª p/ Portalegre - Rua de S. João	•	→				15:51
	Plataforma Logistica Del Suroeste				<i>'</i>			327	Rot.ª à dta. p/ Nisa N18		₽				15:52
210	Europeu (200m após rotunda)			4	177 6	10.51	10.51	305	Nisa - Rot. frente p/ Castelo Branco N18 Ponte s/ Ribeira de Nisa N18		•				16:10
210	Fronteira do Retiro N371 À dt.ª p/ Campo Maior					12:51		134	Início subida / Début col			140,7	40,8	16:33	16:21
214	Estrada da Figueira		→	9,2	172,3	12:59	12:59		PM 3° cat / Col 3ème cat		677				
	Rot. ^a em frente p/ Av. Combatentes	_	4	100	1/7/	10.07	10.0/	325	Serra de S. Miguel		3	145,5	36	16:40	16:28
278	da Grande Guerra		\$	13,9	16/,6	13:07	13:06	78	Vila Velha de Rodão			150 3	21.2	14.40	16:36
283	Em frente p/ Av. da Liberdade		1	14,2	167,3	13:08	13:06	/°	Ponte s/ Rio Tejo N18			«130,2	31,3	10:40	10:30
283	Meta Volante - Campo Maior		MV			13:08		90	Meta Volante		MV	151.7	29.8	16:51	16:38
283	Pela esq.ª p/ Av. da Liberdade		+	-		13:08			Vila Velha de Rodão						
279	Em frente p/ Av. Gen. Humberto Delgado	^	1	14,5		13:08		94	Rot frente p/ Castelo Branco N18)				16:39
276	Rot. ^a à dt. ^a p/ Arronches N371		P			13:09		105			○				16:43
1	Degolados (Placa) N371 Arronches (Placa) N371					13:19 13:44		365	À dt.ª p/Cebolais - Castelo Branco N3 Rot. frente p/ Castelo Branco N3	\triangle	3				16:58 17:00
287 270	À esq. p/Centro - Rua Ladeira da Quinta		+			13:44		421	·						17:00
283	Pela esq.a p/ Largo Serpa Pinto		<u>+</u>			13:45			Rot. a à esq. e Rot. a à dt.	^	•				
286	Em frente p/ Rua 1° de Maio		1			13:45		386	p/ Castelo Branco N3		•	1/0,8	10,/	17:21	17:07
281	Bombeiros - Em frente p/		1				13:43	382	Rot.ª à dt.ª p/ Castelo Branco Este		>	17/2	7 3	17.27	17:13
201	Rua Mov. das Forças Armadas			37,0	145,7	13.40	13.43	302	Variante Sul		7	174,2	7,5	17.27	17.13
270	À dt.ª p/ Rua Dr. Edmundo Curvelo		→				13:43	331	Rot.ª frente p/ Castelo Branco Este	\triangle	3	177.6	3.9	17:33	17:18
277	À esq.ª p/ Rua Prof. Dr. Egas Moniz		+			13:47			Variante Sul		Ļ	',	ļ ,.		<u> </u>
262	Ponte s/ Rio Caima		<u> </u>			13:47		358	À esq.ª p/ Castelo Branco		←	179,2	2,3	17:35	17:20
280	Rot.ª à esq.ª p/ Elvas R246 À dt.ª p/ Monforte M515		←			13:48	13:45	275	Bairro da Carapalha N18-8 Rot.ª em frente p/ Av. da Carapalha		5	170 0	17	17.24	17:21
281 334	Passagem de Nivel (Estação de Arronches)		(1)			13:49		375 385		\triangle	5				17:21
	Monforte (Placa)							390	Rot. a à esq. p / Av. da Carapalha		4	180,4			17:22
275	Rua Dr. João Rosado Correia			54,1	127,4	14:12	14:08	404	Rot. a esq. p/ Av. da Carapania Rot. a em frente - Ponte s/ Linha Férrea	$\overline{\Delta}$	5				17:23
290	À dt.ª p/ Portalegre			5/0	124 7	14.12	14:09	401	Rot.ª à esq.ª p/ Rua Poeta João Roiz		4				17:23
290	Rua José Mario R. N. Cartaxo		→				<u> </u>	404	Rot.ª à dta. p/ Av. Nuno Álvares	Δ	⋫				17:23
248			→			14:15		410	Meta Final / Arrivée: Castelo Branco		(3)	181,5	0	17:39	17:24
377	Separadores à dt.ª p/ Portalegre		=>	80,6	100,9	14:55	14:49		Av. Nuno Álvares		W	101/3			17127

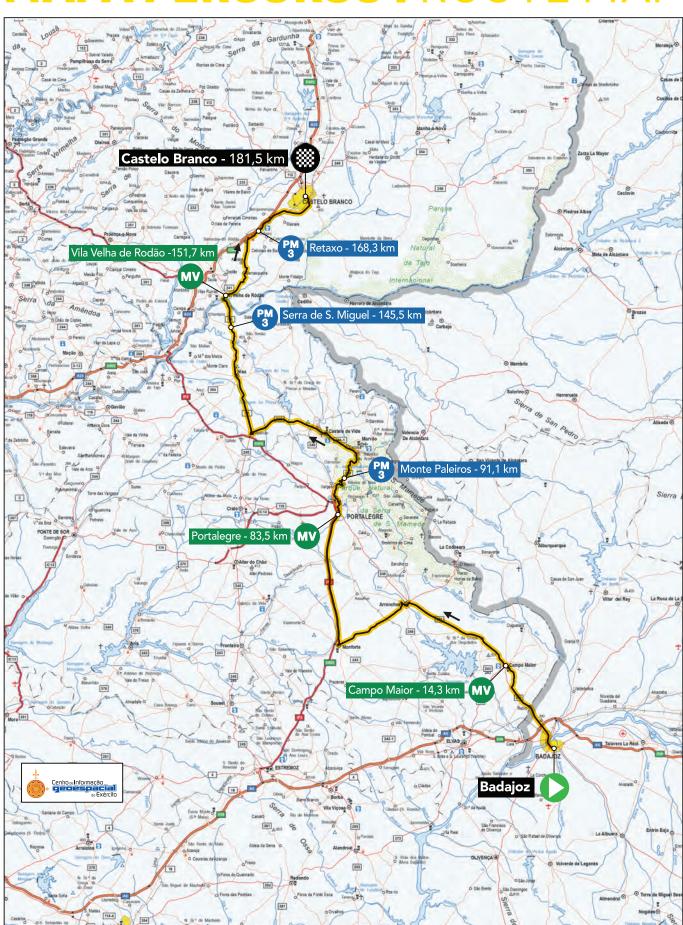


GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 2ª ETAPA . 2ÉME ETAPE



LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

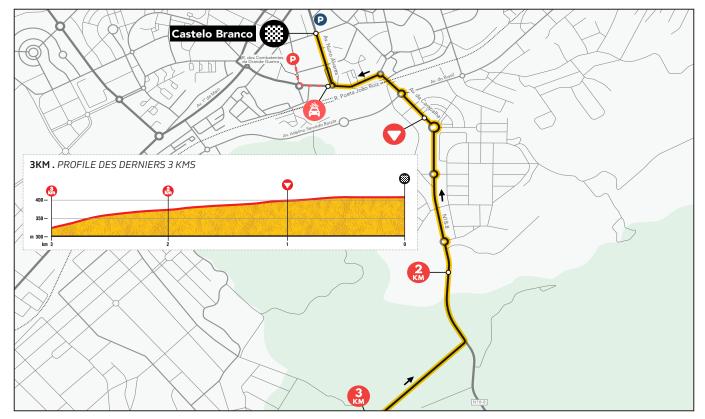
MAPA PERCURSO . ROUTE MAP



PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE











Desporto, Lazer e Natureza à sua espera



CÂMARA MUNICIPAL CASTELO BRANCO

LEOPOLDO RODRIGUES Presidente

astelo Branco recebe, mais uma vez, a caravana da Volta a Portugal em Bicicleta. Este é um evento que muito honra o Concelho.

Repleto de história e tradição, Castelo Branco dispõe de excelentes acessibilidades e um pólo empresarial e educativo inovador que se alia a um vasto património histórico, cultural e paisagístico.

As novas 10 rotas temáticas de Castelo Branco convidam-no a conhecer em família, espaços onde a memória, a tradição e a natureza se conjugam.

Do exemplar único do Barroco em Portugal que é o Jardim do Paço Episcopal, passando pelo Castelo, edificado pelos Templários, com os belos Portados Quinhentistas na zona histórica e indo de encontro à rede museológica, terá acesso a uma grande abrangência de narrativas temáticas, que refletem a identidade da região.

Descubra os artífices e os ofícios que, para além de caracterizarem a região, foram e continuam a ser parte fundamental do processo de regeneração do território, exemplo disso é a Viola Beiroa e o Bordado de Castelo Branco.

O paladar é também enriquecido por sabores tradicionais da região, onde se destacam os produtos endógenos, como é o caso do Mel, Vinho, Enchidos, Azeite e o já reconhecido Queijo da Beira Baixa.

Desejo, a todos os atletas, uma excelente participação nesta prova. Sejam bem-vindos a Castelo Branco.

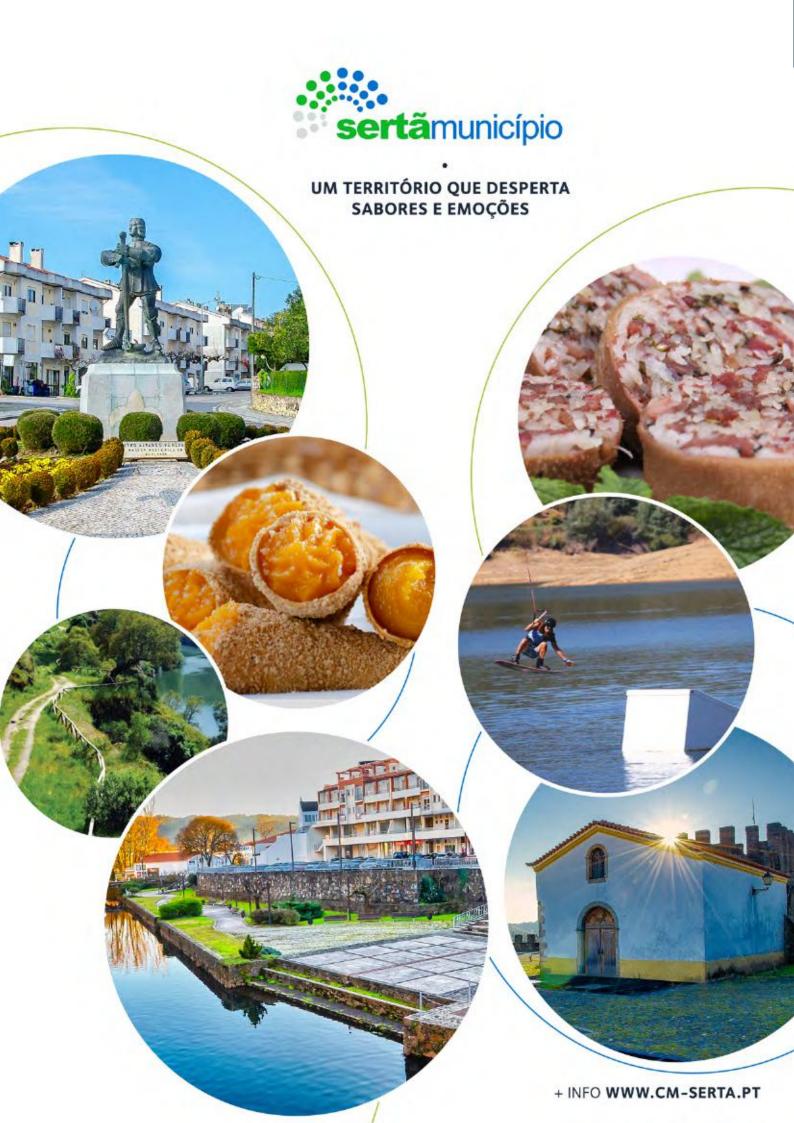
CASTELO BRANCO TERRA DE HISTÓRIA, CULTURA, PAISAGEM E GASTRONOMIA

Castelo Branco é a Capital da Beira Baixa, o concelho tem na paisagem segredos históricos e gastronómicos únicos, para além de um vasto valor cultural.

O cheiro típico das flores albicastrenses em harmonia com os pormenores arquitectónicos das Portadas Quinhentistas conferem-lhe uma simbologia histórica única. O Castelo dos Templários, palco das invasões franco-espanholas, é um bom exemplo.

Terra de história e beleza natural, descubra o típico Bordado bem presente nas sedas de Castelo Branco, as Danças Tradicionais de Lousa ou o Jardim do Paço Episcopal, uma das maiores referências do barroco português.

É impossível também passar por Castelo Branco e não provar a gastronomia rica e diversificada: queijos, azeites, mel, vinhos e enchidos... é um verdadeiro banquete de iguarias. Para sair da rotina, passe uma tarde nos vários parques do concelho, ou porque não aproveitar as piscinas e praias fluviais?





CÂMARA MUNICIPAL SERTÃ

CARLOS MIRANDA Presidente

grande festa do ciclismo português regressa este verão ao concelho da Sertã. A satisfação é enorme por o nosso Município receber a partida de uma etapa da Volta a Portugal, a maior corrida velocipédica em território nacional. Tratase de uma etapa especial que termina na mítica "Torre", que atravessará também os concelhos vizinhos de Oleiros, Proença-a-Nova e Fundão.

O ciclismo é um desporto com fortes tradições na Sertã. Já em 1912 aqui aconteciam corridas de bicicletas e até hoje são vários os episódios que preenchem a nossa memória. Por exemplo, muitos recordam ainda o dia 8 de agosto de 1970, quando a Sertã assistiu, pela primeira vez, à passagem da caravana da Volta, numa etapa que ligou as cidades de Castelo Branco e Abrantes.

Mas foi em 1976, que o nosso concelho vibrou em apoteose com a primeira chegada de uma etapa da Volta a Portugal. Marco Chagas venceu a tirada e no local da meta de então está hoje uma placa a assinalar a efeméride.

Desde então, recebemos diversas chegadas e partidas da Volta a Portugal em Bicicleta, mas também de outras provas do calendário nacional como a Volta a Portugal do Futuro ou a Taça de Portugal de Maratonas BTT.

O número de praticantes no concelho da Sertã tem vindo a subir gradualmente nas diferentes variantes e estamos convictos de que este cenário se manterá num futuro próximo.

Para o Município da Sertã é uma honra associar-se a uma prova tão importante e carismática como a Volta a Portugal e fazemo-lo porque entendemos que, além do fomento da vertente desportiva, o turismo sairá claramente beneficiado.

O concelho da Sertã apresenta potencialidades turísticas únicas, com um património natural e histórico absolutamente singular, uma gastronomia riquíssima e condições de excelência para a prática de diversos desportos. Estamos no centro de Portugal e muito próximo das principais cidades portuguesas.

Aos atletas, à Organização da prova, e a toda a caravana da Volta a Portugal, deixamos uma palavra de incentivo e votos de muito sucesso.

SERTÃ PONTO DE ENCONTRO DA NATUREZA

Situada num vale xistoso, a vila da Sertã tem apenas 2500 habitantes. Aqui predomina a área florestal com destaque para as plantações de pinheiro bravo e eucalipto. Localizada em plena Beira Baixa, a Sertã é também banhada pela Ribeira da Sertã e a Ribeira de Amioso. A oeste, encontramos o Zêzere a partilhar terreno com as albufeiras das barragens do Cabril, da Bouçã e de Castelo de Bode - são a paisagem perfeita para quem visita esta zona.

A região, cuja ocupação remonta à época pré-romana, é também dominada pela Serra do Cabeço Rainho que chega aos 1080 metros de altitude. Nestes pontos mais altos é costume nevar no inverno, mas não será problema para a Sertã, onde tipicamente os verões são quentes e atingem temperaturas bastante elevadas. O ideal é aproveitar as praias fluviais onde pode aproveitar para se refrescar do calor.

A gastronomia também não é esquecida e aqui o cabrito é rei, mas pode pedir o tradicional bucho recheado da Sertã e também os maranhos. Como sobremesa, experimente os doces cartuchos de amêndoa.

3° ETAPA. 3ÉME ETAPE - 159 KM

SERTÃ > COVILHÃ (TORRE) . DOMINGO / DIMANCHE (07)

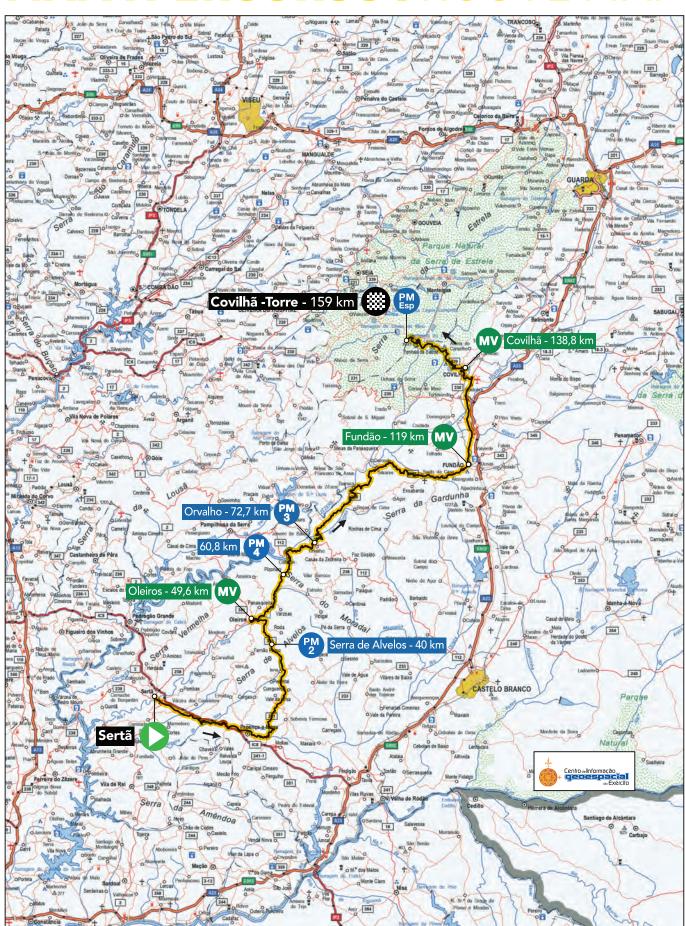
Alt.	Percurso / Parcours	**	<u>.</u>	»Km	»Km	34 km/h	36 km/h	Alt.	Percurso / Parcours		•	»Km	»Km	34 km/h	36 km/h
	Concentração/Rassemblement:		(!)			10:50	10:50	512	Rot.ª à esq. p/ Fundão N238	<u> </u>	•			15:08	
	Sertã - Alameda da Carvalha		\odot			10.50		505	Rot.a em frente p/ Fundão N238		\$	111,9	47,1	16:17	16:06
	Partida Simbólica / Départ Fictif:			4		12:50	12:50	517	Fundão - Rot.ª Oval em frente p/	\wedge	3	118.6	40.4	16:29	16:17
	Sertã - Alameda da Carvalha								Rua dos Três Lagares - Av. da Liberdade	_	_	_ ′			
	À dta. p/ Ponte s/ Ribeira da Sertã,								Meta Volante - Fundão		MV				
	Rot.ª em frente p/ Rua de							502			W	119	40	16:30	16:18
	Proença-a-Nova, Rot.a (Continente)								(junto à Câmara Municipal)		4				
	em frente p/ Rua de Proença-a-Nova,							493	Rot. Estação) frente p/Covilhã N18		\$	119,5	39,5	16:30	16:19
	Rot. frente p/ Várzea dos Cavaleiros							483	Rot.a (Eugénio de Andrade)		\$	120	39	16:31	16:20
	- N241							1/0	em frente p/ Covilhã N18		5	101.0	07.0	1/00	1/00
0.40	Partida Real / Départ Réel: N241		D				40.00	463	Rot. (Continente) frente p/Covilhã N18		9				16:22
348	Placa de Localidade			0	159	13:00	13:00	451	Rot. frente - Ponte s/Linha Férrea N18						16:23
	Portela dos Bezerrins							436	Rot.ª à dta. p/ Covilhã N18	\triangle	₽				16:23
332	Maljoga - Ponte s /Ribeira de Isna		←	8,1	150,9	13:14	13:13	428	•		<u> </u>	123			16:25
	Pela esq.ª p/ Proença-a-Nova N241		+	15.1	1 40 0	10.07	10.05	426	Rot. ^a em frente p/ Covilhã N18		\$			16:38	
531	À esq.ª p/ Proença-a-Nova N241			15,1	143,9	13:26	13:25	417	Rot. ^a em frente p/ Covilhã N18		9			16:39	
476	Proença-a-Nova - Rot.ª em frente		\$	16,2	142,8	13:28	13:27	405	Rot. ^a em frente p/ Covilha N18	$\overline{}$	5	_		16:41	
	p/ Via Circular Norte							414	Rot. ^a em frente p/ Covilhã N18		9			16:42	
480	À dt.ª p/ Paços do Concelho		→	16,6	142,4	13:29	13:27	423	Rot. ^a em frente p/ Covilha N18	$\overline{}$	5			16:43	
468	Av. do Colegio		1	14.0	1 42 1	13:29	12.20	461	Rot. ^a em frente p/ Covilhã N18 Rot. ^a em frente p/ Covilhã N18		5			16:45 16:50	
	Em frente p/ Rua do Paço		1	10,9	142,1	13:29	13:20	415	Separadores à dt.a p/ Covilha						
467	À esq.ª p/ Rua Santa Cruz (sentido Proibido)		←	17	142	13:30	13:28	457	Serra da Estrela		=>	134,1	24,9	16:56	16:43
	Rot.a (Bombeiros) em frente p/							456	Rot.a (Oval) à esq.a p/ Centro	\wedge	4	12/2	247	16:57	16.42
462	Rua Comendador Assis Roda		\$	17,4	141,6	13:30	13:29		Rot. a em frente p/ Centro						
	Rot. (Terminal Rodoviario) em frente							460	Alameda Pêro da Covilhã		•	134,7	24,3	16:57	16:44
463	p/ Rua Comendador Assis Roda		•	17,5	141,5	13:30	13:29		Rot. ^a em frente p/ Centro		_				
464	Rot. frente p/Sobreira Formosa N241	Δ	\$	177	141 3	13:31	13.29	467	Alameda Pêro da Covilhã		•	134,9	24,1	16:58	16:44
337	À esq. ^a p/ Vale d´Urso N233		+			13:36			Rot. ^a em frente p/ Centro	_	•				
386	À esq.ª p/ Oleiros N351		+			13:40		487	Alameda Pêro da Covilhã		•	135,4	23,6	16:58	16:45
387	À dt.ª p/ Oleiros N351		→			13:41			Rot.a em frente p/ Centro	_	4				
	Ponte s/ Ribeira da Fróia							532	Alameda Pêro da Covilhã		•	136	23	17:00	16:46
491	Inicio Subida / Début col			29,3	129,/	13:51	13:48	586	Rot.ª à esq. p/ Covilhã (Centro)	_	4	10/0	00.1	17.01	1/ /0
988			PM 2	40	119	14:10	14:06	380	Estrada da Palmatoria			130,9	22,1	17:01	10:48
496	Oleiros - Rot.ª à esq.ª p/ Sertã N238		•	47,6	111,4	14:24	14:19	628	Rot. (Rato) à dta. p/Covilhã (Centro)		•>>	127 0	21.2	17:03	14.40
490	À dt.ª e rot.ª em frente p/ Centro		→ 🏺	48,9	110,1	14:26	14:21	020	Rua Marquês de Avila e Bolama			137,0	21,2	17.03	10.49
493	Rot. ^a em frente p/ Oleiros (centro)		\$	49	110	14:26	14:21	652	À esq. p/ Câmara Municipal		+	138 6	20.4	17:04	16.51
501	Praça do Município à esq. p/ Câmara		←	10 5	100 5	14:27	14.22	032	Rua Visconde de Coriscada				·		
501	Municipal - Rua Dr. Barata Relvas			,	·			679	Meta Volante - Covilhã		MV	138,8	20,2	17:04	16:51
503	Meta Volante - Oleiros		MV	49,6	109,4	14:27	14:22		Rot.ª à dt.ª p/ Penhas da Saude		● >				
515	Rot.ª à dta. p/ Castelo Branco		>	49 8	109 2	14:27	14.23	680				138,9	20,1	17:05	16:51
	Rua dos Bombeiros Voluntários			·				<u> </u>	Início subida / Début col						
503	Rot. à esq. p/ Castelo Branco N238		•			14:29		1032	 					17:12	
565	Início subida / Début col		0	57,7	101,3	14:41	14:36	1470	Penhas da Saúde		_	148,9	10,1	17:22	17:08
576	À esq. p/ Praia Fluvial de Cambas		←	58.4	100.6	14:43	14:37	1599	Piornos - Centro de Limpeza de Neve		1	151,9	7.1	17:28	17:13
	CM1190								Em frente p/ Torre N339						
716	PM 4 ^a cat / Col 4ème cat		PM 4			14:47		1719						17:34	
318	À dta. p/ Cambas M527		→			14:55		1944	Rotunda à esq. p/ Torre		•	158,4	0,6	17:39	17:24
	À dta. p/ Orvalho N112		→			14:57			Meta Final / Arrivée:		@				
340	Início subida / Début col		0			15:00		1980	Covilhã (Torre)			159	0	17:40	17:25
512	PM 3 ^a cat / Col 3ème cat - Orvalho		PM	72,7	86,3	15:08	15:01		PM cat. Esp. / Col Haut cat.						



GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 3º ETAPA . 3ÉME ETAPE

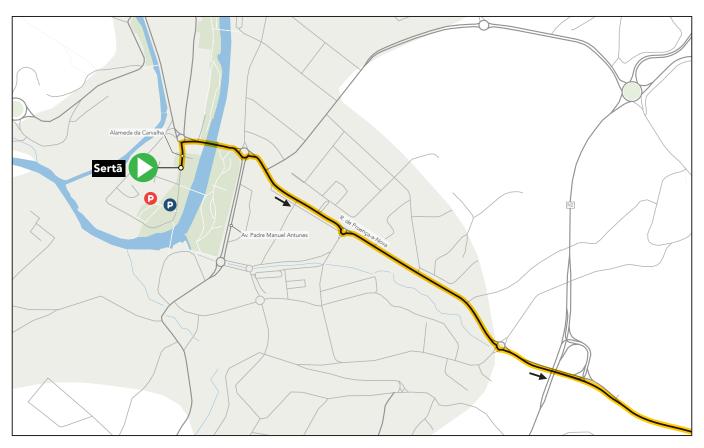


MAPA PERCURSO. ROUTE MAP

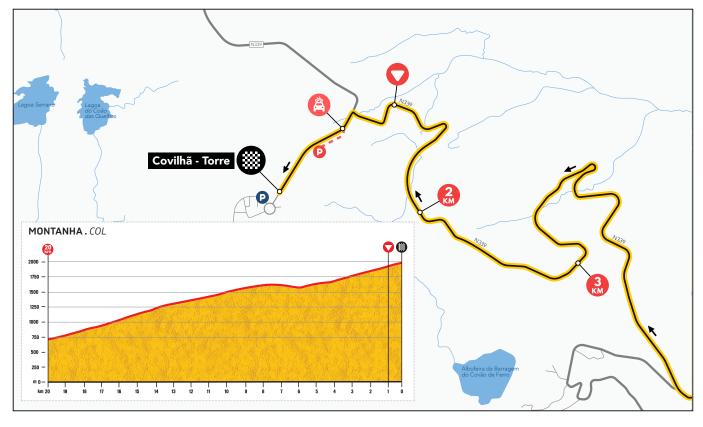


LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE









VOLTA A PORTUGAL EM BICICLETA COVILLA





CÂMARA MUNICIPAL COVILHÃ

VÍTOR PEREIRA Presidente

Volta a Portugal em Bicicleta é uma das mais importantes competições do panorama desportivo nacional. Trata-se de uma prova repleta de história e tradição, que apaixonou os portugueses ao longo de décadas, sendo ainda hoje um dos eventos que conta com maior adesão popular.

A cidade da Covilhã e os covilhanenses congratulam-se por este espetáculo desportivo que anima as ruas e estradas do nosso concelho.

Esta 83ª edição da Volta a Portugal vai passar pela Covilhã e logo na etapa rainha da prova. A chamada Etapa da Torre, para além da emoção e competitividade que invoca em termos desportivos, constitui uma jornada de festa e popularidade em que milhares de pessoas se instalam junto às estradas da Serra da Estrela para "ver passar a Volta" e para incentivar o pelotão na árdua subida.

Nas palavras dos ciclistas, a Etapa da Torre é ansiada por uma dúzia de elementos do pelotão, mas temida pela maioria. Já para nós, amantes da modalidade, é sempre a etapa mais desejada. Esperamos uma etapa que fique na memória de quem nela participa ou a ela assiste. Uma etapa que contribua para um já tão extraordinário e rico historial.

A Câmara Municipal da Covilhã e os covilhanenses saúdam a 83ª Volta a Portugal em Bicicleta e todos os que nela participam!

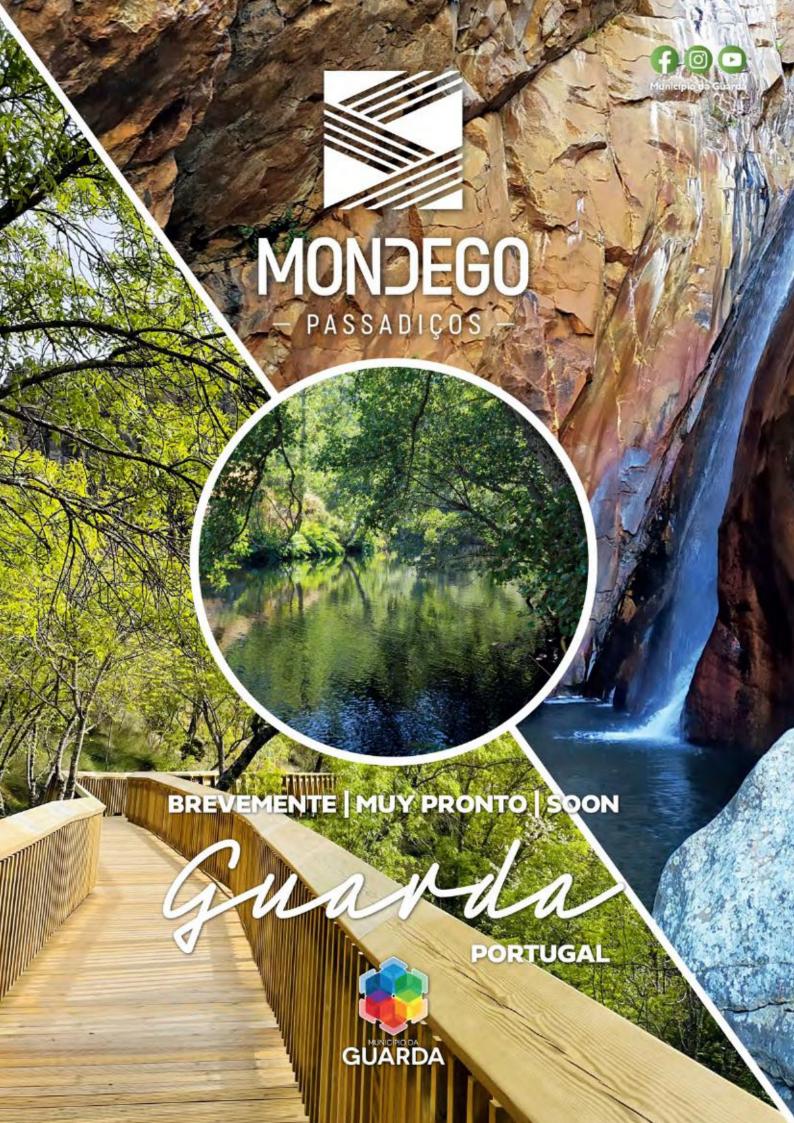
COVILHÃ CIDADE NEVE

Amália Rodrigues imortalizou, em 1970, o tema "Covilhã Cidade Neve" quando no centenário da cidade cantou, pela primeira vez, a letra do fado que nunca mais deixou de ser uma marca da principal porta de entrada na Serra da Estrela.

O município da Beira Baixa, onde o Zêzere ganha corpo, tem tradição assente na indústria e transformação da lã que durante muito tempo alimentou a região. Hoje é possível visitar a antiga e pombalina fábrica de lanifícios transformada em museu.

Na Covilhã deixe-se deslumbrar pelas paisagens e experiências únicas que o património natural proporciona, tal como o centro histórico rico em pontos de interesse como o Museu do Queijo ou o da Arte Sacra.

Mas nem só de frio se faz a Covilhã... Na verdade, dispõe também de uma Piscina-Praia Fluvial! Para passear, experimente o Jardim Botânico, com fauna e flora únicos. No final, não se esqueça de provar o queijo da serra, o pão, vinho e presuntos com o toque e sabores únicos da serra. Para os mais gulosos, delicie-se com os biscoitos de azeite, as cavacas, o nevão ou a garganta de freira.





CÂMARA MUNICIPAL GUARDA

SÉRGIO COSTA Presidente

Guarda é mais uma vez uma das cidades que tem o privilégio de ser uma das etapas do Volta a Portugal. Esta aposta clara num dos eventos desportivos de maior relevância e impacto do nosso país, representa a nossa férrea vontade de que o Município da Guarda, continue a ser um concelho em que o desporto é um dos pilares da nossa vida quotidiana.

A Guarda está presente no evento que talvez mais une Portugal e os seus territórios. Os portugueses habituaram-se a ver este nosso belíssimo país pela imagem formosa que o pelotão da volta nos dá, ano após ano.

A Volta a Portugal foi um dos grandes eventos desportivos que melhor conseguiu lidar com a pandemia que nos assolou, devido à excelente organização com que sempre nos brindou, sendo um dos primeiros a voltar ao ativo e à estrada.

O entusiasmo com que os portugueses acolhem os ciclistas ao passar nas suas cidades, vilas e aldeias é realmente marcante e revela que, a volta e o ciclismo em Portugal, estão profundamente ligados ao nosso sentir português.

A grande festa do ciclismo e do desporto português é, também, uma grande montra de paisagens e lugares que de outra forma não teriam o destaque que poderiam merecer.

O nosso concelho e a nossa Serra da Estrela conseguem sempre impressionar pela sua fantástica beleza natural.

O Município da Guarda está a investir no desporto outdoor com trilhos e pontos de interesse que vieram valorizar, ainda mais, as nossas potencialidades turísticas.

Este é o ano em que os Passadiços do Mondego serão inaugurados. Os portugueses e todos os turistas poderão desfrutar de paisagens outrora praticamente inacessíveis e, que agora, estarão disponíveis, para o usufruto de todos.

As suas cascatas e vale monumental, vão com certeza, maravilhar todos aqueles que não conhecem o Rio Mondego na sua travessia pelo Parque Natural da Serra da Estrela.

Esta aposta turística é complementada pela hospitalidade das nossas aldeias, vila e cidade, não só no percurso dos Passadiços do Mondego, mas por todo o concelho da Guarda.

A Guarda convida ao desfrute dos sentidos, da sua cultura e gastronomia, por isso não poderíamos deixar de ser etapa da Volta a Portugal, dada a projeção de marketing territorial que traz consigo.

Esta notoriedade leva à descoberta da identidade do nosso território e das nossas gentes que estão, à boa maneira beirã, de braços abertos para todos receber.

Venham e descubram este nosso território que com certeza vos irá arrebatar.

GUARDA CIDADE DOS 5 F'S

Guarda é a cidade portuguesa mais alta, elevando-se no ponto mais alto aos 1056 metros de altitude. O granito domina esta região sendo o clima frio influenciado pela paisagem montanhosa. Guarda é dona também de vastas bacias hidrográficas que abastecem as três maiores cidades de Portugal - Lisboa, Coimbra e Porto.

É conhecida como a cidade dos 5 F's: Forte, devido às muralhas e à torre do castelo; farta, pela riqueza do vale Mondego; fria, com a proximidade à Serra da Estrela e pela elevada altitude; fiel, uma vez que não se entregou aos espanhóis; e formosa, pela sua beleza natural.

A Guarda dispõe também de vários pontos turísticos como a Sé Catedral, o Museu da Guarda, da Tecelagem dos Meios e até um Teatro Municipal. A proximidade à Serra da Estrela e às Aldeias Históricas conferem à cidade cada vez mais valor e interesse turístico.

4ª ETAPA. 4ÉME ETAPE - 169,1 KM

GUARDA > VISEU . SEGUNDA FEIRA / LUNDI (08)

Alt.	Percurso / Parcours	*	<u>!</u>	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
	Concentração/Rassemblement:						
	Guarda					10:45	10:45
	Largo General Humberto Delgado						
	Partida Simbólica / Départ Fictif:						
	Guarda				6,6	12:45	12:45
	Largo General Humberto Delgado						
	Lg. Gen. Humberto Delgado, à dt.ª						
	p/ Rua Alves Roçadas, Igreja da						
	Misericordia em frente p/ Rua Dr.						
	Lopo de Carvalho, Av. Bombeiros						
	Voluntarios, rot. à dt.ª p/Av. Monsenhor						
	Mendes do Carmo, rot.ª em frente						
	p/ Av. Cidade de Safed, rot.ª à esq.ª						
	p/ Av. Cidade de Safed, rot.ª (5Fs)						
	à esq.ª p/ Rua Cidade de Bejar, rot.ª						
	em frente p/ Rua Cidade de Bejar,						
	Av Cidade de Watterbury, rot. frente						
	p/ Av. Cidade de Salamanca, rot.a						
	m frente p/ Av. da Estação, rot.ª						
	(Oval) à esq.ª p/ N16, rot.ª (Anjo)						
	frente p/N16, rot.(Covas) frente p/ N16						
857	Partida Real / Départ Réel: N16			0	169,1	13:00	13:00
865	(Junto ao viaduto da A25)	^	4	1.1	140	12.01	12.01
629	Rot. ^a à esq ^a p/ Pinhel N221	$\overline{}$	5	24.4		13:01 13:39	
604	Rot. ^a em frente p/ Pinhel N221 Rot. ^a à esq. ^a p/ Pinhel (Centro)	$\overline{\wedge}$	•				13:43
605	À dt.a p/ Av. Frederico Ulrich		→				13:43
624	Rot. frente p/ Av. Frederico Ulrich	\wedge	\$				13:44
638	Rot. frente p/ Av. Frederico Ulrich	$\overline{\wedge}$	5	29,1	l .		13:44
000	Meta Volante - Pinhel		7	27,1	140	10.47	10.44
638	Av. Frederico Ulrich		MV	29 2	139 9	13:47	13:44
	(junto ao Centro de Saúde)				.07,7	10.17	10.11
645	Rot. frente p/ Av. Frederico Ulrich	\wedge	5	29.3	139 8	13.47	13:45
645	Rot.à esq.ª p/ Av. Carneiro Gusmão	$\overline{\wedge}$	4				13:45
627	Rot. frente p/ Av. Gago Coutinho	\triangle	\$				13:46
	Rot.ª à esq.ª p/ Valbom						
611	Av. Cidade da Guarda		•	30,6	138,5	13:49	13:47
602	Rot.a em frente p/ Valbom M595	\triangle	\$	31	138,1	13:50	13:47
627	Rot. em frente p/ Valbom M595	\triangle	\$	34,7			13:53
584	Valbom (Centro) - Ponte Estreita		←				
J04	à esq.ª p/ Pala			35,6	133,3	13:36	13:55
624	Em frente p/ Pala M595-3		1	36,9	132,2	13:59	13:56
633	Pala (Centro)			38,5	130,6	14:02	13:59
654	Rot.ª à esq.ª p/Ervas Tenras M595-2		•	41,2	127,9	14:06	14:03
652	À dt.ª p/Ervas Tenras - Trancoso N226		→	42,9	126,2	14:09	14:06
	Vila Franca das Naves (Centro)		^				
558	Início subida / Début col		–	51,3	117,8	14:23	14:18
	Pela esq. p/Trancoso - Guarda IP2 N226		_				
770	PM 3ª cat / Col 3ème cat - Broca		PM			14:31	
744	À esq. e rot. à dt.ª p/Trancoso N226		~?			14:40	
830	Trancoso - Rot. frente p/ Centro		\$	64,7	104,4	14:44	14:39
000	Rot. (Batalha de Trancoso) frente N226		\$				

Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
850	Pela esq.ª p/ Lamego N226		←	66,4	102,7	14:47	14:42
846	Rot.ª à dt.ª p/ Lamego N226	\triangle	P			14:48	
797	À dt.ª p/ Penedono N229-1		→	70,2	98,9	14:53	14:48
820	Antas (Placa)			85.8	83.3	15:19	15:12
	Início subida / Début col						
837	Rot.ª em frente p/ Penedono		\$	86,7	82,4	15:20	15:13
956	PM 4ª cat / Col 4ème cat		PM 4	90,2	78,9	15:26	15:18
	Penedono						
922	Penedono (Centro) Av. Adriano de Almeida			92,3	76,8	15:29	15:22
	Capela do Calvario						
919	À esq.ª p/ Largo da Devesa		←	92,5	76,6	15:30	15:22
880	Rot. a à esq. a p/ Sernancelhe - Viseu	\wedge	4	93	76.1	15:30	15.23
851	À esq. a p/ Sernancelhe N 229		(15:31	
	Rot. a (Beselga) em frente						
740	p/Sernancelhe N229		\$	100,2	68,9	15:42	15:34
	Rot.a (Beselga) em frente		4				
799	p/Sernancelhe N229		\$	104,6	64,5	15:49	15:40
	Rot.a (Beselga) em frente	^	4				
799	p/Sernancelhe N229		\$	104,8	64,3	15:49	15:41
	Rot.a (Beselga) em frente	^	4				
805	p/Sernancelhe N229		\$	105,4	63,7	15:50	15:42
739	À dt.ª p/ Sernancelhe - Av. Tilias		→	107	62.1	15:53	15:44
728	À dt.ª p/ Av. das Tilias		→			15:54	
	Meta Volante - Sernancelhe						
752	Av. das Tilias		MV	108,2	60,9	15:55	15:46
	(Junto Câmara Municipal)						
752	Rot. (Oval) à dt.ª p/Vila da Ponte M506	\triangle	>>	108,3	60.8	15:55	15:46
605					00,0		
	Pela esq.ª p/ Viseu - Lamego					15:59	
552	Pela esq.ª p/ Viseu - Lamego Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu		+				
553		_		110,6	58,5		15:50
553 564	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu	_	+	110,6	58,5 57,3	15:59	15:50 15:52
564	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora		+ • •	110,6 111,8 112	58,5 57,3 57,1	15:59 16:01 16:01	15:50 15:52 15:52
	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col		←	110,6	58,5 57,3 57,1	15:59 16:01 16:01	15:50 15:52
564 604	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229		← ④ ← △	110,6 111,8 112 119	58,5 57,3 57,1 50,1	15:59 16:01 16:01 16:12	15:50 15:52 15:52 16:03
564	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.ª em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar	<u>^</u>	← ④ ← △	110,6 111,8 112 119	58,5 57,3 57,1 50,1	15:59 16:01 16:01	15:50 15:52 15:52 16:03
564 604 750	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.ª em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4ª cat / Col 4ème cat		←←△→	110,6 111,8 112 119 123,1	58,5 57,3 57,1 50,1 46	15:59 16:01 16:01 16:12 16:19	15:50 15:52 15:52 16:03
564 604 750 776	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.ª em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4ª cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa)		←←△→PM	110,6 111,8 112 119 123,1 123,8	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3	15:59 16:01 16:01 16:12 16:19	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09
564 604 750 776 775	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade		←←△→P	110,6 111,8 112 119 123,1 123,8 124,6	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5	15:59 16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:22	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10
564 604 750 776 775 728	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229		←←♠♠♠←	110,6 111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:22 16:25	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15
564 604 750 776 775 728 633	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.ª em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4ª cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.ª em frente p/ Av. da Liberdade À esq.ª p/ Viseu N229 À dt.ª p/ V. N. de Paiva - Satão		 ← ← → 	110,6 111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43
564 604 750 776 775 728 633 629	Rot. a (Vila da Ponte) à esq. p / Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq. p / Viseu N226 À dt. p / Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot. em frente p / Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot. em frente p / Av. da Liberdade À esq. p / Viseu N229 À dt. p / V. N. de Paiva - Satão À esq. p / Satão N329	<u> </u>	 ← ← → ← → ← 	110,6 111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,3	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:43
564 604 750 776 775 728 633	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a à esq.a p/ Satão		 ← ← → ← → ← ← ← 	110,6 111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,3	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:43
564 604 750 776 775 728 633 629	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a è esq.a p/ Satão Rot.a (Pingo Doce) em frente	<u> </u>	÷	111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,9	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 23,2	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:43 16:44
564 604 750 776 775 728 633 629 636 639	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a à esq.a p/ Satão Rot.a (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro	<u>^</u>	 ← ← → ← → ← → ← ← ← → ← ← ⊕ 	111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,5 145,9 146,4	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 23,2 22,7	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:56	15:50 15:52 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:43 16:44 16:45
564 604 750 776 775 728 633 629 636	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a è esq.a p/ Satão Rot.a (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro Rot.a è esq.a p/ Rua 20 de Setembro		 ← ← → ← → ← → ← → ← ← → ← ← → ← ←	111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,5 145,9 146,4	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 23,2 22,7 22,1	16:59 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:55 16:57	15:50 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:43 16:43 16:44 16:45 16:46
564 604 750 776 775 728 633 629 636 639	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a è esq.a p/ Satão Rot.a (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro Rot.a (Soldado) à dt.a p/	<u>^</u>	 ← ← → ← → ← → ← → ← ← → ← ← → ← ←	111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,5 145,9 146,4	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 23,2 22,7 22,1	16:01 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:56	15:50 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:43 16:43 16:44 16:45 16:46
750 776 775 728 633 629 636 639 624	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a à esq.a p/ Satão Rot.a (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro Rot.a à esq.a p/ Rua 20 de Setembro Rot.a (Soldado) à dt.a p/ Rua Dr. Hilario de Almeida Pereira			111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,5 145,9 146,4 147	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 23,2 22,7 22,1 21,9	16:59 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:55 16:56 16:58	15:50 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:43 16:44 16:45 16:46
750 776 775 728 633 629 636 639 624	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.ª em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4ª cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.ª em frente p/ Av. da Liberdade À esq.ª p/ Viseu N229 À dt.ª p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.ª p/ Satão N329 Rot.ª à esq.ª p/ Satão Rot.ª (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro Rot.ª (Soldado) à dt.ª p/ Rua Dr. Hilario de Almeida Pereira Rot.ª em frente p/ Rua Dr. Hilario			111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,3 145,5 145,9 146,4 147	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 23,2 22,7 22,1 21,9	16:59 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:55 16:57	15:50 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:43 16:44 16:45 16:46
750 776 775 728 633 629 636 639 624 620	Rot.a (Vila da Ponte) à esq.a p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.a p/ Viseu N226 À dt.a p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.a em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4a cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.a em frente p/ Av. da Liberdade À esq.a p/ Viseu N229 À dt.a p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.a p/ Satão N329 Rot.a à esq.a p/ Satão Rot.a à esq.a p/ Satão Rot.a (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro Rot.a à esq.a p/ Rua 20 de Setembro Rot.a (Soldado) à dt.a p/ Rua Dr. Hilario de Almeida Pereira Rot.a em frente p/ Rua Dr. Hilario de Almeida Pereira			1110,6 1111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,5 145,9 146,4 147,2 147,4	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 22,7 22,1 21,9 21,7	16:59 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:56 16:58 16:58	15:50 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:44 16:45 16:46 16:46
750 776 775 728 633 629 636 639 624 620	Rot.ª (Vila da Ponte) à esq.ª p/ Viseu Ponte s/ Rio Távora À esq.ª p/ Viseu N226 À dt.ª p/ Viseu - Satão N229 Início subida / Début col Rot.ª em frente p/ Aguiar da Beira Av. Combatentes do Ultramar PM 4ª cat / Col 4ème cat Aguiar da Beira (Placa) Rot.ª em frente p/ Av. da Liberdade À esq.ª p/ Viseu N229 À dt.ª p/ V. N. de Paiva - Satão À esq.ª p/ Satão N329 Rot.ª à esq.ª p/ Satão Rot.ª (Pingo Doce) em frente p/Av. Sá Carneiro Rot.ª (Soldado) à dt.ª p/ Rua Dr. Hilario de Almeida Pereira Rot.ª em frente p/ Rua Dr. Hilario			1110,6 1111,8 112 119 123,1 123,8 124,6 126,9 145,5 145,9 146,4 147,2 147,4	58,5 57,3 57,1 50,1 46 45,3 44,5 42,2 23,8 23,6 22,7 22,1 21,9 21,7	16:59 16:01 16:12 16:19 16:20 16:25 16:55 16:55 16:55 16:56 16:58	15:50 15:52 16:03 16:09 16:10 16:11 16:15 16:43 16:44 16:45 16:46 16:46

Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
	Meta Volante - Satão						
608	Rua Dr. Hilario de A. Pereira		MV	147,7	21,4	16:59	16:47
	(Jardim da Praça Paulo VI)						
561	À esq. ^a p/ Viseu N229		←	151,2	17,9	17:05	16:52
559	Rot. (Pedrosas) frente p/ Viseu N229		\$	151,7	17,4	17:06	16:53
604	Rot. ^a (Pq. Industrial de Mundão) em frente p/ Viseu N229		\$	160,4	8,7	17:20	17:06
599	Rot.ª (Pq. Industrial de Mundão) em frente p/ Viseu N229		\$	161	8,1	17:21	17:07
558	Rot.ª (Nespereira de Mundão) em frente p/ Viseu N229		\$	162,1	7	17:22	17:09

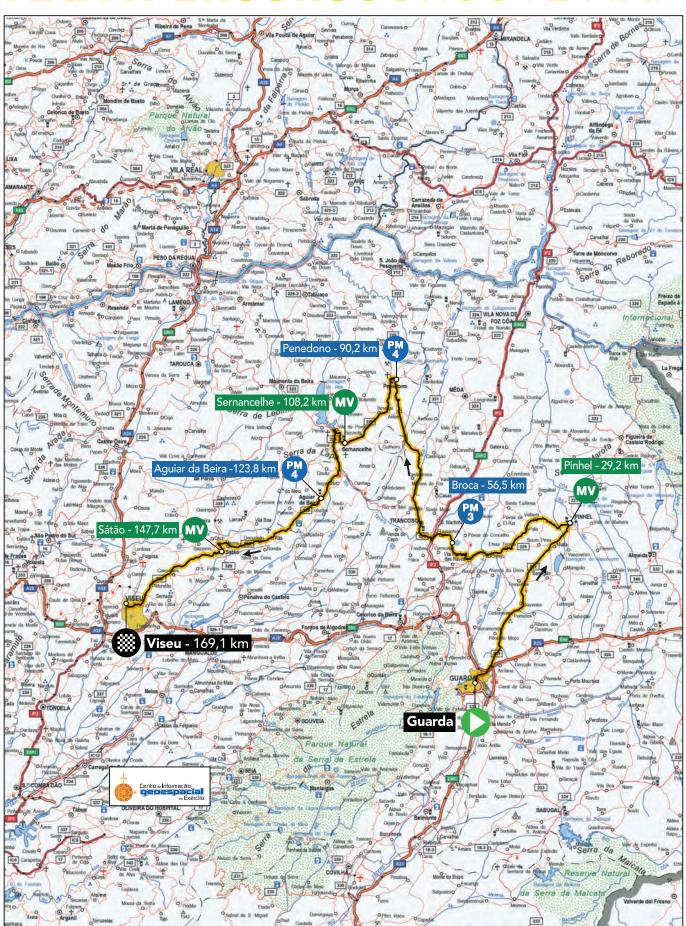
Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
454	Viseu - Rot. frente p/ Centro N229	\triangle	\$	165,6	3,5	17:28	17:14
446	Rot.ª à dt.ª p/ Av. da Europa - A24 Circular Norte		\$	166,2	2,9	17:29	17:15
451	Rot. (Esculca) frente p/Circular Norte		\$	166,7	2,4	17:30	17:16
443	Rot. à esq.ª p/Av. Cidade de Salamanca		•	167,1	2	17:30	17:17
440	Rot. (Coval) frente p/Tunel de Viriato		\$	167,7	1,4	17:31	17:18
444	Rot. (Cibernetica) à dt.ª p/ Av. Europa		P	168,5	0,6	17:33	17:19
447	Rot.ª em frente p/ Av. da Europa		\$	168,9	0,2	17:33	17:19
448	Meta Final / Arrivée: Viseu Av. da Europa		•	169,1	0	17:34	17:20

GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 4ª ETAPA . 4ÉME ETAPE



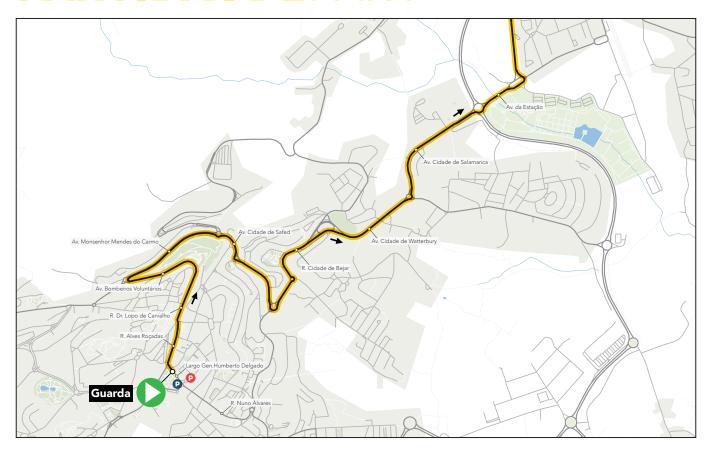


MAPA PERCURSO. ROUTE MAP

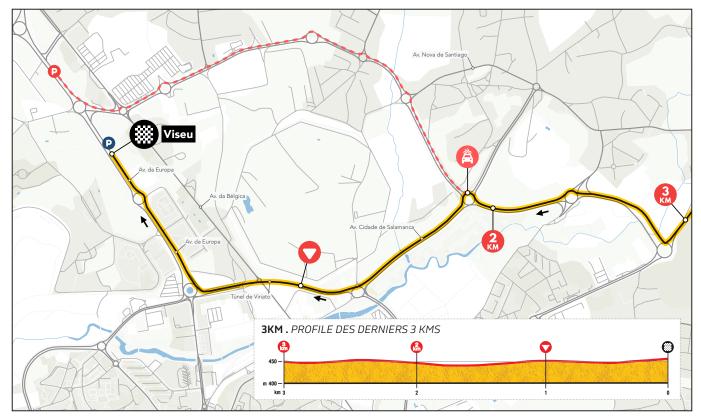


LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE







CÂMARA MUNICIPAL VISEU

FERNANDO RUAS Presidente

DESDE 1932 A PEDALAR EM TERRAS DE VIRIATO

m 1932, Viseu era incluída, pela primeira vez, no itinerário da Volta a Portugal em Bicicleta, com a meta a ser colocada na Rua Formosa. Em 2022, a Cidade-Jardim volta a ser uma das anfitriãs da grande prova de ciclismo nacional. Aliás, foi sempre ponto de passagem – ou paragem – desta histórica prova desportiva, o que muito nos honra e engrandece.

No ano em que o pelotão regressa à estrada, num momento muito ansiado pelos amantes do ciclismo, Viseu recebe, de braços abertos e com a hospitalidade que tanto nos caracteriza, o final de uma das etapas, o grande concerto "Há Volta à Noite" e a 15ª Etapa da Volta.

Destaco aqui um pormenor particular e curioso: o arranque da Volta a Portugal em Bicicleta acontece no mesmo dia em que abrimos portas à Guardiã das Feiras Populares do país, a nossa Feira de São Mateus, nos seus 630 anos, a 4 de agosto. Uma coincidência duplamente feliz, já que é no palco do certame que acolhemos o concerto do grupo Azeitonas, a 8 de agosto.

Na "Melhor Cidade para Viver", o Desporto é por nós considerado um dos pilares da governação municipal. A aposta do Município no apoio aos clubes, associações e atletas traduz-se numa política concertada e coesa que, ao longo dos anos, contribuiu para a diversificação do número de modalidades praticadas; para o crescimento do número de atletas, nomeadamente do género feminino, que ganham cada vez mais expressividade; e para a qualificação das instalações desportivas, promovendo mais e melhores condições para a prática da atividade física.

É com orgulho que, fruto deste investimento e das sinergias criadas com o associativismo local, testemunhamos percursos e conquistas meritórias por parte dos nossos atletas, dentro e fora de portas, que elevam o nome de Viseu.

Nesta 83ª edição da Volta a Portugal em Bicicleta, felicito a organização pela história e longevidade desta prova nacional que continua a dar palco aos talentos e a projetar a modalidade, com forte sentido de compromisso, empenho e dedicação.

Por outro lado, congratulo também a aposta renovada, a cada edição, de dar a conhecer o melhor das regiões, dos concelhos e cidades do país, promovendo e valorizando a identidade e os territórios. Juntamente com os Municípios, esta é uma parceria de sucesso, que contribui para a dinamização da economia local, gerando oportunidades para todos, ao mesmo tempo que estimula o posicionamento turístico das cidades.

Neste ano especial, em que o mote é "Viseu, encontrei o meu amor", sejam bem-vindos/as à Cidade-Jardim! Que aqui reforcem o amor pelo ciclismo, pela cidade, pelas pessoas, pela paisagem, pela história, pela gastronomia – pela nossa identidade.

VISEU CIDADE COM MAIS DE 2000 ANOS DE HISTÓRIA

Todo o concelho de Viseu é um ótimo ponto de paragem para desfrutar do que mais tradicional tem o país.

Conhecido e distinguido pela exploração vitivinícola da melhor que se faz, onde o vinho do Dão é rei, Viseu dispõe de muitas outras várias atrações. A Sé Catedral e as várias igrejas, a Praça D. Duarte, a Cava de Viriato ou as tantas muralhas que se encontram na cidade são exemplo de diversidade histórica. No centro histórico, conte as inconfundíveis calçadas de estilo romano que contrastam com as ruas do período medieval e contemporâneo.

A nível gastronómico, esta região da Beira Alta também não desilude. De garfo e faca tem no menu a vitela assada, o cabrito estufado, o toucinho e, claro, os doces como as farófias, as lampreias de ovos ou as castanhas de ovo de Viseu.







VISEU - 73KM - 9 DE AGOSTO

INSCREVE-TE JÁ EM WWW.VOLTA-PORTUGAL.PT





































SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERACÃO.

A PEDALAR DE NORTE A SUL DO PAÍS HÁ MAIS DE 90 ANOS











CÂMARA MUNICIPAL MEALHADA

ANTÓNIO JORGE FRANCO Presidente

MEALHADA, UM DESTINO DE NATUREZA, CULTURA E GASTRONOMIA

ão há memória, na Mealhada, da partida de uma etapa da Volta a Portugal na nossa cidade. Desde logo por isso, este evento maior da vida desportiva do nosso país será uma festa para todo o concelho. Atletas, equipas, apoios técnico e logístico fazem aqui uma paragem de descanso para retomarem a estrada, dia 10 de agosto, a partir do centro da Mealhada, num ambiente que queremos festivo, galvanizante, não só para os atletas, mas para todos os mealhadenses.

A 83.ª Volta a Portugal é uma prova desportiva, mas a participação do Município neste acontecimento vai muito além da vertente desportiva. É uma oportunidade soberana para dar a conhecer o nosso território e as suas riquezas – as nossas vinhas, a Mata Nacional do Bussaco, a nossa restauração, a vila termal do Luso, a cultura e as nossas gentes.

Quem nos visita – ainda que no contexto mais ou menos rápido da prova – irá seguramente guardar memórias e, mais tarde, voltar e descobrir as paisagens, os sítios especiais – e são tantos – os saberes e os sabores. Desde logo, a marca "4 Maravilhas da Mesa da Mealhada. Água l Pão l Vinho l Leitão" apresenta quatro iguarias de excelente qualidade, difíceis de igualar num mesmo território. A água de Luso, com a sua origem num lençol da Serra do Bussaco, água mineral líder de mercado no nosso país. O pão da Mealhada, de quatro bicos, cozido em forno de lenha e de sabor tradicional e único sempre presente na mesa da nossa restauração. O ex-libris da Mesa da Mealhada, o leitão, estaladiço, de confeção única, baseada numa receita de gerações, cujo aroma atrai logo nos primeiros metros de estrada percorridos no concelho. E, para completar, vinhos de conceituados produtores e enólogos: à mesa ou na vinha, traçando o carácter identitário da paisagem, estão sempre presentes na nossa região.

Passar pela Mealhada obriga a uma visita à maior riqueza natural, patrimonial e arquitetónica aqui existente: a Mata Nacional do Bussaco. Neste espaço mágico, com mais de 100 hectares de verde, deparamos com belos cantos e recantos, fontes e lagos, que convidam a desfrutar a Natureza, mas também a conhecer a Cultura e a História entrelaçadas: o Palace Hotel do Bussaco, um palácio real, em estilo neomanuelino, com projeto do arquiteto e cenógrafo italiano Luigi Manini (1848-1936), o Convento de Santa Cruz, a Via-Sacra e as suas ermidas (a única réplica à escala da existente e Jerusalém, a Cruz Alta), marcas deixadas pela Ordem dos Carmelitas que aqui estabeleceram o seu Deserto, e o Museu Militar a remeter para as Invasões Francesas e as marcas aqui deixadas pelas tropas napoleónicas.

Da Mata, descendo ao sopé, encontram-se as Termas do Luso. As suas águas, ímpares, entre as melhores águas minerais e medicinais do mundo, são um apelo irresistível ao relaxamento e a uns dias revigorantes de fuga ao bulício quotidiano.

A todos os presentes nesta 83ª Volta a Portugal deixo votos dos maiores sucessos! Sejam bem-vindos ao concelho da Mealhada nesta e, certamente, em ocasiões futuras!

MEALHADA ATERRA DAS 4 MARAVILHAS

Conhecida pela extensa paisagem verdejante de vinhedos e arvoredo, a Mealhada estende-se entre a Serra do Buçaco e a orla de Cantanhede e acompanha ainda o pequeno rio Cértima desde a nascente. Aqui estamos no centro do país.

A Mealhada é bem conhecida pela água de excelente qualidade mineral e até medicinal que brota nas nascentes do Luso. O município tem também excelente património edificado como é o imponente Palacete Hotel, o Convento de Santa Cruz do Buçaco, o Mosteiro da Vacariça, a Casa Rural Quinhentista ou o Museu Militar.

Na gastronomia, não há desculpas: não há como passar pela Mealhada sem provar as 4 Maravilhas: a água, o pão de quatro bicos em forno de lenha, o vinho de produção local e o leitão bem típico da Bairrada. Pode alargar os horizontes do menu e experimentar também o arroz de pato à antiga, a chanfana, os caramujos ou as cavacas.

ETAPE - 165,7 KM TAPA - 5^{ÉME}

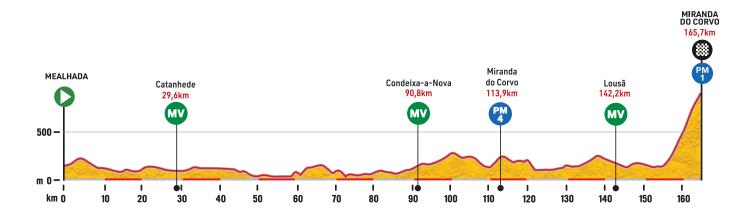
MEALHADA / MIRANDA DO CORVO (OBSERVATÓRIO DE VILA NOVA). QUARTA FEIRA / MERCREDI (10)

Alt.	Percurso / Parcours	**	<u>!</u>	»Km	»Km	35 km/h	37 km/h	Alt.	Percurso / Parcours	**	<u>.</u>	»Km	»Km	35 km/h	37 km/h
	Concentração/Rassemblement: Mealhada - Parque da Cidade		①			10:45	10:45	34	Carapinheira Separador (Cruzeiro) em frente	\triangle	=↑	48,4	117,3	14:22	14:18
	Partida Simbólica / Départ Fictif:				6,6	12:45	12:45	25	p/ Montemor-o-Velho N335 Rot. frente p/Montemor-o-Velho N335		5	18.6	1171	14.23	14:18
	Mealhada - Parque da Cidade							20	Rot. frente p/Montemor-o-Velho N335		5				14:19
	Rot. ^a em frente p/ Av. das Escolas,							8	Rot. à dt.a p/Montemor-o-Velho N111	\triangle	•				14:19
	à dt.ª p/ Rua da Fonte, Pela esq.ª								Rot. a (Pq. de Negocios) em frente						
	p/ Rua Dr. Eduardo Castela, à esq.ª p/ Rua Alvaro Pedro, Rot.ª à esq.ª							19	p/ Montemor-o-Velho N111		•	50,8	114,9	14:27	14:22
	p/ Mealhada (Centro) N1, Sep. em frente, Rot.ª à dt.ª p/ Centro, Rua							16	Rot.a (Alves Barbosa) em frente p/ Montemor-o-Velho N111		\$	51,5	114,2	14:28	14:23
	Dr. Americo Couto, Rot.ª à esq.ª							35	Rot. frente p/Montemor-o-Velho N111		\$	52,2	113,5	14:29	14:24
	p/Av. 25 de Abril, à esq.ª p/Rua Dr.							20	Rot.a (Tribunal) à esq.a	_	4				
	Eduardo Alves de Matos, Av. Quinta							20	p/ Montemor-o-Velho (Centro)			23,3	112,4	14:31	14:26
	da Nora, Rot.ª à esq.ª p/ Porto N1,							10	Rot.a em frente p/ Nautical Center	\triangle	\$	53,4	112,3	14:31	14:26
	Rot.ª à dt.ª p/ Luso N234.							8	Rot.a (Oval) à dt.a p/ Verride		P	52.5	1122	14.21	14:26
	Partida Real / Départ Réel: N234							°	Rua Fernão Mendes Pinto			33,3	112,2	14.51	14.20
118	(Junto á saida p/ Lograssol)			0	165,7	13:00	13:00	6	À esq.ª p/ Verride M601		←	54,5	111,2	14:33	14:28
195	À dt.ª p/Luso - Rua Dr. Antonio Granjo		→	3,7	162	13:06	13.06	3	À dt.ª p/ Verride M601		→	57,9	107,8	14:39	14:33
212	Rot. a em frente p/ Av. Emidio Navarro		5			13:07		4	À esq. p/Verride - Ponte s/ Rio Mondego		←	58,4	107,3	14:40	14:34
213	Rot. a dt.a p/ Pampilhosa N336		₽	4,4		13:07		7	Freguesia de Verride		(11)	59,4	106,3	14:41	14:36
211	Pela dt.ª p/ Pampilhosa N336		→	4,5		13:07		<u> </u>	Passagem de Nivel / Passage à niveau		· ·				
99	Pela esq.a p/ Pampilhosa N336		←	9,7		13:16		63	Verride - À dt.ª p/ Soure N341		→				14:38
71	Pampilhosa - À dt.ª p/Mealhada N336-1		→			13:20		108	Abrunheira - frente p/ Soure N341		↑				14:42
70	Rot. ^a (Comboio) em frente N336-1		5	13		13:22		118	Serroventoso - frente p/Soure N348		1	65,3	100,4	14:51	14:45
56	Rot.ª à esq.ª p/ Mealhada N336-1		4	14,7		13:25		43	Soure - À esq.ª p/ Centro		←	75,6	90,1	15:09	15:02
56	Rot.ª à dt.ª p/ Coimbra CM1713		•			13:25			Ponte s/ Linha Férrea						
57	Rot.a em frente p/Vimieira CM1713		5		_	13:26		25	Separadores à dt.ª p/ Centro		=>	75,8	89,9	15:09	15:02
57	Pela dt.ª p/Vimieira - Rua da Azenha		→	-	_	13:26			Rua Herois do 25 de Abril						
90	Stop - À dt.ª p/ Rua de Baixo		→		_	13:28		19	Em frente (Sentido Proibido) p/ Rua Combatentes da G. Guerra		1	76,6	89,1	15:11	15:04
83	Stop - À esq.ª p/ Casal Comba		+	17.3	148 4	13:29	13.28		Praça Herois Coutinho e Cabral						
	(Centro) - Rua da Portela			17,0	140,4	10.27		23	Em frente p/Condeixa - R. S. João Deus		1	76,8	88,9	15:11	15:04
71	Largo do Chafariz - À dt.ª		→	170	147 8	13:30	13.20	26	Rot. (Repsol) em frente p/ Condeixa	\wedge	5	77,7	88	15.13	15:06
	p/ Rua da Corredoura			17,7	147,0	10.00		40	Em frente p/ Condeixa N342		1				15:06
65	Pedrulha (Capela) - À esq.ª		+	19	1467	12.22	13:30	52	Rot.a em frente p/ Condeixa N342	\wedge	5			15:14	
	p/ Rua de S. Domingos			17	140,7	10.02		28	Ega - Semaforos frente p/Condeixa N342		1				15:19
63	Entroncamento à esq.ª		+	19,7	146	13:33	13.31	80	Rot.ª à dt.ª p/ Condeixa IC3		P >				15:24
	p/Cantanhede N234			17,7	140	10.00		87	À dt.ª p/ Condeixa		→				15:25
66	Cantanhede - Rot. frente p/ Centro		þ	29,1	136,6	13:49	13:47		Rot.ª à dt.ª p/ Condeixa - Rua D.	^	•				
65	Rot.a (Bombeiros) frente p/ Centro		\$	29,3	136,4	13:50	13:47	75	Maria Elsa Franco Sotto Mayor		⋫	90,1	/5,6	15:34	15:26
65	Meta Volante - Cantanhede		MV	29.6	136 1	13:50	13:48		Largo Artur Barreto						
	(Tribunal)			27,5	.00,1	10.00	.0.40	84	Pela dt.ª p/ Conimbriga		→	90,6	75,1	15:35	15:26
64	Praça Marquês de Marialva Rot. á esq.ª p/Montemor-o-Velho N335	Δ	•	30	135,7	13:51	13:48		Rua Dr. Simão da Cunha Meta Volante - Condeixa-a-Nova						
68	Rot. à dt.ª p/Montemor-o-Velho N335		•	30,7	135	13:52	13.40	91			MV	90,8	74,9	15:35	15:27
73	Rot. frente p/Montemor-o-Velho N335		5			13:55		117	(Junta de Freguesia) Rot. frente p/Conimbriga - Rua de Tomar	\triangle	\$	91 4	743	15:36	15:28
	Lemede - Semaforos em frente							121	Entroncamento à esq.ª p/Tomar IC3		(15:29
110	p/ Montemor-o-velho N335		^	34	131,7	13:58	13:55	148	Y		+				15:32
94	Rot. ^a em frente p/ Arazede N335	Δ	5	36.5	129.2	14:02	13:59		Rot.a (Freguesia de Lamas) à esq.a						
99	Separadores à dt.ª p/Arazede N335	· ·	>			14:03		212	p/ Lamas N342 (Antiga)		•	104,1	61,6	15:58	15:48
	Boleta - Semaforos em frente							223	Rot. à esq.ª p/Miranda do Corvo N342		4	105.4	60.3	16:00	15:50
74	p/ Coimbra N335		↑	46,9	118,8	14:20	14:16	105							15:57
	<u> </u>								1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1, 1			,•	1 7		

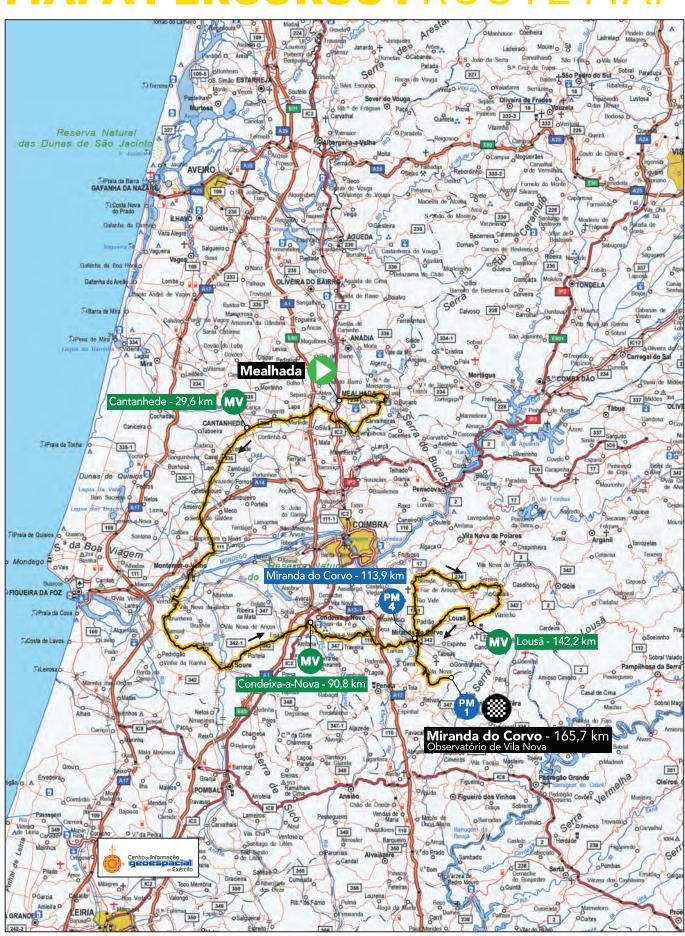
Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	35 km/h	37 km/h
104	Rot. à esq.ª p/Miranda do Corvo - Semide		•	109.6	56.1	16:07	15:57
104	Rot.ª à dtª p/ Rua Dr. Mota Pinto	Δ	_	109,7		16:08	
113	Rot.ª à esq.ª p/ Rua Dr. Fausto Lobo Rua D. Afonso Henriques	_				16:08	
109	À dt.ª p/ Semide Rua Armenio Costa Simões		→	110,8	54,9	16:09	15:59
109	À esq.ª p/ Semide - Coimbra N17-1 Início subida / Début col		10	111	54,7	16:10	16:00
246	PM 4ª cat / Col 4ème cat Miranda do Corvo		PM 4	113,9	51,8	16:15	16:04
188	Semide - Rot. ^a em frente p/ V. N. de Poiares N17-1		\$	119,3	46,4	16:24	16:13
77	Á dt.ª p/ V. N. de Poiares N17		→	122,5	43,2	16:30	16:18
83	Separadores à dt.ª p/ Foz de Arouce N236 (Antiga)		=→	124,5	41,2	16:33	16:21
78	À esq.ª p/ Serpins M552		4	126,1	39,6	16:36	16:24
90	Casal Ermio - Stop à esq.ª p/ Serpins M552		+	129,5	36,2	16:42	16:30
130	Serpins - Rot. (Pav. Gimnodesportivo) em frente p/ M552		↑	132,9	32,8	16:47	16:35
119	Rot. (D. Manuel) à dt.ª p/Vilarinho M552		\$	133,4	32,3	16:48	16:36
107	Ponte Mediaval de Serpins s/ Rio Ceira À dt.ª p/ Lousã M554		→	134	31,7	16:49	16:37
193	Entroncamento à dt.ª p/ Vilarinho Lousã N342		→	137,6	28,1	16:55	16:43
195	À esq.ª p/ Lousâ N342 (Antiga)		+	140,5	25,2	17:00	16:47
192	Rot. ^a em frente p/ Rua Dr. José Pinto de Aguiar	_				17:01	
185	Rot. ^a (Continente) em frente p/ Av. Dr. José Maria Cardoso	_	\$	141,7	24	17:02	16:49

	Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	35 km/h	37 km/h
	176	Meta Volante - Lousã (Corpo de Bombeiros Municipais)		MV	142,2	23,5	17:03	16:50
	175	Rot. frente p/Av. Dr. José Maria Cardoso	\triangle	\$	142,4	23,3	17:04	16:50
	174	Rot.ª à dt.ª p/ Estação CP - Av. do Brasil		P	142,5	23,2	17:04	16:51
	158	Rot.ª (Oval da Velha Estação CP) À esq.ª p/ Miranda do Corvo		•	143,3	22,4	17:05	16:52
	139	Rot. frente p/ Coimbra - Foz de Arouce		\$	144,3	21,4	17:07	16:54
	139	Rot.ª à esq.ª p/ Miranda do Corvo N342 (Variante)	_	•	144,4	21,3	17:07	16:54
	173	Separadores à dt.ª p/ Padrão		=>	149	16,7	17:15	17:01
	173	Rot.a em frente p/ Padrão N342		\$	149,2	16,5	17:15	17:01
	111	Miranda do Corvo - Rot. ^a em frente p/ Av. Padre Americo			152,5	13,2	17:21	17:07
	109	Rot.a em frente p/Av. Padre Americo	\triangle	\$	153,1	12,6	17:22	17:08
	104	À esq.ª p/ Rua D. Afonso Henriques Rua Dr. Fausto Lobo					17:22	
	113	Rot.a em frente p/ Espinhal N17-1	\triangle	\$	153,9	11,8	17:23	17:09
	121	Rot. ^a em frente p/ Vila Nova N17-1		\$	154,7	11	17:25	17:10
	115	Godinhela Início subida / Début col			155,8		17:27	17:12
	157	Sep. à esq.ª p/ Vila Nova M556	\triangle	=+	156,7	9	17:28	17:14
1	265	Vila Nova (Igreja Paroquial)			158,4	7,3	17:31	17:16
4	281	Rot. ^a (Cemiterio) à esq. ^a p/ Souravas M639		•	158,6	7,1	17:31	17:17
	560	Souravas - À esq.ª p/ Parque Eólico de Vila Nova		←	161,8	3,9	17:37	17:22
•	937	Meta Final / Arrivée: Miranda do Corvo (Observatório de Vila Nova) Rua José Godinho PM 1ª cat. / Col 1ère cat.		•	165,7	0	17:44	17:28

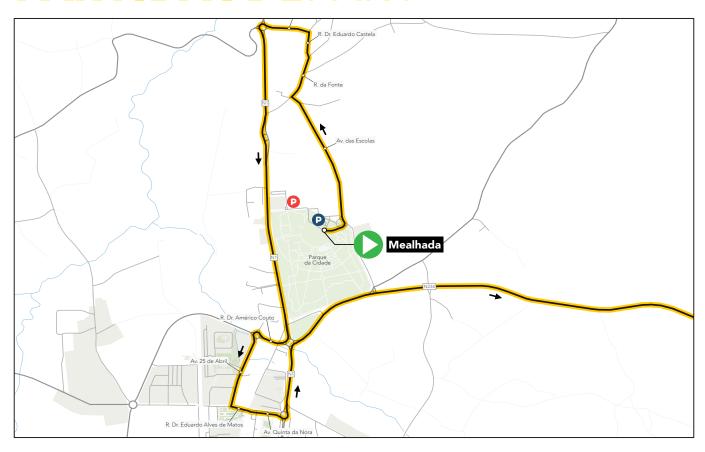
GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 5ª ETAPA . 5ÉME ETAPE



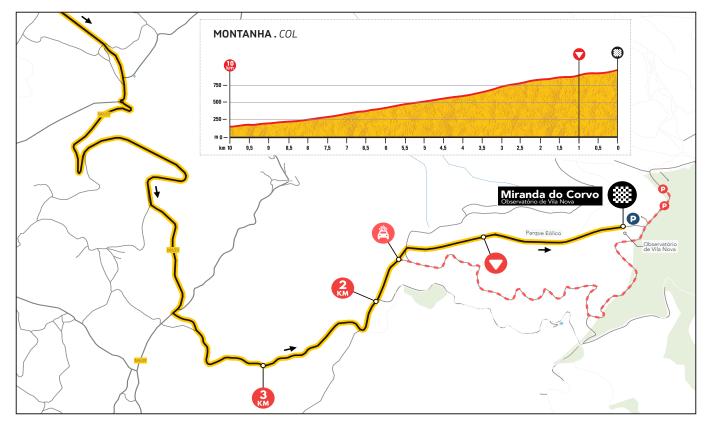
MAPA PERCURSO . ROUTE MAP



PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE







#MIRANDADOCORVO



CÂMARA MUNICIPAL MIRANDA DO CORVO

MIGUEL BATISTA Presidente

MIRANDA DO CORVO - PAIXÃO NATURAL

iranda do Corvo é uma terra apaixonante. O Município tem muito para oferecer aos visitantes, desde o património histórico, cultural e religioso, passando pelos adeptos da gastronomia, até aos desportistas e amantes da natureza.

Todo o património está espalhado pelas quatro freguesias de Miranda do Corvo. No núcleo histórico do centro da vila de Miranda do Corvo, que resiste ao desgaste da vida moderna, convidamo-lo a visitar a Torre Sineira e a Igreja Matriz, situadas no Alto do Calvário, a passear pelas estreitas ruas repletas de história e habitações de traça centenária.

Visitas ao Mosteiro de Semide, ao Santuário do Senhor da Serra e à Capela da Nossa Senhora da Piedade de Tábuas são indispensáveis. Os três pontos são de grande interesse religioso e recebem milhares de visitantes por ano. A estes junta-se o Templo Ecuménico que une as várias religiões do mundo.

Inserida na rede das Aldeias de Xisto, a aldeia do Gondramaz é um lugar idílico para visitar. A aldeia abre-se em locais estratégicos para a beleza da serra que a envolve com o seu manto verde. É ainda ponto de passagem obrigatório dos mais de 200km de trilhos sinalizados de trail running, btt e caminhadas que percorrem a quase totalidade do concelho.

Unindo a natureza ao espírito selvagem, o Parque Biológico da Serra da Lousã é um espaço único na região que reúne um vasto conjunto de animais representativos da fauna portuguesa.

Em termos gastronómicos, a mesa estará sempre bem recheada. A Chanfana é, claro está, a rainha. Eleito uma das 7 Maravilhas à Mesa de Portugal, este prato típico nasceu no Mosteiro de Semide e atrai milhares de visitantes a Miranda do Corvo para comer esta iguaria no berço onde nasceu. A ementa é vasta, os negalhos, a sopa de casamento, o serrabulho ou o bucho recheado são pratos da gastronomia tradicional que deliciarão os amantes de um bom prato. Para finalizar os doces conventuais, as súplicas e a nabada. Tudo acompanhado com um bom vinho de Lamas.

Razões não faltam para visitar Miranda do Corvo, um concelho que se envolve com a natureza, que apaixona pelas suas gentes e pela sua história, que no fundo, é uma Paixão Natural.

MIRANDA DO CORVO VILA DE FAUNA, FLORA

VILA DE FAUNA, FLORA E DAS ARTES TRADICIONAIS

Miranda do Corvo é uma pequena vila, bem no centro do país. É uma sub-região de Coimbra e junta o que há de mais tradicional das artes nacionais à gastronomia típica e local.

Um dos maiores cartões de visita é a Serra da Lousã e o Parque Biológico onde vivem cerca de 300 animais divididos em mais de 60 espécies que representam a vasta oferta de fauna e flora portuguesa. Encontramos também em Miranda do Corvo vários espaços museológicos, como é exemplo o Museu Vivo de Artes e Ofícios Tradicionais onde, nos dias de hoje, o artesanato continua bem vivo. A cultura está, por isso, bem representada pela olaria, a tecelagem, a cestaria ou as rendas de Semide.

Em Miranda do Corvo encontramos também a Aldeia do Xisto de Gondramaz, aldeia integrante do Programa das Aldeias do Xisto a nível nacional.

Na gastronomia, as carnes são rainhas. Os enchidos são quase obrigatórios nos pratos que provar, desde a chanfana de cabra velha aos negalhos, ao bucho e sarrabulho e sem esquecer a sopa de casamento. A doçaria também não falta e não pode perder o arroz doce tradicional, as súplicas ou a nabada.

77





SAÚDE NO TRABALHO Lei n° 3/2014



SEGURANÇA NO TRABALHO

Lei n° 3/2014



HACCP SEGURANÇA ALIMENTAR Regulamento CE N° 852/2004



FORMAÇÃO FORMAÇÃO CONTÍNUA DO TRABALHADOR

Cumprimento da Lei 7/2009, artigo 131°, alterada pela Lei 93/2019 de 4 de Setembro de 2019.



CONSULTAS EM TELEMEDICINA

Clínica geral, Apoio Psicológico e Consulta do Viajante A Atlanticare é uma empresa certificada pela norma NP EN ISO 9001:2015 – Sistema de Gestão Qualidade, pela SGS, para a Prestação de Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho.

Desde 2015 que a Atlanticare é considerada pela APG (Associação Portuguesa de Gestão das Pessoas) o melhor Fornecedor de Serviços de Segurança e Saúde no Trabalho.

A Atlanticare é uma entidade certificada pela DGERT. A Atlanticare presta serviços a nível Nacional, em Clínicas Médicas, Unidades Móveis de Saúde e Gabinete Médico nas Instalações das Empresas.

PORTAL DO CLIENTE

Através de acesso reservado e seguro, garante a gestão integrada de todo o processo de prestação dos serviços e a interação permanente online, rapidez no acesso à informação e redução do trabalho administrativo do Cliente.

PORTAL DO UTENTE

Proporciona o acesso imediato do Colaborador, de forma cómoda e segura, ao seu processo Clínico e ao resultado de todos os Exames Complementares de Diagnóstico realizados.

Respondemos aos novos desafios. Contacte-nos.

info@atlanticare.pt www.atlanticare.pt 707 10 20 30





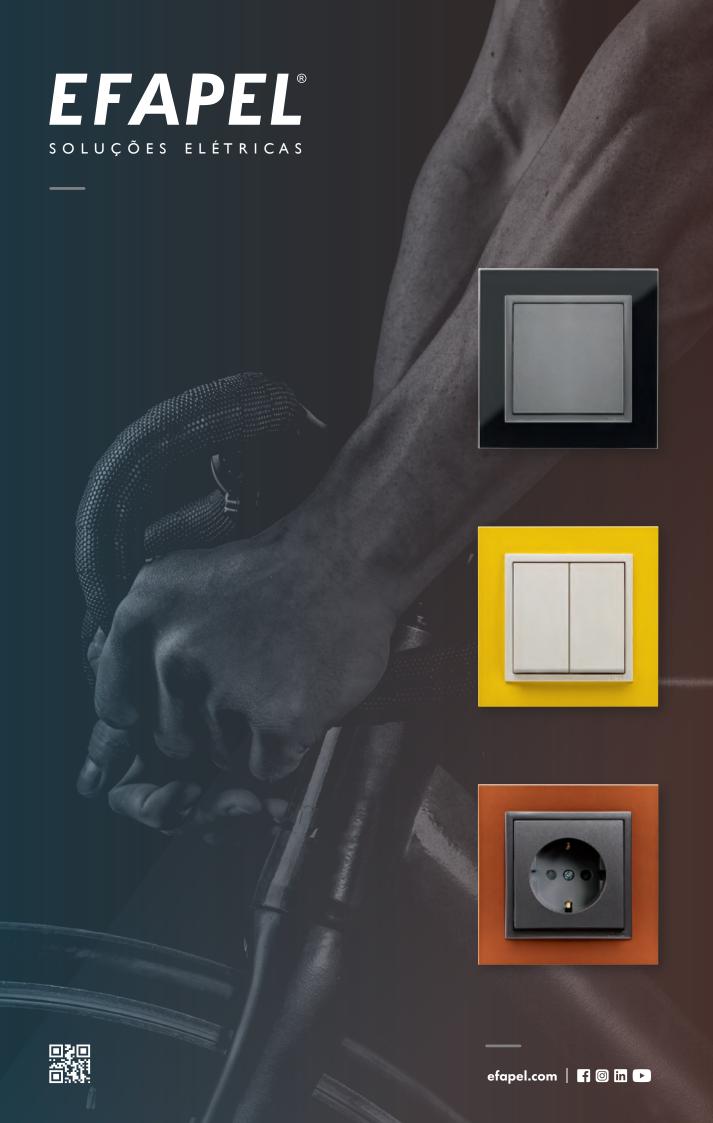
DGS











VISIT Á GUEDA











CÂMARA MUNICIPAL ÁGUEDA

JORGE ALMEIDA

Presidente

EM ÁGUEDA, VIVE-SE UMA CULTURA IRREVERENTE

irreverência, o empreendedorismo, a inovação e a capacidade de continuamente surpreender são atributos que caracterizam Águeda e os aguedenses, que se traduzem em várias práticas e projetos diferenciadores, com uma visão de vanguarda e posicionamento estratégico nos vários quadrantes da atividade municipal, sendo apontados como um Município referência e modelo a seguir por muitos dos nossos pares.

um Município referência e modelo a seguir por muitos dos nossos pares

Políticas que demonstram uma preocupação com a sustentabilidade ambiental e com as famílias; que denotam uma aposta na cultura, desporto para todos, educação ou ação social, no turismo e no empreendedorismo jovem; que se refletem em apoios às estruturas associativas e forças vivas do concelho e às juntas de freguesia. Pelas boas práticas que implementa, nas várias áreas de atuação, pelo seu bom desempenho, pelos projetos que dirige e dinamiza, Águeda é o Município do Ano. Mais do que um galardão, este reconhecimento nacional é reflexo de todo um trabalho em prol dos cidadãos.

Dos projetos estratégicos e para os quais cativámos importantes fundos comunitários, como a ligação rodoviária em perfil de autoestrada entre Águeda e Aveiro ou a implementação da Área de Acolhimento Empresarial de Nova Geração no Parque do Casarão, à irreverência do AgitÁgueda (que decorreu no mês de julho) ou da aposta no turismo ferroviário, sem esquecer a dinâmica cultural, desportiva e de preservação ambiental, muitas são áreas em que apostamos.

Também no setor das duas rodas, implementamos medidas que apoiam a modalidade, seja na formação, na atividade de uma forma lúdica e também do ponto de vista competitivo, desenvolvendo um conjunto alargado de iniciativas e projetos ligados à bicicleta. São disso exemplo o Pedal in Águeda, o Bike 4 Kids ou ainda as beÁgueda, que têm cativado um cada vez maior número de utilizadores e que vamos alargar às freguesias. Temos o primeiro Bike Park em Portugal e uma rede de trilhos cicláveis que abrange mais de 800 km.

Águeda recebe, pelo terceiro ano consecutivo, a Volta a Portugal em Bicicleta (83.ª edição), a principal prova velocipédica do país, que cativa gerações de atletas e entusiastas e que é uma das competições mais acarinhadas pelo público.

Desejamos a todos os atletas que vivam esta que é a prova rainha do ciclismo nacional com um sentimento altamente competitivo, sempre aliado ao espírito de fairplay que a caracteriza e que a torna tão marcante.

ÁGUEDA A "CAPITAL DA BICICLETA"

Há vários anos que indústria das duas rodas na região de Águeda dá a Portugal o título de maior exportador de bicicletas da União Europeia. É uma atividade que floresceu nos anos 70 do século passado, mas que nas últimas décadas se modernizou e catapultou as máquinas montadas em Portugal para a ribalta mundial. Mas Águeda e toda esta região onde as bicicletas são muito acarinhadas é rica também em grandes vales com relevo acidentado - ou não estivesse por perto a Serra do Caramulo -, estamos perante uma verdadeira montra de atividades culturais, de lazer e gastronomia.

Para além do perímetro urbano de Águeda, há muito para descobrir como as aldeias pitorescas, os parques fluviais e de lazer. Aproveite a paisagem natural do concelho com a Ponte Medieval sobre o rio Marnel a servir de cenário ou visite a maior lagoa natural da Península Ibérica, a Pateira de Fermentelos.

Dos locais a visitar destaca-se também a Estação Arqueológica do Cabeço do Vouga, o Museu Etnográfico da Região do Vouga ou o Roteiro de Arte Urbana, feito a céu aberto por vários pontos da cidade.

Para matar a fome, o leitão assado típico da Bairrada é a montra gastronómica da região, mas tem também as várias especialidades de bacalhau e o coelho à moda de Águeda. Nos doces, destacam-se o tradicional bolo de Santa Eulália, as cavacas, os pastéis de Águeda e as barrigas de freira.

6° ETAPA. 6ÉME ETAPE - 159,9 KM

ÁGUEDA > MAIA . QUINTA FEIRA / JEUDI (11)

Alt.	Percurso / Parcours	*	<u>!</u>	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h	Alt.	Percurso / Parcours	**	<u>!</u>	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h
	Çoncentração/Rassemblement:		\bigcirc					54	Aguieira (Placa)			26,7	133,2	14:12	14:10
	Águeda Parque do Mercado Municipal		(!)			11:20	11:20	24	Aguieira (Cruzeiro) - À esq.ª p/ Aldeia - Rua Antonio P. V. Xavier		←	27,8	132,1	14:13	14:11
	Partida Simbólica / Départ Fictif:							07	Rot. (Serra Industrial) - À esq.		•	20.2	121 7	14:14	14.12
	Águeda				4,1	13:20	13:20	27	p/ Valongo do Vouga		٦٩	20,2	131,/	14:14	14:12
	Parque do Mercado Municipal À esq.ª p/ Rua dos Comerciantes,							20	Valongo do Vouga - Rot.ª à esq.ª p/ Porto IC2		•	28,9	131	14:15	14:13
	Meia rot ^a à esq. ^a p/ Av. 25 de Abril,								Rot.a (MacoRafael) à esq.a		4	20.5	120.4	141/	1414
	Rot.a (Homenagem aos Bombeiros)							22	p/ Rua da Igreja		7	l '	· '	14:16	
	em frente p/ Av. 25 de Abril, Praça Conde de Águeda em frente para							16	Carvalhal da Portela (Placa)	_				14:18	
	Rua Luis de Camões, Rot.ª à esq.ª							34 23	Rot.ª à esq.ª p/ Rua da Ponte M575 Vouga - Passagem Inferior à N1		•			14:19 14:21	
	p/ Ponte s/ Rio Águeda, Rot.a (Oito)							$\frac{23}{28}$	Entrocamento à esq.ª p/ Porto N1		+			14:22	
	à dt.ª p/ Porto - N333, Rot.ª (Orbita)								Albergaria-a-Velha - Rot. frente	Δ	5			14:30	
	à dt.ª p/ Aveiro, Rot.ª (Recardães)							131	p/ Porto N1		7				
	à esq.ª p/ Aveiro - N333 Partida Real / Départ Réel: N333							130	Rot.a em frente p/ Porto N1	A	\$			14:33	
80	(Recardães - Transversal com			0	159 9	13:30	13:30	159	Rot. ^a em frente p/ Porto N1		\$			14:36	
	a Rua dos Namorados)				.07,7	10.00	10.00	164	Rot. ^a em frente p/ Porto N1 Separadores à dt. ^a p/ Oliveira		\$			14:37	
57	Semaforos à esq.ª p/Barrô M601		+	1,5	158,4	13:32	13:32	126	de Azeméis Sul - Estarreja		=>	54	105,9	14:55	14:51
77	Barrô - à esq.ª p/ Rua Dr. Mateus Pereira Pinto		←	4,4	155,5	13:36	13:36	170	Rot. frente p/Oliveira de Azeméis	Δ	3	54.3	105.6	14:55	14:51
	Stop - Á dt.ª p/ Largo		_	4.0	155.1	10.07	10.07		Travanca		7		· ·		
69	Dr. Antonio Breda M601		→			13:37		151	Rot.ª à dt.ª p/ Oliveira de Azeméis Av. Sá Carneiro		P	54,5	105,4	14:56	14:51
64	Pela esq.a p/ Rua do Carril M601-3		+			13:37		134	Rot. frente p/ Oliveira de Azeméis		5	54.8	105.1	14:56	14:52
55	Zona Industrial de Barrô - Rot. frente		•				13:39	152	Rot.ª à esq.ª p/ Zona Desportiva	Δ	·			14:59	
57	À dt.ª p/ Coimbra N1 Separadores à esq.ª p/ Aguada		→				13:40		Rua do Marco		7	30,6	103,1	14.37	14.55
42	de Cima M606-2		=+	7,5	152,4	13:41	13:41	174	Rot.ª à dt.ª p/ Av. Ferreira de Castro Continente Modelo		P	57,2	102,7	15:00	14:55
25	Aguada de Cima - Rot.ª à esq.ª		•	10,3	149,6	13:46	13:45		Rot. ^a (Mundial de Hóquei) em frente	_	•		100 4	15.00	145/
36	p/ S. Martinho À dt.ª p/ S. Martinho - Rua Garrido		→	10.6	1/03	13.46	13:45	188	p/ Av. Ferreira de Castro	_	\$	5/,5	102,4	15:00	14:56
1	S. Martinho - Rot. a à esq. a		4				-	205	Rot.a (Stick de Hóquei) em frente		5	58	101,9	15:01	14:57
59	p/ Vale Grande M606-1		7	12,0	14/,3	13:49	13:48	200	p/ Av. Eng. Arantes de Oliveira Rot.ª à dt.ª p/ Rua Manuel Brandão	_	•			15:02	
83	Vale Grande - Rot.ª à esq.ª p/Aveiro		4	14,4	145,5	13:52	13:51	1	Em frente p/ Rua Eça de Queiroz						
64	M605-1 Borralha - Semaforos dt.ª p/Águeda N1		→	·		13:55		208	(Sentido Proibido!)		↑			15:02	
45	Rot. (Bicicleta) frente p/Águeda N1		5				13:55	201	À esq.ª p/ Rua Dr. António Luis (Pai)		(15:02	
12	Rot. (Oito) à dt.ª p/ Águeda - Talhadas		•>				13:58	199	Cruzamento frente p/Rua 16 de Maio		1	58,8	101,1	15:02	14:58
13	Rot. (Mulher) frente p/Talhadas N333		\$	20	139,9	14:01	14:00	221	Meta Volante - Oliveira Azeméis R. Dr. Salvador Tavares Machado		MV	59,1	100,8	15:03	14:58
14	Rot. a (Assequins) à esq. a		4	20,5	139,4	14:02	14:00	222	À dta. p/Rua Conde Santiago de Lobão		→	59 2	100 7	15:03	14:58
	p/ Águeda (Centro) - Av. 25 de Abril Rot.ª (Neca Carneiro) em frente							221			→			15:03	
15	p/ Av. 25 de Abril		•	20,7	139,2	14:02	14:01	269	Rot. (Forno do Vidreiro) frente p/GNR		5				15:00
14	Meia Rot. frente p/ Av. 25 de Abril		\$			14:03		l	Rua Francisco Abreu e Sousa		'	l '	'		
16	Rot. (Bombeiro) frente p/Av. 25 de Abril		\$	21,2	138,7	14:03	14:01	273	Rot. frente p/Rua do Centro Vidreiro		Ď	l		15:06	
16	Praça Conde de Águeda		\$	21,3	138,6	14:03	14:01	259	Rot. frente p/Nogueira do Cravo Via do Nordeste		\$	61,6	98,3	15:07	15:02
33	Rot. (Oval) frente p/Rua José Sucena Rot. (Politecnica) frente p/Rua José Sucena		5	21.6	1383	14.04	14:02		Rot. frente p/Nogueira do Cravo	_	4	/0.0	07	15.00	15.04
	Rot. a (Canhão) à esq.a							252	Via do Nordeste		\$	62,9	97	15:09	15:04
37	p/ Rua Dr. Manuel Alegre		•	21,8	138,1	14:04	14:02	238	Rot. frente p/Nogueira do Cravo		5	64.6	95.3	15:12	15:06
39	Rot.a (S. Sebastião) à dt.a		•>	22	137,9	14:04	14:03	I	Via do Nordeste		ſ				
	p/ Rua José Gustavo Pimenta		· ·					250 254	Rot. a à esq. p/S. João da Madeira N227 Rot. frente p/S. João da Madeira N227		•			15:12 15:13	
41	À dt.ª p/Rua Eng.º José Bastos Xavier Rot.ª à esq.ª p/ Passagem Inferior	_	→				14:03	187	Rot. frente p/S. João da Madeira N227		•			15:13	
44	Rua do Emigrante		•	22,7	137,2	14:05	14:04	189	Rot.ª à dt.ª p/ Porto N1	$\overline{\Delta}$	•			15:17	
41	Rot. ^a em frente p/ Alagoa	Δ	5	23.2	136 7	14:06	14.04	260	À dt.ª p/ Porto - Feira - Arrifana N1		→	70,8	89,1	15:21	15:16
	Aveiro - Rua do Emigrante		7	20,2	100,/	17.00	17.04	270	À dt.ª p/ S. M. da Feira - Arrifana		→			15:24	
82	Alagoa - Rot.ª á dt.ª		P	25,2	134,7	14:09	14:07	$\frac{271}{240}$	Rot.ª à esq. p/Feira N233	\triangle	4			15:24	
74	p/ Valongo do Vouga Covão - Rot. frente p/Rua do Covão	_	<u> </u>	·			14:08	260 236	Rot. em frente p/ Sanfins - Feira N233 Rot. em frente p/ Feira - A1 N233		\$			15:25	15:19
L' *	Cordo - Noi. Heilie p/ Nou do Covdo		7	23,0	134,1	14.10	14.00	L ²³⁰	non em neme p/ remu - AT 19255		"	, 5,0	00,1	13.20	13.20

Alt.	Percurso / Parcours	(\$8\$		»Km	»Km	38	40 km/h	Alt.	Percurso / Parcours			»Km	»Km	38 km/h	40
		••••	•	1		KITI/II				••••				km/n	km/n
216 169	Rot. ^a em frente p/ Feira - A1 N233 Rot. ^a em frente p/ Feira - A1 N233		9	74,3 75,1		15:27 15:28		129	Rot.ª (Rotary) em frente p/ Rua Eng.º José J. R. Teles	\triangle	\$	136,7	23,2	17:05	16:55
149	Separadores à esq.ª p/S. M. da Feira			75,9	84		15:23		Rot.a (Bombeiro) em frente		•				
l	(centro) - Av. 25 de Abril	_	=+	·				117	p/ Rua Eng.º José J. R. Teles		•	136,9	23	17:06	16:55
141	Em frente p/Av. Clube Desportivo Feirense Meta Volante - Santa Maria da Feira		↑	76,7	83,2	15:31	15:25	107	Semaforos em frente		1	137.5	22.4	17:07	16:56
143	Estádio Marcolino de Castro		MV	76,9	83	15:31	15:25	1	p/ Rua D. Antonio Castro Meireles		_				
	(C. D. Feirense)			,-				110 86	À dt.ª p/ Rua da Igreja Em frente p/ Maia (Viaduto) N107		→			17:07 17:08	
144	À dt.ª p/ Rua Dr. João Magalhães		→	77			15:25	74	Rot. (MaiaShopping) frente p/Maia N107	\triangle	5			17:09	
146 148	À dt.ª p/ Rua Cândido Pinho Pela esq.ª p/S. J. de Ver - Av. 5 de Outubro		→				15:25 15:26	91	Rot. frente p/Maia - Av. D. João I N107	$\overline{\triangle}$	\$			17:10	
190	Rot. (E. Leclerc) frente p/Av. 5 de Outubro		\$			15:33			Placa de Direção: S. Pedro Fins						
191	Rot.ª em frente p/ Rua António	Δ	\$	78,7			15:28	128	Ponto de Contacto! / Contact point!			140,5	19,4	17:11	17:00
	Martins Soares Leite			, 0,,	01,2	10.04			- 14,8 Km Rot. ^a (Nogueira) em frente						
194	Rot.ª em frente p/ Rua António Martins Soares Leite		\$	70 1	80 B	15.34	15:28	100	p/ Maia - Av. D. João I N107		\$	141	18,9	17:12	17:01
'/-	Início subida / Début col			,,,,	00,0	15.04	13.20		Rot.a (Maia Jardim) à esq.a p/			1 40 0	17	17.15	17.04
298	PM 4ª cat / Col 4ème cat		PM 4	81 3	78 6	15:38	15:31	55	Av. Eng.° J. A. Moreira de Figueiredo		•	142,9	17	17:15	17:04
270	Santa Maria da Feira		4	01,0	70,0	15.00	15.51	69	Semaforos em frente		1	143.6	16.3	17:16	17:05
299	Cruzamento/Semáforos em frente p/ Canedo - Lobão N233		1	81,4	78,5	15:38	15:32		p/ Rua D. Silvia Alves Teixeira		<u> </u>	,.	, .	17.10	
	Rot.a em frente p/ Castelo de Paiva		4	07/	70.0	15.40	15 41	80	Rot. ^a em frente p/ Maia (Centro) Av. Eurico Thomaz de Lima		\$	143,9	16	17:17	17:05
217	Corga do Lobão N233	_	•			15:48		74	Rot.ª à dt.ª p/ Av. Altino Coelho	\triangle	•	144,4	15.5	17:18	17:06
211	Em frente p/ Canedo N222		↑	91,2	68,7	15:54	15:46	78	Rot.ª à esq.ª p/ Av. Luis de Camões	\triangle	4			17:18	
222	Canedo - Rot.ª (Oval) à esq.ª		•	92,7	67,2	15:56	15:49	86	Meta/Arrivée - Av. Luis de Camões		MV			17:19	
	p/ Barragem Crestuma - Lever À esq.a p/ Barragem Crestuma		_	00.0	/7.1	15.57	15 40	00	1ª Passagem / 1ère Passage		WV	145,1	14,0	17:17	17:07
221	Lever - Rua do Centro Social		+				15:49	88	Rot.a (Juventude) à dt.a	\triangle	•>>	145,2	14,7	17:19	17:07
118	À dt.a p/ Barragem N109-2		→	98,3	61,6	16:05	15:57	100	p/Rua José Rodrigues da Silva Junior		·				
16	Barragem Crestuma Lever		←	102,5	57,4	16:11	16:03	102	À esq.ª p/ Av. Dom Manuel II À dt.ª p/ Av. Eng.º Duarte Pacheco		-	145,4	14,5	17:19	17:08
10	À esq. p/ Porto N108 Rot. (Gramido) frente p/Porto N108		\$	113	16.0	16.28	16:19	103	Rua Bernardino Machado		→	145,6	14,3	17:19	17:08
10	Rot. a Em frente p/ Porto N108		3			16:28		80	Rot.ª à esq.ª p/ Rua Comendador	^		1 47 0	10.7	17.00	17.10
28	Rot.ª à dt.ª p/ Gondomar	Δ					16:23	80	Valentim dos Santos Dinis				·	17:22	
	Rua Luis de Camões			110,0	, :	10.02	10.20	84	Rot. à dt.ª p/ Castêlo da Maia N14		P	147,4		17:22	
79	Rot.a em frente p/ Rua Luis de Camões (Continente)		\$	117,9	42	16:36	16:26	92	Rot. frente p/Castêlo da Maia N14		\$			17:23	
85	Rot.ª à esq.ª p/ Rua dos Carregais		4	118.4	41.5	16:36	16:27	102 113	Rot. frente p/ Castêlo da Maia N14		∳	148,2		17:24 17:24	
53	Rot.a (Ciclista Paulo Ferreira)						16:28	99	Rot. à dt.ª p/ Gondim - Via Diagona Rot.ª em frente p/ Via Diagonal						17:13
1	em frente p/ Rio Tinto							94	Rot.a em frente p/ Via Diagonal	$\overline{\wedge}$	•	149,6		17:26	
85 103	À dt.ª p/ Rua Nóe Pereira		→			16:39	16:29 16:30	84	Rot. frente p/Silva Escura - Via Diagonal	\triangle	\$	150,2		17:27	
103	Stop - À esq.ª p/ Rua Nóe Pereira Rot.ª em frente p/ Rua Nóe Pereira		\$				16:30	78	Rot. frente p/Nogueira - Via Diagonal	\triangle	\$	151,2	8,7	17:28	17:16
103	Rot. frente p/Tv. da Conduta de Manariz		5				16:30	95	Rot. ^a (Oval) à dt. ^a p/ Nogueira	\triangle	•>	152	7.9	17:30	17:18
98	Rot.ª à dt.ª p/ Av. da Conduta		•>	120,6	39,3	16:40	16:30		Rua de Sá - Rua Central da Devesa				. ,,	.,,,,,	
70	Rot. (Centro Ciclista) frente p/Av. Conduta					16:41		80	Nogueira (Centro) - À esq.ª p/ Rua Avelino de Sousa Marques		←	153,5	6,4	17:32	17:20
94 111	Rot. (Rotary) frente p/Av. Dr. Mario Soares Rot. frente p/ Rua Dr. Mario Soares		\$			16:42	16:32		Pela dt.a p/ Tunel (Viaduto A41)						
	Meta Volante - Gondomar							79	a Avelino de Sousa Marques		→	153,7	6,2	17:32	17:20
160	Avenida Dr. Mario Soares		MV	122,3	37,4	10:43	16:33	121	À dt.ª p/R. Dr. Germano de Sousa Vieira		→	154,7	5,2	17:34	17:22
161	Rot.a em frente p/ Rua Dr. Francisco		3	122,6	37,3	16:43	16:33		À dt.ª p/ Maia - Av. D. João I N107						
	Sá Carneiro N209 Cruzamento (Est. D. Miguel)				•			128	Ponto de Contacto! / Contact point!		→	155,3	4,6	17:35	17:22
183	em frente p/ S. P. da Cova N209		1	123,3	36,6	16:44	16:34		14,8 Km						
74	Rot. (Mineiro) frente p/Valongo N209		\$	125 5	2/1/	16./10	16:38	100	Rot. ^a (Nogueira) em frente p/ Maia Av. D. João I N107		\$	155,8	4,1	17:36	17:23
76	Início subida / Début col								Rot. a (Maia Jardim) à esq. a p/						
151	Rot. (Britadeiras) à dt.ª p/Valongo N209		P				16:40	55	Av. Eng.° J. A. Moreira de Figueiredo		•	157,7	2,2	17:39	17:26
264	PM 3ª cat / Col 3ème cat Serra de Santa Justa		PM 3	129,1	30,8	16:53	16:43	69	Semaforos em frente p/		1	158,5	1 /	17:40	17.27
146	Valongo - Semaforos à esq. p/Porto N15			131.6	28.3	16:57	16:47		Rua D. Silvia Alves Teixeira		T.	130,3	1,4	17.40	17.27
190	Rot.a em frente p/ Porto N15	Δ					16:48	80	Rot.a em frente p/ Maia (Centro)		\$	158,8	1,1	17:40	17:28
228	Rot.a (Alto da Serra) em frente	Δ	\$	133	26.9	17:00	16:49	74	Av. Eurico Thomaz de Lima	\triangle	•	159,3		17:41	
	p/ Ermesinde N15				•		<u></u>	78	Rot. ^a à dt. ^a p/ Av. Altino Coelho Rot. ^a à esq. ^a p/ Av. Luis de Camões		9	159,3			17:28 17:29
157	Rot. ^a à dt. ^a p/ Ermesinde (Centro) Av. Eng. ^o José J. R. Teles		P	135,8	24,1	17:04	16:53		Meta Final / Arrivée: Maia						
145	Rot. à esq.ª p/ Rua Eng. José J. R. Teles		4	136,1	23,8	17:04	16:54	86	Av. Luis de Camões			159,9	0	17:42	17:29
	1 11 0						ш								

MAPA PERCURSO. ROUTE MAP



GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 6ª ETAPA . 6ÉME ETAPE

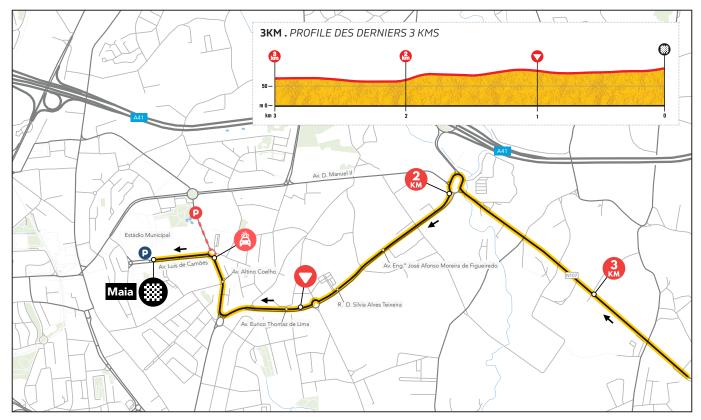


LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE





Cidade do Desporto







CÂMARA MUNICIPAL MAIA

ANTÓNIO SILVA TIAGO Presidente

NA MAIA O DESPORTO É UM FATOR DE DESENVOLVIMENTO

comunidade concelhia da Maia há décadas que beneficia de um investimento municipal estratégico no desporto, face a uma compreensão adequada por parte da Câmara Municipal, sobre a importância social deste fenómeno.

Utilizando os seus inúmeros equipamentos desportivos, a Câmara Municipal, acolhe, promove e organiza ao longo de todo o ano, um vasto conjunto de eventos desportivos, alguns de referência nacional e internacional, que visam precisamente proporcionar à nossa população, quer uma prática desportiva regular e saudável, como o acesso a espetáculos desportivos de grande qualidade e, não raras vezes até, de uma beleza ímpar.

É minha firme convicção que a prática regular de uma modalidade desportiva, desde tenra idade e pela vida fora, além dos naturais benefícios para a saúde física e mental, ajuda a inculcar os valores cívicos da tolerância, do "fair-play", do respeito recíproco entre adversários e da compreensão de que a glória da vitória e do sucesso, assim como a honra que a derrota ou o insucesso não faz perder, são faces da mesma realidade civilizacional que temos de aceitar com a mesma dignidade humana.

O ciclismo é uma modalidade que na Maia, como na generalidade do território português, goza de uma enorme popularidade, pela natureza do espetáculo que proporciona, sobretudo porque para assistir à sua realização não é necessário que o público se desloque a um equipamento desportivo em particular, na medida em que acontece na rua e proporciona habitualmente um salutar ambiente festivo e de partilha fraterna entre os seus adeptos.

Acolher na Maia, o fim de uma etapa da 83ª edição da prova maior do ciclismo nacional, a prestigiada Volta a Portugal, é mais do que receber a prova rainha da modalidade, é participar e fazer a festa do ciclismo na nossa cidade, afirmando mais uma vez, a importância que atribuímos ao fenómeno desportivo, enquanto fator de promoção do desenvolvimento humano, social e económico, mas igualmente como fator de coesão social.

Na pessoa do diretor da prova, Joaquim Gomes, saúdo as equipas, ciclistas, técnicos e toda a organização, aguardando com expetativa e entusiasmo, o dia em que a festa de que são protagonistas, vai cortar a meta em pleno centro da Cidade da Maia e trazer-nos o movimento, a cor e a alegria que o pelotão e a caravana da Volta a Portugal aportam sempre consigo.

MAIA CIDADE "LIDADOR"

Gonçalo Mendes da Maia terá nascido aqui por volta de 1079 e foi uma verdadeira lenda viva de dedicação à pátria. Teve grande afinidade com D. Afonso Henriques na luta para formar um reino independente. Terá sido a vontade férrea de Gonçalo e suas inúmeras e épicas conquistas no campo de batalha que acabaram por lhe granjear o cognome de «O Lidador» que se foi enraizando entre as gentes da Maia. A cidade continua hoje a homenagear a figura ímpar de Gonçalo Mendes da Maia aliando passado à contemporaneidade.

Os Caminhos de Santiago, a mais antiga rota de peregrinação da Europa e também Património da Humanidade, é uma das maiores atrações turísticas de quem o concelho. A Maia integra os Caminhos de Santiago com três rotas.

As mais de duas dezenas de parques naturais e também as festas e romarias da região em homenagem aos padroeiros de cada município são outras atrações.

Para abrir o apetite, a Maia dá a provar o que tem de mais típico. A Bola de Cebola faz jus à importância do cultivo da cebola na região. Como prato principal, experimente o Bacalhau à Lidador, o Cabrito à Maiato ou a Vitela Assada. Para terminar, deguste o Leite Creme de Milho.

77





SANTO TIRSO

ESTAMOS À SUA ESPERA









WWW.CM-STIRSO.PT

SISSUU.COM/SANTOTIRSO





CÂMARA MUNICIPAL SANTO TIRSO

ALBERTO COSTA Presidente

anto Tirso associa-se à 83ª edição da Volta a Portugal recebendo, no dia 12 de agosto, a 7ª etapa da prova rainha do ciclismo português.

A passagem da Volta a Portugal pelo nosso Município é sempre sinónimo de uma enorme festa, com a população a sair à rua para ver a prova e apoiar o pelotão. Pelo exemplo de resiliência e superação, a Volta a Portugal exalta os mais nobres valores do desporto a que o Município tem orgulho em associar-se.

Somos reconhecidos como um Município Amigo do Desporto pelo trabalho desenvolvido na promoção da atividade física, planeamento e gestão de eventos, de infraestruturas desportivas e no apoio ao associativismo.

Mas a nossa relação com as bicicletas vai ainda mais além. Acreditamos na bicicleta enquanto veículo promotor de um estilo de vida saudável junto da nossa população.

Começámos, por isso, por onde se deve começar sempre que se quer mudar hábitos: junto dos mais novos. Fomos pioneiros no lançamento de um projeto que este ano será replicado a nível nacional, o Ciclismo Vai à Escola, e que, para além de ensinar os alunos do 1º ciclo a andar de bicicleta, pretende prevenir patologias como a obesidade infantil e o sedentarismo.

Paralelamente, estamos a intervir na mobilidade, privilegiando os peões e as bicicletas. Criámos ciclovias e lançamos as Pedala, um sistema de bicicletas elétricas para uso partilhado.

Convido, ainda, todos os que nos visitarem no próximo dia 12 de agosto a descobrirem o muito que o nosso Município tem para oferecer: paisagens, gastronomia, património e um projeto único, o nosso Museu Internacional de Escultura Contemporânea.

SANTO TIRSO TERRA DE MOSTEIROS E CONVENTOS

Banhado pelos rios Leça e Ave, este é um território de festas e romarias e com forte vertente religiosa. No Alto de São Jorge, o ponto mais alto de Santo Tirso, desfrute da vista desafogada sobre a região e não pode deixar de passear no Parque Urbano Sara Moreira, cujo nome homenageia a atleta olímpica nascida na freguesia de Roriz.

Classificado como monumento nacional desde 1910, o Castro do Monte Padrão é uma das principais referências culturais do concelho. É também de passagem obrigatória o Museu Internacional de Escultura Contemporânea onde pode explorar essa arte ao ar livre.

Na gastronomia, sobressaem os frescos vinhos verdes e as bolachas conventuais, mas são os famosos "Jesuítas" que levam todos a provar esta receita centenária. Acompanhe a refeição com o Licor de Singeverga, produzido pelos monges do Mosteiro de São Bento de Singeverga.

77

7° ETAPA. 7ÉME ETAPE - 150,1 KM

SANTO TIRSO > BRAGA . SEXTA FEIRA / VENDREDI (12)

Alt.	Percurso / Parcours		<u>•</u>	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h	Alt.	Percurso / Parcours		<u>!</u>	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h
	Concentração/Rassemblement:							2	Meta Volante - Esposende		MV	46,6	103,5	14:58	14:54
	Santo Tirso		(!)			11:30	11:30	3	Rot.ª em frente p/ Marginal	_	5	47,1			14:55
	Praça 25 de Abril							\ <u></u>	Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira		7	47,1	103	14:59	14:55
	Partida Simbólica / Départ Fictif:							4	Rot. frente p/Marginal - Av. dos Banhos		\$	47,7	102,4	15:00	14:56
	Santo Tirso				5	13:30	13:30	9	Entroncamento à esq.ª p/Viana N13		←			15:01	
	Praça 25 de Abril							35	Separadores à esq.ª p/ Viana N13	\triangle	=+				15:09
	Praça 25 de Abril, à dt.ª p/ Rua Dr.							37	Rot.ª à esq.ª p/ Viana N13	\triangle	•		_	15:19	
	José Cardoso de Miranda, em frente							37	Rot. ^a em frente p/ Viana N13		þ	59,8	90,3	15:19	15:14
	p/ Rua Carneiro Pacheco, À esq.ª							41	Rot. ^a (Continente - Darque)	\triangle	5	64.5	85.6	15:26	15:21
	p/ Av. de Sousa Cruz, Praça Gen.								em frente p/ Viana N13		r				
	Humberto Delgado em frente p/							34	Rot.ª à dt.ª p/ Ponte de Lima N203	\triangle	••			15:27	
	Rua Nuno Álvares Pereira, Rot.ª							15	Rot. frente p/Ponte de Lima N203	\triangle	P			15:28	
	(Oval) em frente p/ Rua das Rãs,							12	Rot. (Lidl) frente p/Ponte de Lima N203	\triangle	\$				15:23
	Rot. ^a à dt. ^a p/ Vila do Conde M556,							12	Rot. frente p/Ponte de Lima N203	\triangle	•		_		15:24
	à dt.ª p/ Vila do Conde - Trofa N104,							12	Rot. frente p/Ponte de Lima N203		\$	66,6	83,5	15:30	15:24
	Rot. ^a (A3) em frente p/							13	Vila Franca - À dt.ª p/ Centro		→	67,9	82,2	15:32	15:26
	Vila do Conde N104		_						Estrada do Padre Quesado		_				
63	Partida Real / Départ Réel: N104			0	150,1	13:45	13:45	20	Pela dt.a (Junto à escola)		Ā	68,8	81,3	15:33	15:28
00	(900m após Rotunda acesso à A3)			0.7	140.4	10.4/	10.44		Início subida / Début col						
92	Rot. ^a em frente p/ Trofa N104		\$			13:46 13:49		56	Stop - à dt.ª p/ Vila de Punhe Estrada das Vilas		→	69,6	80,5	15:34	15:29
54	Rot. a em frente p/ Trofa N104		5						PM 4 ^a cat / Col 4ème cat						
35 48	Rot. frente p/ Trofa (Centro) N104		5			13:50 13:51		127	Vila Franca		PM 4	70,9	79,2	15:36	15:31
40	Rot. frente p/ Vila do Conde N104 Semáforos (Vilarinho) em frente		7						Entroncamento à esq.ª						
62	p/ Vila do Conde N104		1	15,8	134,3	14:09	14:08	79	p/ Barroselas N308		←	73,4	76,7	15:40	15:35
37	Arvore - Rot. ^a á esq. ^a p/Vila do Conde		4	10 0	130 3	14:16	14.14		Barroselas - Rot.a em frente		_				
32	Rot.a á esq.a p/ Vila do Conde		4	20,1		14:16		65	p/ Vila Verde N308		\$	76,5	73,6	15:45	15:39
25	Rot. a esq. p/ Vila do Conde N13		•			14:17			Balugães - Semaforos à esq.a						
25	Rot. frente p/ Vila do Conde N13		5			14:18		74	p/ Ponte de Lima N204		←	82	68,1	15:54	15:48
$\frac{23}{7}$	Vila do Conde - Ponte s/ Rio Ave		7			14:19			Entroncamento à dt.ª p/						
24	Rot. à esq. p/Centro - Av. Júlio Saúl Dias		4			14:21		41	Ponte de Lima N203		→	93,7	56,4	16:12	16:05
19	Rot. a esq. p/ cerimo / N.: Júlio Saúl Dias		5			14:22			Ponte de Lima - Em frente p/ Tunel				,		
	Semaforos em frente p/							12	Rua Agostinho José Taveira		↑	97,5	52,6	16:18	16:11
17	Av. Comandante Coutinho Lanhoso		↑	23,9	126,2	14:22	14:20		Praça da Republica - À dt.ª p/					1 / 00	1,10
	À dt.ª p/ Marginal			0.4.0	105.0	1 4 00	1,401	17	Av. Antonio Feijó		→	98,3	51,8	16:20	16:12
7	Av. Infante Dom Henrique		→	24,3	125,8	14:23	14:21	20	Rot.ª em frente p/ Av. Antonio Feijó		5	98.4	51.7	16:20	16:12
7	Póvoa de Varzim - Rua da Caverneira			25,9	124,2	14:25	14:23	24	Meta Volante - Ponte de Lima						16:12
	Rot.a (Oval) á esq.a p/ Marginal							30	Rot.ª em frente p/ Av. Antonio Feijó	\triangle	5				16:12
3	Av. dos Descobrimentos		•	20,4	123,/	14:26	14:24	35	Rot.ª em frente p/ Av. Antonio Feijó	\triangle	5				16:13
6	Rot.ª á dt.ª p/ Av. dos Banhos	Δ	ፇ	26,8	123,3	14:27	14:25	38	Rot.ª à dt.ª p/ Braga N203		•>>				16:13
8	Rot.ª à dt.ª p/ Av. Vasco da Gama	Δ	⋫			14:28		47	Rot.a em frente p/ Braga N203		\$				16:13
10	Meta Volante - Póvoa de Varzim		MV	28	122,1	14:29	14:27	41	Rot.a em frente p/ Braga N203		\$	99,5	50,6	16:22	16:14
14	Rot. ^a frente p/ Av. Vasco da Gama		\$	28,2	121,9	14:29	14:27	53	Rot.ª à esq.ª p/ Braga N201		•	100,1	50	16:23	16:15
16	Rot.ª à esq.ª p/Rua Gomes Amorim N13		•	28,4	121,7	14:29	14:27	173	Rot. (Corvos) - Frente p/ Braga N201		\$	111	39,1	16:40	16:31
19	Entroncamento à esq.ª p/Viana N13		+	31,3	118,8	14:34	14:31	40	Lage - Rot.a (Emigrante) em frente		5	120 2	29 0	16.54	16:45
16	Rot.ª (Oval - Apulia) em frente		5	30 5	110 4	14:47	14.11		p/ Braga N201		'	120,2	47,7	10.34	10.43
	p/ Esposende N13		7		·		<u>ш</u> І	44	Rot.ª à dt.ª p/ Prado N201		ፇ				16:48
2	Fão - Ponte s/ Rio Cavado			43,7	106,4	14:54	14:50	38	Prado - Rot. à esq.ª p/Vila Verde N205		•				16:49
2	Rot.ª à esq.ª p/ Av. de S. Martinho		•	44,3	105,8	14:54	14:51	33	Rot.a em frente p/ Soutelo N205		•				16:50
3	Rot.ª à esq.ª p/ Marginal		4	45.2	104 9	14:56	14:52	53	Soutelo - Rot. à dt.ª p/ Braga N205		ፇ				16:53
Ĭ <u> </u>	Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira			,2	, ,	55		36	À dt.ª p/ Braga N101		→	126,9	23,2	17:05	16:55
2	Rot.ª em frente p/ Marginal		5	46 2	103 9	14:57	14:54	27	Rot.ª em frente p/ Braga		5	127 ₄	22.7	17:06	16:56
-	Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira		7	,_	33,7				Ponte s/ Rio Cávado N101	_	7	, , - ,	,		. 3.30

Alt.	Percurso / Parcours	**	!	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h
39	Palmeira - Rot.ª em frente p/ Braga Av do Cávado		\$	127,8	22,3	17:06	16:56
109	Rot.ª em frente p/ Braga (Centro) Av. do Cávado		\$	130,4	19,7	17:10	17:00
125	Rot.ª em frente p/ Braga (Centro) Lugar de Cabanas N101		\$	131,5	18,6	17:12	17:02
172	Rot.ª à esq.ª p/ Bom Jesus N101		•	132,5	17,6	17:14	17:03
185	Pela esq.a p/ Bom Jesus N101		←	132,9	17,2	17:14	17:04
195	À dt.ª p/ Bom Jesus Av. Padre Júlio Fragata		→	133,2	16,9	17:15	17:04
177	Pela dt.a p/ Bom Jesus		→	135,1	15	17:18	17:07
176	Rot.ª à esq.ª p/ Bom Jesus Av. João Paulo II		•	135,2	14,9	17:18	17:07

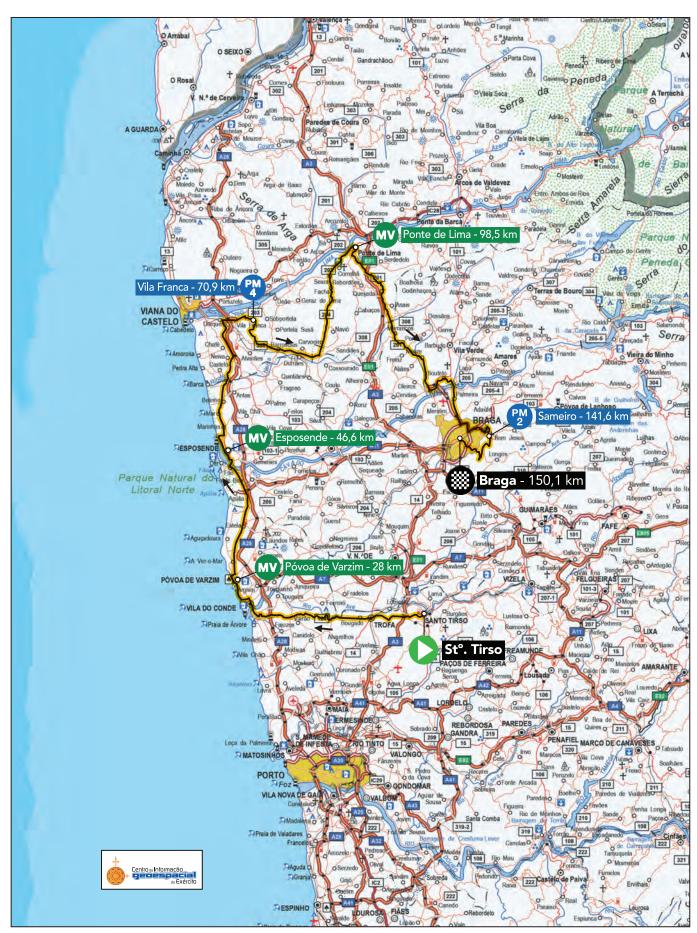
Alt.	Percurso / Parcours	**	1	»Km	»Km	38 km/h	40 km/h
178	Pela dt.a p/ Bom Jesus		→	135,8	14,3	17:19	17:08
180	Rot.a `dt.a p/ Bom Jesus N103-3		?	136,1	14	17.10	17:09
100	Início subida / Début col			100,1	17	17.17	17.07
440	Em frente p/ Sameiro N309		1	140,2	9,9	17:26	17:15
522	PM 2ª cat / Col 2ème cat - Sameiro		PM 2	141,6	8,5	17:28	17:17
523	Rot.ª à dt.ª p/ Braga Via da Falperra N309	Δ	>>	141,7	8,4	17:28	17:17
250	Rot.ª em frente p/ Braga (Centro) Via da Falperra N309		\$	148,2	1,9	17:39	17:27
210	Rot. frente p/ Rua de St.º Adrião N309		\$	149,1	1	17:40	17:28
169	Rot.ª à dt.ª p/ Av. da Liberdade	\triangle	•	149,8	0,3	17:41	17:29
176	Meta Final / Arrivée: Braga Avenida da Liberdade			150,1	0	17:42	17:30

GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 7ª ETAPA . 7ÉME ETAPE



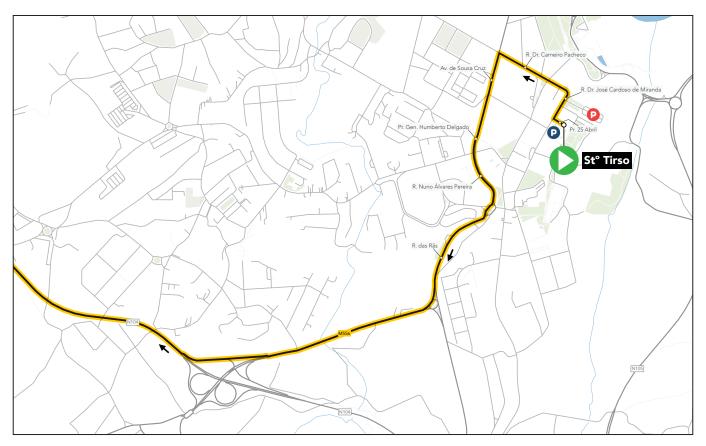


MAPA PERCURSO. ROUTE MAP

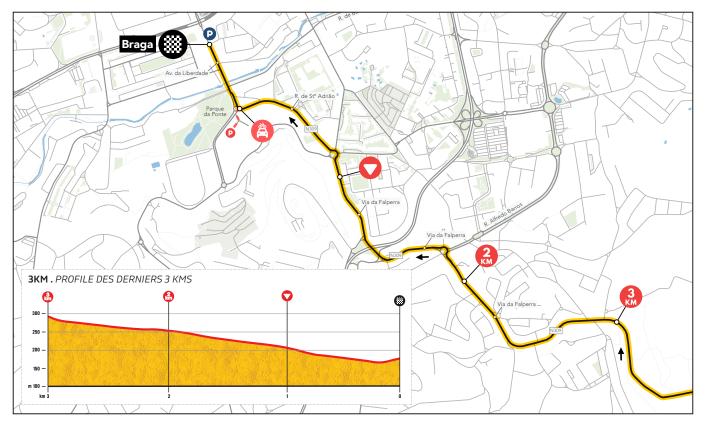


LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE







CÂMARA MUNICIPAL BRAGA

RICARDO RIO Presidente

raga orgulha-se de receber novamente a grande festa do ciclismo nacional. Os Bracarenses, entusiastas da modalidade, irão certamente associar-se à Prova Rainha do ciclismo Português e celebrar com entusiamo a passagem dos ´heróis do asfalto´ pelas estradas de Braga. Receber a chegada de uma etapa é mais uma forma de fortalecer a ligação afectiva da comunidade ao ciclismo e de nos afirmamos como um palco de excelência para este tipo de eventos.

Braga sabe receber, possui paisagens naturais únicas e um vasto e riquíssimo património histórico e cultural. Nesse sentido, este evento constitui igualmente uma montra privilegiada para promover a Cidade em termos turísticos, valorizando o território. É com vigor e entusiasmo que Braga se afirma, hoje em dia, como uma das principais cidades do ciclismo nacional.

À semelhança do sucedido nas edições anteriores, estamos certos de que a passagem por Braga será um dos pontos altos desta Volta a Portugal, com o público a apoiar os atletas e a trazer uma alegria, cor, dinamismo e jovialidade únicos às ruas da Cidade.

Numa Cidade jovem, dinâmica e ecléctica, os grandes eventos desportivos trazem ainda mais vida às ruas de Braga, sobretudo nesta fase de retoma após a pandemia. Nesse sentido, tenho a certeza que os Bracarenses irão voltar a participar em grande número no apoio aos seus ciclistas favoritos, acompanhando na estrada cada pedalada desta magnífica prova.

Desejo as maiores felicidades a todos os que participam nesta 83ª edição da Volta a Portugal em Bicicleta, com a certeza de que será um espectáculo memorável para os amantes desta modalidade com um vasto legado cultural no nosso país.

BRAGA A "ROMA PORTUGUESA"

"Roma Portuguesa" ou "Cidades dos Arcebispos", Braga responde pelas duas designações ou não fosse precisamente conhecida pelas suas muitas igrejas e tradição religiosa. A cidade representa mais de dois mil anos de história, beleza e riqueza patrimonial.

Com um legado romano bem presente, a cidade foi sempre um marco histórico ao longo dos tempos. As marcas estão bem presentes, tanto na diversidade de igrejas em Braga e em todo o concelho, como nas casas típicas do século XVIII que lhe conferem uma imponência cultural diferente de qualquer outra cidade. E não é para menos, ao ponto de Braga ter sido considerada como Melhor Destino Europeu, em 2021. Para trás já teve honras de Cidade Europeia do Desporto, em 2018, e de Capital Europeia da Juventude, em 2012. Prémios e reconhecimento não lhe faltam!

Se passar por Braga não deixe de visitar o Santuário do Bom Jesus do Monte, Património Mundial da Unesco. É ponto de paragem obrigatório em qualquer roteiro turístico.

77









Vive a magia do Tour de France

02 OUT | VIANA DO CASTELO

0 L'Etape Portugal

Por meio de uma parceria entre a Podium Events e a A.S.O. – Amaury Sports Organisation, chega a Portugal, o evento de ciclismo para amadores com a chancela oficial do Tour de France.

O L'Etape Portugal, é um desafio desportivo exclusivo que levará os participantes à descoberta das espetaculares estradas e paisagens do Alto Minho, com a belíssima cidade de Viana do Castelo como anfitriã deste grande evento.

O L'Etape Portugal é organizado seguindo os padrões de qualidade do Tour de France, com um enquadramento logístico e de imagem à altura das expetativas de todos os ciclistas amadores que procuram esta experiência única.

Assegurar níveis elevados na segurança e no apoio dado aos participantes são prioridades na L'Etape Portugal, de modo a proporcionar um evento competitivo para ciclistas amadores, onde atletas mais e menos competitivos possam desfrutar de igual modo da magia e da experiência de uma L'Etape by Tour de France.

Viana do Castelo é a cidade que acolhe o L'Etape Portugal by Tour de France, com um programa recheado de aliciantes para receber os atletas e seus acompanhantes, mas também outros visitantes que, entre os dias 30 de Setembro e 2 de Outubro de 2022, queiram viver a atmosfera do maior evento de ciclismo do mundo.

L'ETAPE 140

140km - 2500 d+

L'ETAPE 100 100km - 1600 d+

> L'ETAPE 50 50km - 700 d+

SABE MAIS EM:

portugal.letapebytourdefrance.com



www.ced2023viana-castelo.pt









CÂMARA MUNICIPAL VIANA DO CASTELO

LUÍS NOBRE **Presidente**

endo Viana do Castelo um concelho apaixonado pelo desporto em geral e pelo ciclismo muito em particular, é com elevado entusiasmo que acolhemos a 83ª Volta a Portugal. As variadas competições da modalidade que a cidade e o concelho acolhem ao longo do ano demonstram bem a paixão que os vianenses sentem por esta modalidade. Na verdade, os vianenses vibram com as emoções sobre duas rodas e, nesta prova em particular, o apoio aos atletas é inexcedível.

Assim, entre 4 e 15 de agosto teremos novamente a oportunidade de viver e sentir a prova rainha do ciclismo a nível nacional, naquele que é claramente um momento de destaque quer para o nosso território, quer para a modalidade, quer para os ciclistas e para o público.

Estando Viana do Castelo a preparar-se para ser Cidade Europeia do Desporto em 2023, estes grandes eventos são também um bom treino para a nossa cidade, que oferece condições de excelência para as mais variadas práticas desportivas.

Na verdade, atualmente encontram-se ativos em Viana do Castelo 71 associações/clubes com atividade regular no território através de mais de 160 equipas federadas que representam o concelho nas provas regionais, nacionais e internacionais. O concelho vianense conta com 85 mil habitantes, reunindo cerca de 5.000 atletas federados e 5.000 alunos envolvidos em projetos desportivos nas escolas. Os equipamentos municipais garantem 500 mil utilizações anuais, sendo que cerca de 58% da população pratica atividades de lazer. Estes são números grandiosos e que nos enchem de orgulho, mas que também nos trazem a responsabilidade de fazermos sempre o nosso melhor em prol do desporto no concelho vianense.

Por isso, enquanto autarca, considero que a Volta a Portugal em bicicleta é uma oportunidade ímpar para dar visibilidade ao nosso concelho, já que a prova passa por diversos pontos do nosso território que são, assim, amplamente divulgados através desta prova mítica.

Convido, pois, todos a juntarem-se a esta festa do ciclismo e a virem assistir à 83ª Volta a Portugal em Viana do Castelo. Para além de sermos uma cidade apaixonada pelo ciclismo, somos uma terra que sabe bem receber e que vive de forma intensa as emoções do desporto. Este é um momento importante não só para os nossos atletas e para todos os desportistas, mas é também uma oportunidade para o nosso turismo, para a nossa hotelaria e restauração.

Estou certo que este será novamente um grandioso evento que alia desporto, convívio, animação e lazer, proporcionando aos participantes e ao público momentos ímpares. A todos, desejo boas pedaladas!

VIANA DO CASTELO A CAPITAL DO FOLCLORE PORTUGUÊS

A cidade conquista-nos pela arquitetura contemporânea aliada desde cedo à matriz medieval muito presente nas ruas quinhentistas e nas muralhas. No coração da cidade estão bem presentes os estilos renascentista, manuelino, barroco e Art Déco.

Lugar de romarias e de festas populares, como as famosas festas em honra da Nossa Senhora da Agonia, Viana do Castelo oferece o melhor da produção local. Seja com o artesanato tradicional, com as louças e bordados típicos, seja com as praias atlânticas de areia fina e que convidam aos desportos náuticos.

Capital do folclore português, Viana do Castelo é rica ainda em monumentos históricos como o Castelo Santiago da Barra ou a Ponte Eiffel. Para uma vista panorâmica sobre a cidade, o Monte de Santa Luzia é o local ideal ao oferecer essa experiência imersiva com o horizonte a perder de vista.

8° ETAPA. 8 ÉME ETAPE - 182,4 KM VIANA DO CASTELO > FAFE . SÁBADO / SAMEDI (13)

Alt.	Percurso / Parcours		1	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h	Alt.	Percurso / Parcours	
	Concentração/Rassemblement:							39	Rot.ª à esq.ª p/ IC28 -A3 N101	
	Viana do Castelo		(1)		10	2510:	25	35	Rot.a em frente p/ N101	
	Alameda 5 de Outubro - Av. Marginal							38	Rot.a (Oval) à esq.a p/ IC28 - A3	
	Partida Simbólica / Départ Fictif:								ponte s/ Rio Vez N101	
	Viana do Castelo				6,7	12:25	12:25	34	Rot.a em frente p/ IC28 - A3 N101	
	Alameda 5 de Outubro - Av. Marginal							34	Rot.a (Oval) em frente p/ N101	
	Em frente p/ Praça do Eixo Atlântico,							31	Rot. ^a em frente p/ N101	
	À dt.ª p/Av. Combatentes da Grande							31	Rot.ª à dt.ª p/ Zona Industrial N101	
	Guerra, À esq.ª p/Valença - Av. Conde							50	Rot.ª (Intermarché) em frente	
	Carreira, À dt.ª p/ Viaduto,								p/ Ponte da Barca N101	_
	Av. Batalhão Caçadores 9, Rot.ª							24	Ponte da Barca - Ponte s/ Rio Mira	
	(Pescador) à dt.ª p/ Praia Norte							26	À esq.ª p/ Braga	
	Rua de Monserrate, À esq.ª p/ Praia							[20	Rua Conselheiro Rocha Peixoto	
	Norte - Av. do Atlântico, À dt.ª							51	Meta Volante - Ponte da Barca	
	p/ Praia Norte - Av. do Atlântico,							31	Rua Dr. Joaquim Moreira Barros	
	Rot.a em frente p/ Praia Norte							54	Rot. frente p/Av. Heróis da India	
	a da Guine Bissau - Rua de Moçambique,							53	Rot. frente p/Braga - Vila Verde N101	
	Rot.ª à esq.ª p/ Valença N13, Rot.ª							73	Início subida / Début col	
	(Intermarché) frente p/ Valença N13							299	Rot. frente p/Braga - Vila Verde N101	
13	Partida Real / Départ Réel: N13			0	182,4	12:40	12:40	304	DM 29 set / Cal 25ms set	
	Freguesia de Carreço (placa)		$\tilde{}$					304	Portela do Vade	
25	Rot.a em frente p/ Valença N13	<u> </u>)	_		12:42	_	,,	Vila Verde - Rot. frente p/ centro	
13	Afife - Rot.ª frente p/ Valença N13		\$	6,1	176,3	12:49	12:49	91	Braga N101	_
6	V. Praia de Âncora - Rot.ª em frente		5	9,4	173	12:55	12:54	68	Rot.a em frente p/ Braga N101	
	p/ Valença N13	_	L.	·				70	Rot.a em frente p/ Braga N101	
23	Rot.a em frente p/ Valença N13	<u> </u>	\$			12:58			Separadores à esq.ª p/ Terras	
26	Moledo - Rot. frente p/Valença N13		\$	14,8	167,6	13:04	13:02	51	de Bouro - Amares N101	
4	Caminha - Rot.a em frente p/ Valença		\$	18,8	163,6	13:10	13:08		Rot.ª á esq.ª p/ Terras de Bouro	^
	Ponte s/ Rio Coura		1	·			I	26	Amares N205	
8	Rot.a em frente p/ Valença N13		5			13:21		66	Rot.a em frente p/ Amares N205	
10	Rot.ª em frente p/ Valença N13			28	154,4	13:25	13:23	87	Rot. ^a em frente p/ Amares N205	
13	V.N. de Cerveira - Rot.ª em frente		\$	29,8	152,6	13:28	13:25		Rot.ª à esq. p/ Amares (centro)	
	p/ Valença N13		4			10.00		90	Rua de Santa Catarina	
22	Rot.a em frente p/ Valença N13		\$			13:30			Rot a em frente n/ póvoa de Laphoso	_
21	Rot. ^a em frente p/ Valença N13		5			13:38		106	Rua Marques Rego	
30	Rot.a em frente p/ Valença N13		9			13:39		102		
38	Rot.a em frente p/ Valença N13					13:44			Rot.a em frente p/ P. de Lanhoso	
22	Rot.a em frente p/ Valença N13		•			13:49		32	Ponte s/ Rio Cavado N205	
22	Meta Volante - Valença		MV ●			13:53			Separadores à esq.a	
51	Rot.ª à dta. p/ Monção N101		3			13:53		32	p/ P. de Lanhoso N205	
52	Rot. ^a em frente p/ Monção N101		5			14:12		87	Monsul - Inicio subida / Début col	
65	Rot. ^a em frente p/ Monção N101					14:16		100		
71	Rot. ^a em frente p/ Monção N101)			14:17			PM 4ª cat / Col 4ème cat	
70	Rot. à esq. p/Monção - Av. Galiza N403		•			14:18		276	Geraz do Minho	
48	Rot. ^a (Continente) à dt. ^a p/ centro		P	61,3	121,1	14:19	14:14	277	,	
40	Rua da Boavista		_	40.5	1100	1401	14.17	303	· · ·	
40	À dt.ª p/ Av. Porta do Sol		→			14:21		1	Páyog de Lanhasa Pot a em fronto	
68	Rot. frente p/Arcos de Valdevez N101	_				14:22 14:36		248	p/ Av. da República	
92 402	Início subida / Début col					14:30		192		
402	PM 3 ^a cat / col 3ème cat - Extremo							190		
44	Rotunda à dt.ª p/ Arcos de Valdevez		P	94,9	87,5	15:13	15:06		Mota Volanto Pávoa do Lanhaco	_
27	(centro) N101	_	4	04.0	04.0	15.17	15.00	185	Av. 25 de abril	
37	Rot.a em frente p/ centro N101		\$	90,2	80,2	15:16	12:08		Av. 25 de abril	

Alt.	Percurso / Parcours		1	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
39	Rot.ª à esq.ª p/ IC28 -A3 N101	\wedge	(96.6	85.8	15:16	15.08
35	Rot. a esq. p/ 1626 4/6 14161		5			15:17	
38	Rot. ^a (Oval) à esq. ^a p/ IC28 - A3 ponte s/ Rio Vez N101	_	•			15:18	
34	Rot. ^a em frente p/ IC28 - A3 N101		\$	98 1	843	15:19	15:10
34	Rot. a (Oval) em frente p/ N101	\triangle	5			15:20	
31	Rot. a em frente p/ N101	\triangle	•			15:21	
31	Rot.ª à dt.ª p/ Zona Industrial N101	\triangle	•>	_		15:22	
	Rot. ^a (Intermarché) em frente						
50	p/ Ponte da Barca N101		\$	101,1	81,3	15:23	15:15
24	Ponte da Barca - Ponte s/ Rio Mira			101,6	80,8	15:24	15:16
26	À esq.ª p/ Braga		_			15:24	
20	Rua Conselheiro Rocha Peixoto		+	101,/	60,/	15:24	13:10
51	Meta Volante - Ponte da Barca		MV	102 3	20 1	15:25	15.17
31	Rua Dr. Joaquim Moreira Barros			102,3	00,1	13.23	15.17
54	Rot. frente p/Av. Heróis da India		\$	102,5	79,9	15:26	15:17
53	Rot. frente p/Braga - Vila Verde N101					15:26	
73	Início subida / Début col			_		15:34	
299	Rot. frente p/Braga - Vila Verde N101		\$	113	69,4	15:43	15:33
304	PM 3ª cat / Col 3ème cat		PM 3	113.1	69.3	15:43	15:34
	Portela do Vade		•	,	07/0		
91	Vila Verde - Rot. frente p/ centro Braga N101		\$	122,8	59,6	15:59	15:48
68	Rot.a em frente p/ Braga N101	\triangle	5	124,3	58,1	16:01	15:51
70	Rot.a em frente p/ Braga N101	\triangle		125,4		16:03	
51	Separadores à esq.ª p/ Terras de Bouro - Amares N101	_				16:06	
26	Rot.ª á esq.ª p/ Terras de Bouro Amares N205	_	•	128,3	54,1	16:08	15:57
66	Rot.a em frente p/ Amares N205	\triangle	5	130 2	52 2	16:11	16:00
87	Rot. ^a em frente p/ Amares N205	$\overline{\wedge}$	A .			16:14	_
	Rot.ª à esq. p/ Amares (centro)						
90	Rua de Santa Catarina			134,8	4/,6	16:18	16:07
106	Rot. ^a em frente p/ póvoa de Lanhoso Rua Marques Rego		•			16:19	I
102	Rot. frente p/Póvoa de Lanhoso N205		•	137,3	45,1	16:22	16:11
32	Rot. ^a em frente p/ P. de Lanhoso Ponte s/ Rio Cavado N205		\$	138,9	43,5	16:25	16:13
22	Separadores à esq.ª		_,	120 2	12.1	14.25	14.14
32	p/ P. de Lanhoso N205		=+	139,3	43,1	16:25	10:14
87	Monsul - Inicio subida / Début col		0	142,8	39,6	16:31	16:19
100	Rot. frente p/Póvoa de Lanhoso N205		\$	143,1	39,3	16:32	16:20
276	PM 4ª cat / Col 4ème cat Geraz do Minho		PM 4	147,3	35,1	16:38	16:26
277	À dt.ª p/ Braga N103		→	147.4	35	16:39	16:26
303	Rot. (Ouro) à esq. p/P. de Lanhoso N205		4			16:40	
	Póvoa de Lanhoso - Rot.ª em frente		\$				
248	p/ Av. da República		·	130	3Z,4	16:43	10:30
192	Rot.ª em frente p/ Av. da República	\triangle	\$	150,7	31,7	16:44	16:31
190	Rot.ª à dt.ª p/ Av. 25 de Abril	\triangle	⋫	150,9	31,5	16:44	16:32
185	Meta Volante - Póvoa de Lanhoso Av. 25 de abril		MV	151,1	31,3	16:45	16:32

Alt.	Percurso / Parcours	**	!	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
185	Rot.ª á esq.ª p/ Rua Comandante Luis Pinto da Silva		•	151,2	31,2	16:45	16:32
187	Rot.ª à dt.ª p/ Fafe N205		\$	151,5	30,9	16:45	16:33
179	Rot.a em frente p/ Fafe N205		^	151,8	30,6	16:46	16:33
223	Em frente p/ Fafe N207		^	156,8	25,6	16:54	16:41
209	Rot.ª à dt.ª p/ Fafe N207		\$	157,3	25,1	16:55	16:42
317	Rot.a em frente p/ Fafe N207		\$	174,7	7,7	17:23	17:08
299	À dt.ª p/ Golães - Rua da Corredoura		→	175,2	7,2	17:24	17:09
251	Golães - Ponte s/ Rio Vizela		>	174 /	6	17.04	17.11
231	Inicio subida / Début col)	176,4	0	17:26	17:11
341	PM 4 ^a cat / Col 4ème cat - Golães		PM 4	177,8	4,6	17:28	17:13

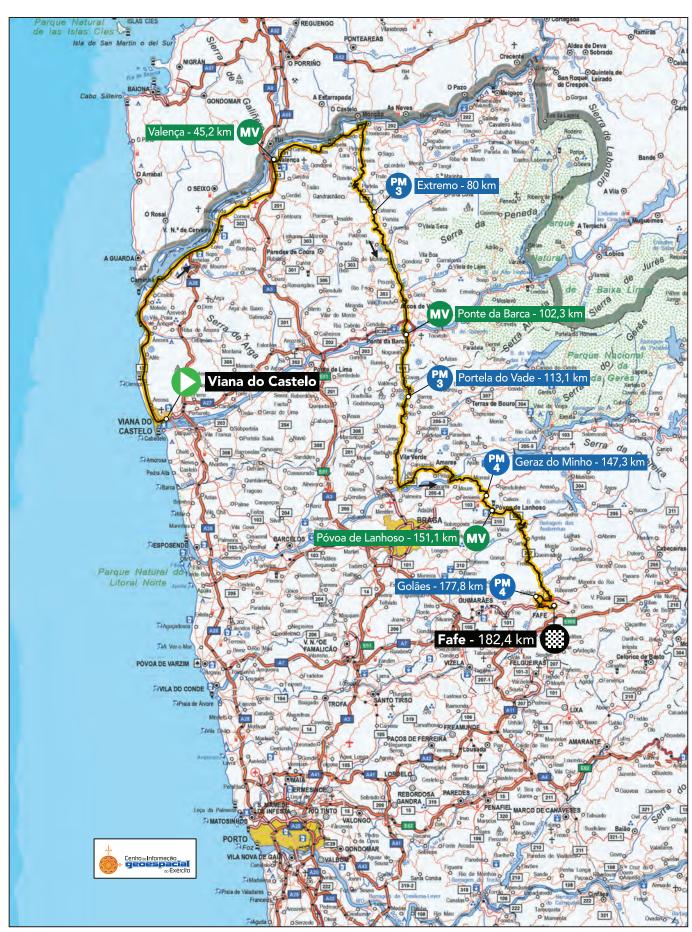
Alt.	Percurso / Parcours	***	•	»Km	»Km	37 km/h	39 km/h
316	Pela esq.ª p/ Fafe Rua da Levandeira CM1677		←	178,1	4,3	17:28	17:14
258	À esq.ª p/ Fafe (Antiga N206)		+	180	2,4	17:31	17:16
255	Rot.ª em frente p/ Fafe (centro) Rua Cidade de Guimarães		\$	180,1	2,3	17:32	17:17
288	Rot. ^a em frente p/ Fafe (centro) Rua dos Aliados		\$	180,7	1,7	17:33	17:18
325	Rot. ^a em frente p/ Rua Serpa Pinto (Sentido Proibido!)		\$	181,9	0,5	17:34	17:19
340	Meta Final / Arrivée: Fafe - Praça 25 de Abril		•	182,4	0	17:35	17:20

GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 8ª ETAPA . 8ÉME ETAPE





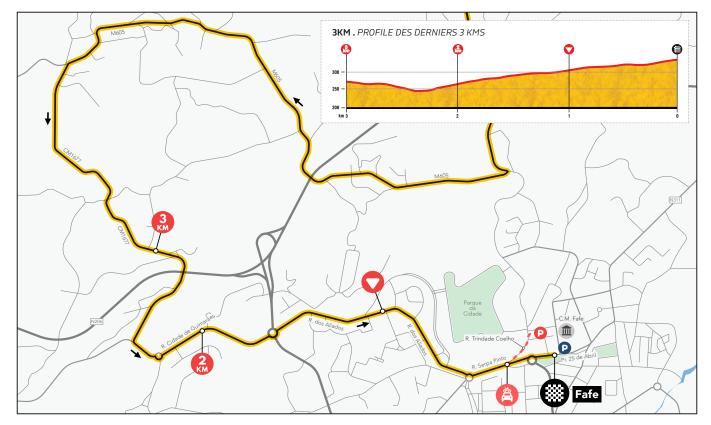
MAPA PERCURSO . ROUTE MAP

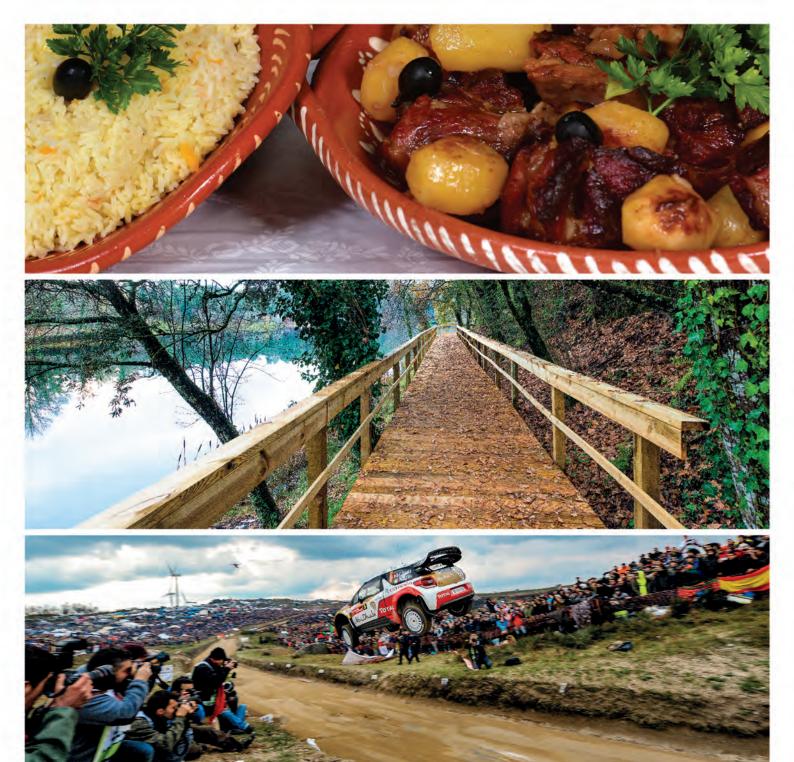


PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE





EXPERIMENTAR, SENTIR E VIVER









CÂMARA MUNICIPAL FAFE

ANTERO BARBOSA Presidente

Volta à Portugal é uma prova icónica e histórica do panorama desportivo do nosso país. Nesse contexto, estamos muito orgulhosos que Fafe receba novamente uma etapa desta competição que celebra Portugal. É com satisfação que acolhemos no nosso concelho uma prova carregada de tradição e de história que apaixona muitos, de todas as idades, pela garantia de emoção e espetáculo que lhe está associada.

A "Volta" é sinónimo de resiliência, compromisso e dedicação. É sinónimo de união de pessoas e territórios, dando-lhes projeção pelo público que atrai quer ao vivo quer através da televisão, pelo que celebramos mais uma edição deste desafio.

O desporto faz parte do ADN de Fafe. Fafe tem um dia a dia marcado pela prática desportiva, desde lazer até à prática federada, sendo que o município trabalha continuamente para apoiar os atletas e as coletividades locais a fazer mais e melhor, nas melhores condições possíveis. Além do incontornável epíteto de "Catedral dos Ralis", com o nosso mundialmente famoso "Salto da Pedra Sentada", recebemos regularmente provas das mais variadas modalidades que muito nos orgulham e levam o nome de Fafe pelo país e mundo afora.

Importa destacar que a nossa veia desportiva anda de mãos dadas com as nossas preocupações do foro ecológico. Neste contexto, partilho que brevemente instalaremos, de forma estratégica por toda a cidade, um sistema de bicicletas públicas partilhadas que visa promover a sustentabilidade urbana e valorizar a rede de mobilidade da cidade, através de um serviço complementar, potenciando o uso da bicicleta para lá do desporto ou do lazer.

De regresso à "Volta", desejo muito sucesso à organização e a todos os atletas participantes. Contamos convosco no dia 13 de agosto, para mais uma incrível etapa de uma prova que a todos nos inspira!

FAFE A ETERNA "SALA DE VISITAS" DO MINHO

Concelho de cultura, de paisagens belas e naturais e de muita riqueza arquitetónica e religiosa, Fafe é um exponente de beleza. Tanto nas cidades com belos e luxuosos palacetes, como nas áreas verdejantes, como é o Jardim do Calvário ou o Alto de Morgair que chega a ter quase 900 metros. As Ruínas do Castro de Santo Ovídio também convidam a conhecer a sua história.

Situada nas margens dos rios Vizela e Ferro, o concelho vive muito do turismo rural com a experiência única da Aldeia Turística do Pontido a servir de ponto de passagem obrigatório para quem aqui pernoita, bem junto à Barragem da Queimadela.

A Casa Municipal da Cultura concentra o que de melhor Fafe tem nas artes com o Museu das Migrações, o Museu da Imprensa e o das Comunidades, ou o Clube Fafense. Para adoçar os sentidos, experimente algumas referências da gastronomia minhota, como a vitela ou o bacalhau com o toque das gentes de Fafe.

"



PAREDES VIVE O DESPORTO



www.cm-paredes.pt

siga-nos: f







CÂMARA MUNICIPAL PAREDES

ALEXANDRE ALMEIDA Presidente

PAREDES VIVE A MAIOR FESTA DO CICLISMO NACIONAL

ssociar Paredes à festa da prova rainha do ciclismo nacional é uma parceria de sucesso. A partida da última etapa em linha da 83ª Volta a Portugal, marcada para a nossa cidade, confere ainda mais entusiamo à passagem da caravana dos ciclistas. Sublinho que esta modalidade tem nos paredenses verdadeiros apaixonados e aficionados. Paredes é terra de ciclistas, de amantes do ciclismo e de grandes campeões como Ribeiro da Silva e Cândido Barbosa, entre outros.

A Volta a Portugal em Bicicleta apaixona e cativa portugueses de todas as idades e vertentes sociais. Mais do que uma competição desportiva, o evento é um verdadeiro fenómeno popular que junta famílias e gerações pelo entusiasmo que se vive nas várias regiões onde passa o pelotão.

Em resposta à crescente adesão da nossa comunidade ao desporto e em particular ao ciclismo, iremos continuar a proporcionar as melhores condições e a segurança necessárias para a população praticar desporto em todas as nossas freguesias. Num dos concelhos mais jovens do país, como é o caso de Paredes, vamos continuar a ensinar o maior número de crianças a "andar de bicicleta", a prepará-las para a mobilidade e levá-las à prática de atividade física de forma regular e a apostar na vertente competitiva.

Assumo como uma das prioridades da autarquia incentivar à prática do desporto, promover a saúde e o bem-estar de toda a população.

Além da importância da competição desportiva, acolher a 83ª Volta a Portugal no nosso concelho, representa o consolidar da estratégia do Município em projetar e conferir maior notoriedade a Paredes, permitindo captar e investir na realização de eventos desportivos nacionais e internacionais com impacto, ativar programas culturais e dinamizar e concentrar ganhos na economia local.

O Município de Paredes associou-se à equipa do Boavista (Rádio Popular - Paredes - Boavista), garantindo a presença em diversas provas ao longo do ano. Para além de promovermos a modalidade, reforçamos a divulgação da marca Paredes, proporcionando o conhecimento das suas potencialidades turísticas e económicas.

Afirmar o nosso território e a marca Paredes pelo ciclismo significa também que valorizamos a resistência, o esforço, a resiliência, a perseverança e a capacidade de sacrifício e de superação dos ciclistas, valores que a nossa comunidade partilha, e que está no ADN dos nossos trabalhadores e empresários.

PAREDES MUNICÍPIO DE HISTÓRIA E TRADIÇÃO MEDIEVAL

Banhado pelos rios Sousa e Ferreira, o município de Paredes é lugar de tradição histórica de há muitos séculos forjada pela presença de monges durante a Idade Média. Algumas dessas marcas perpetuaram-se no tempo até hoje. Sejam as paróquias e templos, os artefactos e cerâmicas, ou os Castros e Pontes Medievais, Paredes tem uma vasta oferta de pontos de interesse que representam uma verdadeira montra de exposição do Românico, do Barroco e do Neoclássico.

São também vários os testemunhos paisagísticos na região como os túmulos megalíticos da Mamoa de Brandião, o Dólmen do Padrão ou o Castro de São Silvestre e do Muro de Vandoma. Algumas explorações de ouro são ainda hoje visitáveis como as Minas de Ouro de Castromil e Banjas.

Na gastronomia, são tradicionais os refrescantes vinhos verdes da região e o melão casca de carvalho, frutos das particularidades do terreno e do clima do Vale do Sousa. O doce convencional é o Doce Cavaco.

77

9° ETAPA. 9ÉME ETAPE - 174,5 KM

PAREDES > MONDIM DE BASTO (SR.º DA GRAÇA). DOMINGO / DIMANCHE (14)

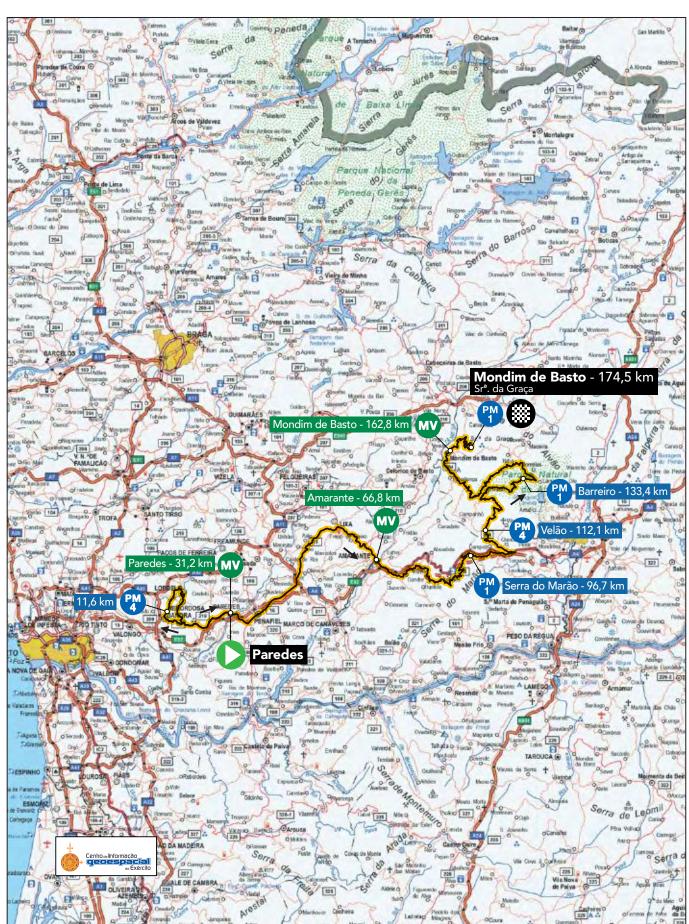
Alt.	Percurso / Parcours			»Km	»Km	34	36	Alt.	Percurso / Parcours			»Km	»Km	34 km/h	36
Λι c.		3886	·	#IXIII	"IXIII	km/h	km/h			3886	•				
	Concentração/Rassemblement:		(!)			10:20	10:20	298	Rot. a em frente p/ Amarante N15		•			13:35	
	Paredes - Parque Cidade Paredes							350	Rot. frente p/Amarante - Santa Marta	\overline{A}	P			13:37	
	Partida Simbólica / Départ Fictif:				3,2	12:20	12:20	$\frac{378}{320}$	Rot. ^a em frente p/ Amarante N15 Rot. ^a em frente p/ Amarante N15	$\overline{}$	•			13:45 13:52	
	Paredes - Parque Cidade Paredes À dt.a p/ Av. das Comunidades,							345	Trovoada		•			13:56	
	Pela esq.a p/ Inversão Sentido							335	Rot. ^a em frente p/ Amarante N15		5			13:58	
	Av. das Comunidades, Rua da Igreja							443	Alto da Lixa		7			14:09	
	Velha, Rotunda à dta. p/centro (N15),							435	Rot. ^a à dta. p/ Amarante N15	\wedge	•			14:10	
	Rotunda à dt.a. p/ Av. da República,							174	Rot.a em frente p/ Amarante N15	$\overline{\wedge}$	3			14:21	
	Em frente p/ Praça José Guilherme,							149	Rot.a em frente p/ Amarante N15	$\overline{\wedge}$	5	65,3	109,2	14:25	14:18
	Rua 1º de Dezembro, Rot.ª em frente							110	Rot. ^a em frente p/ Amarante N15		•	66,4	108,1	14:27	14:20
	p/ Porto N15, Rot.ª (Intermarché)							110	Rot.a em frente p/ Amarante N15	\triangle	\$	66,6	107,9	14:27	14:21
	em frente p/ Porto - N15							111	Meta Volante - Amarante		MV	66,8	107 <i>.</i> 7	14:27	14:21
168	Partida Real / Départ Réel: N15			0	174.5	12:30	12:30		(junto aos Bombeiros)		Ļ				
	(após a rotunda do Intermarché)				· 1			110	Rot. (Vinha) frente p/Vila Real N15		•			14:31	
302	Rot. (Familia-Baltar) frente p/ Porto N15		\$	4,6	169,9	12:38	12:37	258	Várzea - Início subida / Début col		0			14:42	
150	Rot.ª à dtª. p/ Gandra - Rebordosa		>>	9,2	165,3	12:46	12:45	365 396	Revilhão Candemil					14:52	
145	Zona Industrial Rot. (Igreja) Frente p/Zona Industrial		4	10	1445	12:47	12.44	886	Pousada					14:55 15:15	
I	À dt.a. p/ Zona Industrial)		<u> </u>				PM 1 ^a cat / Col 1ère cat						
148	Início subida / Début col		$\stackrel{\Rightarrow}{\triangle}$	10,2	164,3	12:48	12:47	1018	Serra do Marão		PM 1	96,7	77,8	15:20	15:11
	PM 4 ^a cat / Col 4ème cat							812	Bogvista			100.4	74.1	15:27	15:17
236	Rot.a (Antarte) em frente		PM 4	11,6	162,9	12:50	12:49	718	Rot.ª à esq.ª p/ Campeã N304	\wedge	4			15:33	
153	À esq. p/Lordelo - Ponte s/ Rio Ferreira		+	13	161.5	12:52	12:51	712	Freguesia de Campeã				,	15:34	
152	À dt.ª p/ Lordelo (centro) N209		→			12:53		720	Início subida / Début col					15:38	
210	Rot.a (Ribeiro da Silva) à dt.a							918	PM 4ª cat / Col 4ème cat - Velão		PM 4	112,1	62,4	15:47	15:36
210	p/ Rebordosa M602		P	15,4	159,1	12:57	12:55	385	Ermelo (placa)					16:07	
187	Rot.ª à esq.ª p/ Rebordosa M602		4			12:57			À dt.ª p/ Ermelo - Barreiro		→				
197	Rot. (Alameda) frente p/Rua da Igreja		\$			12:59		380	Fervença M1202			123,1	51,4	16:07	15:55
231	Stop - em frente p/Rebordosa M602		1	17,5	157	13:00	12:59	I	Início Subida / Début col						
233	Rot.ª (Marceneiro) à dt.ª		•>	17.6	156.9	13:01	12:59	701	Fervença					16:19	
l	p/ Rebordosa (centro)		ļ.					797	À dt.ª p/ Barreiro		→			16:20	
215	Rot. frente p/Av. Bombeiros Voluntários	À	9			13:03		1019	*		PM 1				16:12
241	Rot.ª à esq.ª p/ Gandra - Porto		•			13:04		968	Ponte S/ Rio Olo						16:14
250	Pela esq.a (Sentido Proibido!!)		+	20,1	154,4	13:05	13:03	978	Cruzamento à esq.ª p/ Fisgas de Ermelo N312-1		←	135	39,5	16:28	16:15
299	Rua de S. Tiago À esq.ª p/ Paredes - Vandoma N15		+	22.8	151 7	13:10	13.08	940				1383	36.2	16.34	16:20
299	Rot. (Familia-Baltar) frente p/Paredes N15		3			13:13		-	À esq.ª p/Pioledo			<u> </u>			
1	Rot.a (Intermarché) em frente							916	Fisgas de Ermelo M1203		←	138,9	35,6	16:35	16:21
169	p/ Paredes (centro) N15		\$	29,8	144,7	13:22	13:19	898	P/dt.a p/ Pioledo - Fisgas de Ermelo		→	139.1	35.4	16:35	16:21
177	Rot. ^a em frente p/ Penafiel N15		4	20.0	1 42 4	12.24	12.21	842	Pioledo						16:23
171	Av. Comendador Abilio Seabra		•	30,9	143,0	13:24	13:21	757	À esq.ª p/Cavernelhe - Fisgas de Ermelo		←				16:25
170	Meta Volante - Paredes		CON	31 2	142 2	13:25	13.22	746	P/ dt.ª p/ Fisgas de Ermelo - Fojo		→	142,1	32,4	16:40	16:26
170	(junto ao Centro Saúde)		MV	01,2	1 70,0	10.25	10.22	536	Fisgas de Ermelo - pela esq.ª p/Fojo		←				16:31
163	Rot.ª à esq.ª p/ Penafiel		4	31 4	143 1	13:25	13.22	315	Em frente p/Mondim de Basto N304		1				16:36
	Av. Francisco Sá Carneiro		7	01,1	,.	10.20		189	Mondim de Basto						16:57
153	Rot. ^a em frente p/ Penafiel		5	31.9	142.6	13:26	13:23	162	Ponte s/ Rio Cabril	\triangle	•>				16:58
l	Av. Francisco Sá Carneiro		<u> </u>					204	Rot.ª à dt.ª p/ Mondim (centro)						17:00
148	Rot. a dt. p/ Penafiel N15		₽			13:26		216	Rot. frente p/Ribeira de Pena N312		•				17:01
153	Rot. (Motociclista) frente p/Penafiel N15		\$			13:28		216	Meta Volante - Mondim de Basto Sobreira de Mondim			102,8	11,/	17:17	17:01
195	Rot.a (Terras do Vinho Verde) em frente p/ Penafiel N15		\$	33,7	140,8	13:29	13:26	296			→	166 1	8.4	17.22	17:06
223	Rot. (Escritaria) frente p/centro N15		<u> </u>	3/12	140 3	13:30	13.27	470	Inicio de Subida / Début col			100,1	∪, †	17.23	17.00
1	Rot. (Abraço do Povo) à esq.ª		_						Meta Final / Arrivée:						
245	p/ centro N15		•	34,9	139,6	13:31	13:28	928	Mondim de Basto - Sr.ª da Graça			174,5	0	17:37	17:20
296	Rot. ^a em frente p/ centro N15		5	35,9	138,6	13:33	13:29		PM 1° cat. / Col 1ère cat.		PM 1	,,,			
	l		L 7	_ ′	_ ′										



GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 9ª ETAPA . 9ÉME ETAPE

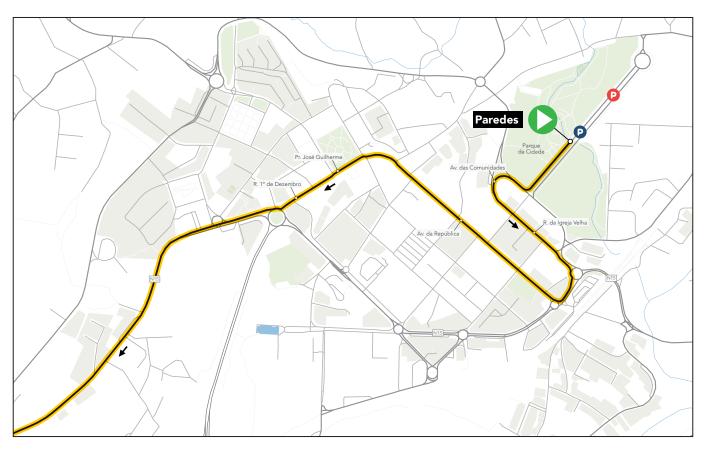


MAPA PERCURSO. ROUTE MAP

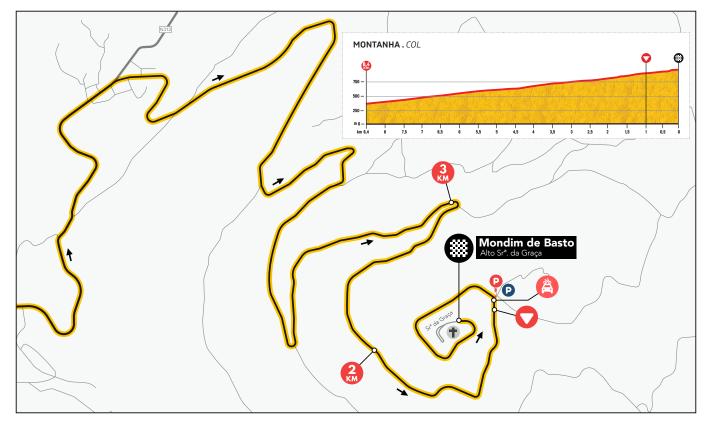


LIVRO TÉCNICO OFICIAL 2022

PARTIDA. DÉPART



CHEGADA. ARRIVÉE





MONDIM DE BASTO

para Exploradores por Natureza! visit.mondimdebasto.pt



CÂMARA MUNICIPAL MONDIM DE BASTO

BRUNO FERREIRA

Presidente

A SUBIDA À SENHORA DA GRAÇA É, TODOS OS ANOS, UM MOMENTO HISTÓRICO PARA OS ATLETAS E PARA OS APOIANTES

m Mondim de Basto, a chegada da Volta a Portugal em Bicicleta é vivida com grande entusiasmo por todos os Mondinenses e, também, por todos aqueles que nos visitam. Este é um percurso que consagra os ciclistas mais resistentes e é um desafio que vai além das duas rodas, esta estrada é composta por uma rara beleza e um prazer de condução que merece ser feita pelo menos uma vez na vida. Quem já nos visitou sabe a festa que é a Subida ao Monte Farinha e que se presencia uma paisagem magnífica que justifica o esforço desta mítica etapa.

Com uma orgulhosa elevação de quase 950 metros, o Monte da Senhora da Graça sempre fez parte das mais concorridas e antigas romarias, vindas de vários pontos da região, com paragem obrigatória do sopé, na Vila de Mondim de Basto. É também aqui que se destacam as atividades desportivas que marcam o calendário de eventos em Mondim de Basto e contribuem para a afirmação do nosso território como destino de excelência para a prática de desporto de natureza.

Com o intuito de manter uma promoção persistente aos produtos locais, garantimos que não faltam surpresas escondidas por terras Mondinenses onde se sente o prazer de viver a mistura do vasto património natural com as festas e romarias, as caminhadas, os eventos desportivos e convívios que fazem os nossos visitantes sentir a Cultura, Tradição e Identidade de Mondim de Basto.

Mondim de Basto constitui-se, assim, na mais bela porta de entrada em Trás-os-Montes convidando todas as pessoas a explorar o seu rico património natural, cultural, religioso e gastronómico. Asseguramos a quem nos visita uma experiência única, Mondim sabe receber. nossa hotelaria e restauração.

Estou certo que este será novamente um grandioso evento que alia desporto, convívio, animação e lazer, proporcionando aos participantes e ao público momentos ímpares. A todos, desejo boas pedaladas!

MONDIM DE BASTO A CASA DO PATRIMÓNIO RURAL PORTUGUÊS

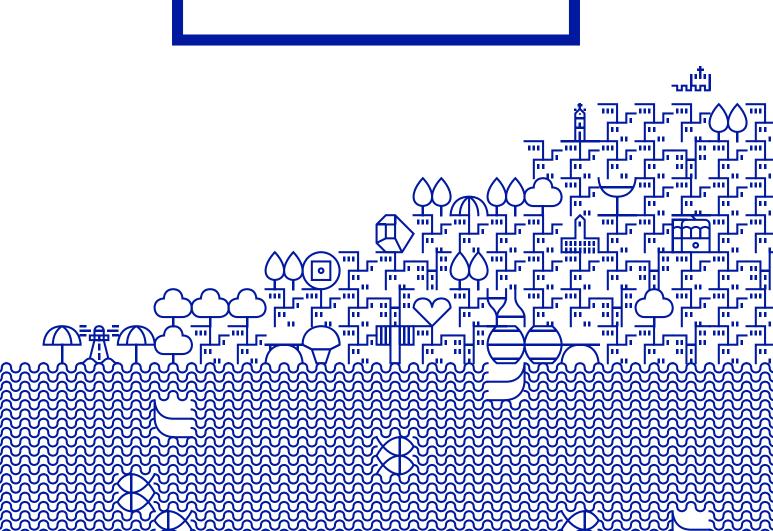
Terra de beleza natural e paisagens a perder de vista. É neste concelho de Vila Real que nos podemos encantar com tudo o que há de mais genuíno: os cenários montanhosos, os rios e cursos de água, as pontes e vias medievais, as igrejas e capelas românticas... Mondim de Basto é palco do mundo rural que vemos a acontecer a todos os minutos, com rebanhos e pastores e muitos trilhos a entrar na imensa área florestal ou as cascatas e riachos.

É precisamente no Parque Natural do Alvão que está presente uma das maiores quedas de água da Europa, as Fisgas de Ermelo. Se quiser ter uma visão mais panorâmica, então prepare-se para subir à Nossa Senhora da Graça. Com quase mil metros de altitude, o chamado Monte Farinha vai dar-lhe uma perspetiva deslumbrante de Mondim de Basto.

No final, para matar a fome, peça o cabrito assado ou a posta maronesa grelhada na brasa, muito típicos da região, acompanhados do vinho verde de Mondim e do mel natural dos montes.



Porto.





CÂMARA MUNICIPAL PORTO

RUI MOREIRA

Presidente

A EMOÇÃO DA VOLTA REGRESSA AO NOSSO PORTO

maior evento desportivo da época de Verão em Portugal está quase na estrada.

Serão dez etapas divididas por uma dúzia de dias, com dezenas de ciclistas de elite a percorrerem mais de 1 500 quilómetros cronometrados.

Em 2019, contaram-se 30 anos desde que a Volta escolheu o Porto para a última etapa da prova-rainha do ciclismo em Portugal

lheu o Porto para a última etapa da prova-rainha do ciclismo em Portugal — e de forma memorável, com o camisola amarela a ser decidido, em cima da meta, em pleno Centro Histórico.

A festa que se viveu nas ruas naquela tarde de Domingo traduz bem o entusiasmo que a prova gera na cidade e arredores, comprovado também pelo palmarés local: o Futebol Clube do Porto (FCP) é o emblema nacional que mais Voltas venceu, no total 33 (16 individuais e 17 colectivas), enquanto o Académico do Porto e o Boavista Futebol Clube conquistaram quatro títulos cada. Em 2022, assinalam-se os 60 anos da vitória de José Pacheco (FCP) na Volta e da memorável Pista das Antas, onde triunfou o seu companheiro de equipa Sousa Cardoso. Passados dez anos, Joaquim Agostinho, nome maior do ciclismo português, vencia também nas Antas e consolidava assim a vitória na 35ª Volta a Portugal, em 1972. Tendo estes feitos históricos em mente, nesta edição da Volta não faltará com certeza espectacularidade, emoção e apoio ao longo de todo o percurso, que se vai estender à zona oriental.

A Volta é muito mais do que uma prova desportiva. É um ritual de Verão, seja na berma da estrada ou em frente ao ecrã. Ao longo de 95 anos, deixou gerações sem fôlego com desempenhos individuais e estratégias colectivas. Encantou com as suas peripécias, os seus recordes, as suas paisagens deslumbrantes e toda a sua alegria itinerante. Poucas manifestações culturais exibem, como a Volta, a riqueza do país – os contrastes complementares entre urbano e rural, costa e montanha, Norte e Sul, tornando o território coeso, robusto e uno na sua extensão. E é por isso que a queremos assim, à nossa volta, neste Verão!

PORTO O ENCANTO DO "NORTE"

Cidade ribeirinha, marcada pela vista privilegiada sobre o Douro e para a monumental Ponte D. Luís, o Porto é, cada vez mais, uma cidade cosmopolita e com grande atração de visitantes estrangeiros. Responsável por ter dado nome a Portugal, o Porto é também internacionalmente reconhecido como um dos melhores destinos de férias.

O Centro Histórico é Património da Humanidade, classificado pela Unesco, e abundam os elementos culturais de referência, como a Torre dos Clérigos ou a Sé Catedral do Porto. Uma das maravilhas da cidade é o Museu de Arte Contemporânea, em pleno Parque de Serralves – um projeto da autoria do arquiteto Siza Vieira. A zona da Foz é outra grande atração desta cidade, onde se cruza a beleza natural e a urbanidade envolvente. Aproveite para dar bons passeios à beira-rio nessa zona.

Estar no Porto é também sinónimo de provar as verdadeiras e típicas francesinhas ou as Tripas à moda do Porto, sem esquecer de provar o néctar que levou o nome da cidade aos quatro cantos do mundo, o vinho Porto, claro.

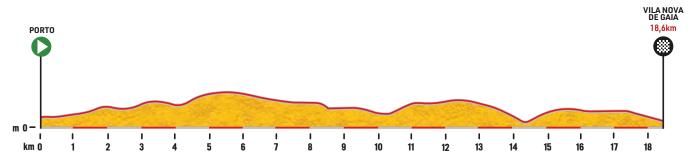
10° ETAPA. 10ÉME ETAPE - 18,6 KM

CRI - PORTO > V. N. DE GAIA . SEGUNDA FEIRA / LUNDI (15)

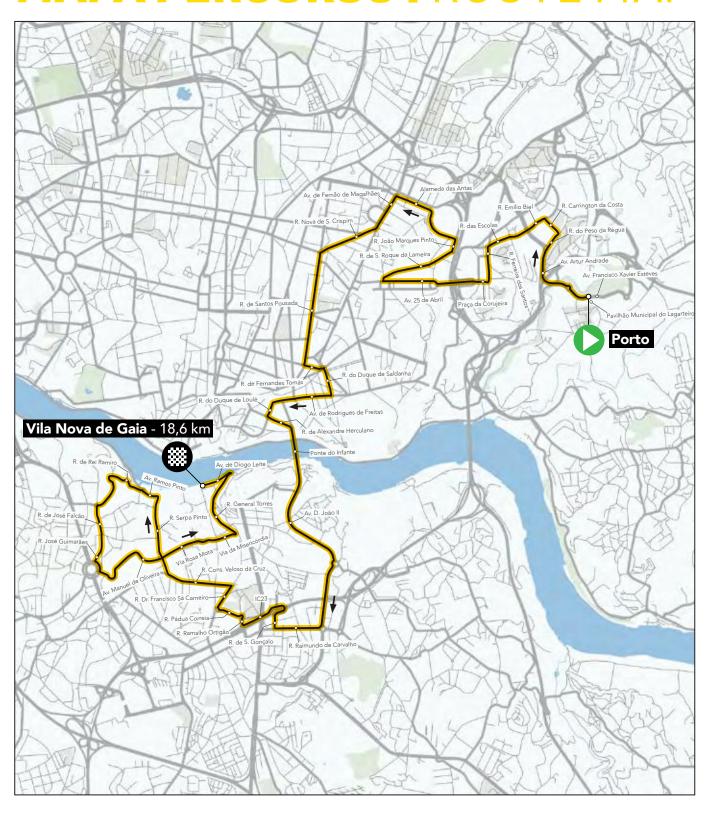
Alt.	Percurso / Parcours	**	•	»Km	»Km	45 km/h	47 km/h
	Concentração/Rassemblement: Porto - Parque Oriental Av. Francisco Xavier Esteves		①			12:00	12:00
	Partida/Départ: Porto - Parque Oriental Av. Francisco Xavier Esteves						
	Partida 1º corredor Départ 1èr coureur * Horário estabelecido em função do nº de corredores * Horaire établi par rapport au nombre de coureurs				14:00*	14:00*	
32	Partida do último ciclista Départ de le dernier coureur		D	0	18,6	17:00	17:00
34	Rot. ^a (Ribeirinho) em frente p/Av. Artur Andrade	\triangle	\$	0,2	18,4	17:00	17:00
41	Rot.ª em frente p/ Rua do Peso da Régua (Bairro do Cerco)		\$	0,8		17:01	
49	À esq.ª p/ Rua Carrington da Costa		+	1		17:01	
55	À esq. p/Rua Emilio Biel (Sentido Proibido)		+	1,2	17,4	17:01	17:01
70	Semaforos em frente p/ Rua das Escolas (Sentido Proibido)		↑	1,6	17	17:02	17:02
84	À esq.ª p/ Rua Ferreira dos Santos (Sentido Proibido)		+	1,9	16,7	17:02	17:02
87	Em frente p/ Praça da Corujeira (Sentido Proibido)		↑	2	16,6	17:02	17:02
84	À dt.ª p/ Praça da Corujeira (Sentido Proibido)		→	2,2	16,4	17:02	17:02
82	Em frente p/Av. 25 de Abril - Ponte s/VCI		1	2,3		17:03	
76	Rot. ^a em frente p/ Av. 25 de Abril	\triangle	^	2,7	15,9	17:03	17:03
110	Praça das Flores À dt.ª p/ Rua de S. Roque da Lameira (Sentido Proibido)		+	3,3	15,3	17:04	17:04
86	À esq. p/ Antas - Estadio do Dragão Rua João Marques Pinto		+	4,1	14,5	17:05	17:05
87	A esq.º p/ (Sentido Proibido) Via Futebol Clube do Porto Alameda das Antas		+	4,2	14,4	17:05	17:05
145	À esq. p/Av. de Fernão de Magalhães (Sentido Proibido)		+	5		17:06	
152	À dt.ª p/ Rua Nova de S. Crispim		→	5,4	13,2	17:07	17:06
151	Pela esq.ª p/ Rua Nova de S. Crispim (Sentido Proibido)		+	5,5	13,1	17:07	17:07
140	Praça da Rainha D. Amelia - À esq.ª p/ Rua de Santos Pousada		+	6	12,6	17:08	17:07

Alt.	Percurso / Parcours	**	<u>.</u>	»Km	»Km	45 km/h	47 km/h
102	À esq ^a p/ Rua de Fernandes Tomás		+	7,2	11,4	17:09	17:09
100	Campo 24 de Agosto - A dt.ª p/						
100	Rua do Duque de Saldanha		→	7,3	11,3	17:09	17:09
97	À dt.ª p/ Av. de Rodrigues de Freitas		→	7,6	11	17:10	17:09
76	Semaforos em frente		^	8,2	10 4	17:10	17.10
	p/ Rua do Duque de Loulé		L.	0,2	10,4	17.10	17.10
91	À esq.ª p/ Ponte do Infante		←	8,4	10.2	17:11	17:10
	Rua de Alexandre Herculano			0,4	10,2	17.11	17.10
74	Pela dt.ª p/ V. N. de Gaia		→	8,6	10	17:11	17:10
	Ponte do Infante						
73	Semáforos frente p/ Av. Dom João II		1	9,3	9,3	17:12	17:11
46	Rot. (Gil Eanes) frente p/Av. Dom João II		\$	10,2	8,4	17:13	17:13
92	Rot.ª (Diogo Cão) à dt.ª		•>	10,9	7,7	17.14	17:13
	p/ Rua Raimundo de Carvalho			· ·	, ·		
109	À dt.ª p/ Rua de S. Gonçalo		→	11,4	7,2		17:14
94	Pela esq.ª p/ IC23 - Ponte Arrabida		←	11,5	7,1		17:14
95	Frente p/ IC23 - Ponte Arrabida (Túnel)		1	11,7	6,9	17:15	17:14
108	Rot.ª (Atlantico) à dt.ª		•>	12,1	6,5	17.16	17:15
	p/ Rua Ramalho Ortigão						
112	Rot.ª à esq.ª p/ Rua Pádua Correia		4	12,2	6,4	17:16	17:15
115	Rot.a (Lg dos Aviadores) à dt.a		•>	12,5	6,1	17.16	17:15
	p/ Rua Dr. Francisco Sá Carneiro		7				
106	À esq. p/ Rua Conselheiro Veloso da Cruz		+	12,8	5,8	17:17	17:16
84	À dt.ª p/ Rua de Serpa Pinto		→	13,4	5,2	17:17	17:17
	(Sentido Proibido)			10,4	3,2	17.17	17.17
73	Tunel (Linha Férrea) em frente		1	13,5	5,1	17.18	17:17
	p/ Rua Serpa Pinto						
9	À esq.ª p/ Av. Ramos Pinto		+	14,2	4,4	17:18	17:18
9	Rot. (Lg. da Cruz) à esq. (Contramão)		•	14,4	4,2	17:19	17:18
	p/ Rua de Rei Ramiro		_	, .	.,_	17.17	.,,,,
71	Rot.ª à esq.ª (Contramão)		•	15,1	3,5	17.20	17:19
	p/ Rua de José Falcão		<u> </u>				
75	Pela dt.ª p/ Rua José Guimarães		→	15,6	3		17:19
76	Rot. (Edgar Cardoso) à esq. (Contramão)		•	15,7	2,9		17:20
73	À esq.ª p/ Av. Manuel de Oliveira		+	15,9	2,7	17:21	17:20
71	Semáforos frente p/Via Rosa Mota		↑	16,7	1,9		17:21
71	Rot. (Oval) frente p/Via da Misericórdia	\triangle	\$	17,1	1,5		17:21
66	Rot.a à esq.a p/ Rua General Torres		4	17,5	1,1	17:23	17:22
8	À esq.ª p/ Av. de Diogo Leite		←	18,3	0,3	17:24	17:23
	(Marginal de Gaia)		`	. 5,5	5,5		.,.20
	Meta Final / Arrivée: V. N. de Gaia						
7	Av. de Diogo de Leite			18,6	0	17:24	17:23
	(Marainal de Gaia)						

GRÁFICO GERAL . GENERAL GRAPHIC - 10° ETAPA . 10ÉME ETAPE



MAPA PERCURSO. ROUTE MAP







CÂMARA MUNICIPAL VILA NOVA DE GAIA

EDUARDO VITOR RODRIGUES Presidente

UMA FESTA QUE É DE TODOS E PARA TODOS!

Volta a Portugal em Bicicleta traz memória, enche de cor e vida as nossas cidades, movimenta paixões e move multidões. É um encontro entre gerações, que veem, com emoção e alguma adrenalina, a passagem do pelotão, torcendo mais ou menos por um ciclista em particular, ou por todos, porque o desporto é isso mesmo: um amor indiferenciado e único, para mais ou menos aficionados. A Volta é Portugal na sua verdadeira origem, com a alma que nos carateriza e a emoção que nos molda a ação.

Este ano é assinalada a 83.ª edição desta importantíssima competição. A prova mais emblemática e importante do nosso ciclismo, para a qual trabalham, ao longo do seu ano desportivo, muitos atletas e dirigentes. É, por isso, uma honra para a Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia voltar a associar-se a um evento desta natureza. Uma cidade faz-se das suas pessoas, das suas raízes e tradições, mas faz-se também dos eventos que acolhe e da sua capacidade de unir esforços, com outros municípios e outras instituições, para que eles possam realizar-se com sucesso.

Vila Nova de Gaia será novamente palco de um momento histórico e apaixonante. Ano após ano, a Volta a Portugal em Bicicleta surge com a mesma força que tem feito com que esta seja considerada a prova rainha do ciclismo nacional. Gaia tem fortes tradições em diferentes modalidades, e o ciclismo – não só no que concerne à prática, mas também no que diz respeito à própria produção de bicicletas –, é, sem dúvida, uma delas.

As cidades envolvidas nesta organização voltam a provar que juntas são mais fortes, apoiando uma iniciativa que não só apela à prática desportiva, mas também dá a conhecer, de uma forma única, os territórios por onde passa. De facto, estamos a promover o desporto, mas, ao mesmo tempo, estamos a mostrar as nossas potencialidades. Será um orgulho, uma vez mais, ver as nossas ruas repletas de pessoas que, quer seja pela paixão pela modalidade e pela prova em si, quer seja pelo simples convívio, irão desfrutar de um momento de festa.

Sempre tivemos, no nosso concelho, grandes nomes do ciclismo e, de um modo geral, as pessoas apreciam a modalidade, saem à rua e vibram com cada etapa. Estamos perante um evento de nível nacional, de inabalável notoriedade e que se tornou, ao longo de todas as edições, num dos acontecimentos que melhor tem sabido colocar a região no mapa desportivo.

Finalmente, deixo uma especial mensagem à organização e a todos os atletas. Que o vosso percurso continue a ser um exemplo para todos nós. Juntos, seremos ainda mais fortes!

VILA NOVA DE GAIA A PORTA DE ENTRADA PARA O DOURO

Desde logo a paisagem sobre o rio Douro confere a Vila Nova de Gaia uma beleza e equilíbrio únicos entre o que é natural e rural. Este é o terceiro município mais populoso do país e esse dado não escapa à vista de que passeia nas ruas povoadas no centro da cidade ou na paisagem urbana ribeirinha.

A cultura está igualmente dispersa um pouco por toda a cidade, tal como os artistas nas ruas. Terra de indústria, o concelho também se destaca pelas atividades nas indústrias automóvel e vidreira.

Símbolo máximo da região, é quase impossível passar por Vila Nova de Gaia sem provar o vinho do Douro e o vinho do Porto. Deguste também algum do pescado, como a lampreia e o sável, pescados apenas em certas alturas do ano, e acompanhe com broa de Avintes.

©2022 RUBIS ENERGIA PORTUGAL, S.A. - Todos os direitos reserva

PEDALE CONNOSCO POR UMA BOA CAUSA



Ao longo das etapas da Volta a Portugal em Bicicleta 2022 vamos **Pedalar por uma Causa**. Os quilómetros percorridos pelo público, nas bicicletas instaladas no espaço da Rubis Gás, na Feira de Animação das Chegadas, serão convertidos em euros e o valor total angariado será distribuído por três instituições de solidariedade social. Esta ano, vamos apoiar a Associação NOMEIODONADA O Kastelo, a CERCI Braga e a FROC – Fundação Rui Osório de Castro. Venha pedalar connosco por estas instituições.







PATROCINADOR OFICIAL CAMISOLA VERDE





CÂMARA MUNICIPAL MONTEMOR-O-NOVO

OLÍMPIO GALVÃO

Presidente

com bastante satisfação e orgulho que Montemor-o-Novo recebe uma etapa da 83° Volta a Portugal em Bicicleta.
Tenho a certeza que a passagem do pelotão e da caravana será sinónimo de grande entusiasmo, alegria e muito público a aplaudir ao longo das estradas montemorenses.

O ciclismo é a modalidade desportiva que mais interage com as pessoas e com os territórios. Atravessa localidades e paisagens. Além da dimensão desportiva o ciclismo alberga também uma grande componente cultural, humana, turística e económica.

É nessa perspetiva que lanço o desafio para visitar o

nosso concelho. A excelente localização geográfica, faz de Montemor um local atrativo e capaz de ser o "pelotão" do tecido empresarial da região. Na área turística, inicie a "etapa a trepar "até ao Castelo, lugar marcante da história, onde se planeou o caminho marítimo para a Índia. "Desça" até à cidade, aprecie o nosso património histórico e religioso, "reabastecendo" com a boa gastronomia. Continue o dia a "rolar "na ecopista do Montado e relaxe com a sua beleza natural. Por fim, termine "restabelecendo as forças" nos nossos inúmeros equipamentos de turismo.

Não se esqueça de voltar já na próxima Feira da Luz/ Expomor que se realiza entre 31 de agosto e 5 de setembro, pois Montemor-o-Novo: "Sabe Muito Bem! "







CÂMARA MUNICIPAL ARRAIOLOS

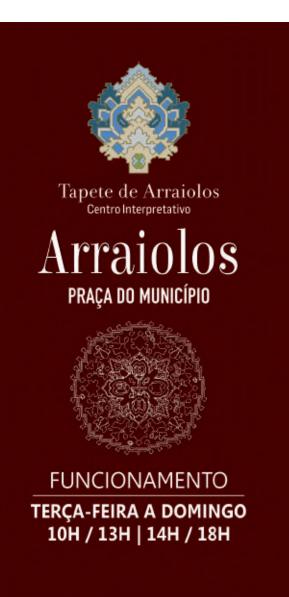
SÍLVIA PINTO **Presidente**

com muita honra e orgulho que o Concelho de Arraiolos acolhe, novamente, a passagem da Volta a Portugal em Bicicleta, prova rainha do ciclismo nacional.

Para os atletas a passagem por Arraiolos quer-se rápida e eficaz, mas para os milhares de adeptos e seguidores desta modalidade, acompanhar a Volta a Portugal é simultaneamente desfrutar das paisagens, da gastronomia, da cultura, do património, da história e de toda a riqueza que o nosso país tem para oferecer.

O Concelho de Arraiolos cá estará para vos receber, para vos mostrar a riqueza dos seus Tapetes de Arraiolos, para vos dar a degustar a Empada de Arraiolos ou o Pastel de Toucinho, para vos dar a saborear os fantásticos e numerosos vinhos produzidos no nosso concelho, para vos permitir contemplar a magnifica paisagem Alentejana que do alto do Castelo de Arraiolos parece confundir-se com as curvas do nosso planeta.

A Volta a Portugal é e será muito mais do que apenas uma prova desportiva, é um roteiro do nosso país e Arraiolos lá estará.







LIGUE AO DESPORTO, LIGUE À ANTENA 1

ANTENA 1 LISBOA: **95.7 FM** | ANTENA 1 PORTO: **96.7 FM** ANTENA 1 COIMBRA: **94.9 FM** | ANTENA 1 FARO: **97.6 FM**



CÂMARA MUNICIPAL ARRONCHES

JOÃO CRESPO **Presidente**

com enorme prazer que o concelho de
Arronches se associa ao maior evento ciclista de Portugal: a Volta a Portugal em
Bicicleta.
Aceitámos este desafio porque entendemos que esta é uma enorme oportunidade de dar a conhecer, ainda mais, este concelho do Alto
Alentejo que tanto tem para oferecer a quem nos visita.

A "caravana" da Volta será, certamente, muito bem aco-

lhida na sua passagem pelo nosso território pois em Ar-

ronches, à semelhança do resto do país, o ciclismo em geral e a Volta a Portugal em particular, desperta um enorme interesse nos seus residentes.

Aos participantes desejo sorte e muitos êxitos desportivos. A todos os que acompanham a prova e aos amantes do ciclismo deixo o convite para uma visita ao concelho de Arronches para que possam, efetivamente, apreciar a excelente gastronomia, o artesanato, o vasto património natural e cultural que temos para oferecer.















Arronches tem orgulho na sua história e nas suas raízes, conservando nas suas três freguesias monumentos de inigualável beleza e riqueza histórica, núcleos museológicos que preservam a memória da região ou uma extraordinária gastronomia com base na cozinha alentejana.

Mas a verdadeira imagem de marca do concelho é a sua gente que tão bem sabe receber, fazendo de Arronches um concelho único que merece uma dedicada visita.

O Município faz o convite para encontrar este território e viver momentos únicos de contacto com a natureza num autêntico paraíso rural.



CRIAMOS PRODUZIMOS APLICAMOS

Impressão Digital Grande/Pequeno Formato

Recorte Vinil

Têxteis

Decoração de Espaços Comerciais

Decoração de Ponto de Venda

Decoração de Viaturas

Reclamos Luminosos

Roll up/Pop up

Construção de Stands, Estruturas e

Mobiliário

Logística e Montagens

CONTACTE-NOS COMERCIAL@OOPSBRAND.PT



CÂMARA MUNICIPAL MONFORTE

GONÇALO LAGEM
Presidente

para o Concelho de Monforte um grato privilégio receber a Volta a Portugal em Bicicleta.
O nosso território tem condições de excelência para a prática da modalidade, mas a Volta a Portugal vai muito além do desporto e da competição, a Volta assume um papel decisivo na divulgação das nossas terras, das nossas genuínas gentes, da nossa identidade, tão diversa (rica) quanto una!

Monforte tem estado ao lado das grandes organizações desportivas, como a volta ao Alentejo, volta a Por-

tugal, a organização em 2018 do Campeonato Nacional de Corta Mato, futsal... reconhecemos valor acrescentado nestes eventos, conscientes do retorno económico, cultural, social e também competitivo, tendo mesmo no presente ano o Futebol Clube Monfortense conquistado o campeonato nacional da III divisão de futsal e subido à II divisão.

Portanto, estamos dentro da volta, fazemos parte de uma das maiores manifestações desportivas e festivas de Portugal exaltando a nossa Pátria, a nossa cultura e o nosso povo.





Patrocinador do Prémio Melhor Português







CÂMARA MUNICIPAL PORTALEGRE

ERMELINDA CARVALHO
Presidente

ara os Portalegrenses é uma grande alegria receber novamente mais uma passagem da Volta a Portugal, a prova rainha do ciclismo português, que contribui para dar maior colorido à nossa região.

Com condições excecionais para a prática de desportos de aventura e natureza e uma beleza patrimonial muito diversa, o concelho de Portalegre tem muito para oferecer aos visitantes. A cidade, porta de entrada no Parque Natural da Serra de São Mamede, ostenta um conjunto muito significativo de edifícios históricos, entre os quais se destacam as igrejas e conventos, as ca-

sas brasonadas e os museus, entre os quais o Museu da Tapeçaria de Portalegre – Guy Fino, cujas peças expostas surpreendem e deslumbram pela perfeição da técnica e o impacto visual que provocam, na descoberta de uma forma de arte mural contemporânea, única no país.

Como principal cartão-de-visita temos a capacidade de acolhimento das nossas gentes, que associada à qualidade excecional da gastronomia e dos vinhos, complementada pela Doçaria Conventual e tradicional proporciona experiências memoráveis.

Visite Portalegre, será sempre muito bem-vindo.



• Pté o nosso ponto de partida



шшш.pt.pt



CÂMARA MUNICIPAL PROENÇA-A-NOVA

JOÃO LOBO **Presidente**

BEM-VINDOS A PROENCA-A-NOVA!

para nós um orgulho associarmo-nos à grande festa do ciclismo que a Volta a Portugal representa, com passagem no nosso concelho naquela que é a sua etapa rainha, e recebermos uma prova desta natureza precisamente no ano que consagrámos ao Desporto e à Aventura. O ciclismo é apenas um dos muitos desportos que podem ser praticados no nosso território, desde os mais tradicionais como o futebol, o ténis, o atletismo ou o futsal, aos menos usuais, como queda livre ou voo de formação a 4 (paraquedismo), escalada, paramotor ou futvólei.

Somos também um concelho de turismo de natureza, onde se destacam as praias fluviais com qualidade de ouro, os miradouros naturais, os passeios pedestres ou os trilhos para BTT, mas a nossa oferta é muito mais vasta.

Convido a que visitem as obras do nosso roteiro das artes, que subam a Torre de Vigia da Serra das Talhadas, da autoria do Arquiteto Siza Vieira, e que se demorem a saborear a nossa rica gastronomia, a conhecer o território e as suas gentes, no fundo a nossa maior riqueza.



LIVRE DE EMISSÕES, LIVRE DE RUÍDOS. O NOVO EQE 100% ELÉTRICO.



Contact Center

808 200 808

Carclasse

Braga - Barcelos - Famalicão - Viana do Castelo - Guimarães - Lisboa - info@carclasse.pt - www.carclasse.pt



CÂMARA MUNICIPAL OLEIROS

FERNANDO MARQUES JORGE **Presidente**

a sua 83.ª edição, o concelho de Oleiros volta a acolher a prova rainha do ciclismo nacional.
É com orgulho que nos associamos a este prestigiado acontecimento, aproveitando para divulgar os ativos patrimoniais do território.

A menos de uma semana do nosso evento master, a Feira do Pinhal - que terá lugar de 10 a 14 de agosto -, encaramos esta passagem como uma oportunidade para afirmar todo o nosso potencial. Este ilustra-se em recantos inesquecíveis, numa gastronomia ímpar (onde o Cabrito Estonado é rei), na autenticidade e saber-re-

ceber das gentes locais ou na oferta de excelência ligada ao turismo de natureza.

Destaco aqui o mais famoso percurso pedestre do mundo (o Trilho Internacional dos Apalaches), ao qual se junta uma notável rede concelhia de percursos pedestres e cicláveis, para além de praias fluviais galardoadas ou empreendimentos hoteleiros diferenciadores, onde se insere uma rede de bikotels.

Parta à descoberta deste território. Está tudo sobre rodas para o receber. Já escrevia Saramago na obra Viagem a Portugal, a propósito da sua passagem pelo concelho, "como pode ser tão grande tão pequeno país". Já sabe: "o fim de uma viagem é apenas o começo de outra".







CÂMARA MUNICIPAL FUNDÃO

PAULO FERNANDES Presidente

com enorme orgulho e satisfação que os fundanenses acolhem a Volta a Portugal em Bicicleta no seu território. Associar o nome do Município do Fundão à prova mítica do ciclismo em Portugal muito prestigia o nosso território.

O ciclismo desperta, tradicionalmente, uma imensa paixão junto dos portugueses. A acrescentar a este sentimento, os fundanenses têm a felicidade de viver numa região que, devido às suas características naturais, recebe, ano após ano, algumas das etapas mais deslumbrantes do calendário velocipédico, permitindo aos amantes da modalidade vibrar com a espectacularidade

das paisagens únicas, aliadas à incerteza do vencedor final da etapa.

O Fundão é uma terra dinâmica e acolhedora que tem no património natural, histórico e cultural uma das suas maiores riquezas, sempre associada aos produtos endógenos através de programas de descoberta e fruição singulares que merecem ser descobertos.

Como autarca e entusiasta do desporto espero que os amantes da modalidade se desloquem ao Fundão e conheçam os encantos que esta região tem para lhes oferecer. Então aí sim, seria a cereja no topo do bolo.

Sejam bem-vindos ao Fundão e disfrutem do muito que temos para descobrir.



WWW.VISITFUNDAO.PT | WWW.PRODUTOSDOFUNDAO.PT | WWW.CM-FUNDAO.PT







CÂMARA MUNICIPAL CANTANHEDE

HELENA TEODÓSIO Presidente

propósito da passagem do pelotão da 83ª Volta a Portugal por Cantanhede, no dia 10 de agosto, quero deixar um breve testemunho para enfatizar o valor desportivo da mais importante prova do calendário velocipédico e relevar o seu efeito fortemente mobilizador do interesse de todas as gerações.

De resto, esse interesse pela modalidade passou a ter expressão ainda mais acentuada neste concelho a partir da segunda metade da década de 1980, com a constituição da primeira equipa profissional de ciclismo no âmbito de uma frutuosa parceria entre uma associação e uma empresa locais, com apoio da Câmara Municipal, experiência que viria a ser repetida na viragem do século, também neste caso com resultados bastante positivos.

E todo o caso, a forte tradição do ciclismo em Cantanhede teve origem no extraordinário trabalho de formação desenvolvido por entidades associativas, um trabalho que nos últimos anos tem vindo a adquirir assinalável projeção com largas dezenas de jovens ciclistas de vários escalões em atividade, alguns dos quais têm conquistado prémios importantes em prestigiadas competições.

Neste contexto, tenho a certeza de que o pelotão da 83ª Volta a Portugal vai ser recebido neste território com forte entusiasmo por parte de um público que muito aprecia a modalidade.





SICASAL

Patrocinador Oficial da 83ª Volta a Portugal



CÂMARA MUNICIPAL MONTEMOR-O-VELHO

EMÍLIO TORRÃO

Presidente

com muita honra que o Município de Montemor-o-Velho acolhe no seu território a passagem da prova rainha do calendário velocipédico nacional.

A Volta a Portugal em Bicicleta encontra também em Montemor-o-Velho um particular sentido de pertença e de indelével memória. Alves Barbosa, uma das figuras incontornáveis da história do ciclismo português e da nossa história concelhia, venceu

Saudamos, por isso todos os corredores, equipas

esta competição em 1951, 1956 e 1958.

técnicas, organização e todos os que acompanham a modalidade.

Desejamos que levem de Montemor-o-Velho rápidas e emocionantes pedaladas e que seja um pretexto para regressar e para descobrir, a pé ou de bicicleta, um concelho com uma gastronomia ímpar, pleno de História e com paisagens inesquecíveis em qualquer altura do ano.

Em setembro, nos dias 3 e 4, Montemor-o-Velho recebe uma das mais importantes provas na categoria de cadetes: o Troféu Alves Barbosa. Fica, desde já, o convite para marcarem presença!



RTPPLAY



as modalidades e competições desportivas em direto e voltar a ver tudo outra vez para que não lhe escape mesmo nada. Agora já sabe, quando o assunto é desporto, vá à RTP PLAY.



CÂMARA MUNICIPAL SOURE

MÁRIO JORGE NUNES

Presidente

com grande alegria que o Município de Soure se associa à Volta a Portugal em Bicicleta, talvez a prova desportiva que melhor combina a competição com a divulgação dos territórios, das suas paisagens e das suas gentes. A passagem por Soure acontecerá na 5.ª Etapa, no dia 10 de agosto, dando oportunidade de promover este Concelho.

Para o Município de Soure as realizações desportivas são também uma oportunidade de divulgar a nossa capacidade de fazer, foi assim nos passados dias 25 e 26 de junho em que recebemos e coorganizamos o Campeonato Nacional de Triatlo de Clubes de Estafetas Mistas e o Campeonato Nacional de Triatlo Jovem de Clubes;

foi assim em Maio com o VI CROSS TRAIL SOURE 1111 e a 23 e 24 de abril recebemos a Taça da Europa de Escalada de Bloco – European Youth Cup 2022, contanto com a participação de jovens oriundos de 20 países e ainda no mesmo mês recebemos o Campeonato Regional de Boccia 2021-2022.

Acreditamos que o desporto é uma alavanca fundamental do nosso desenvolvimento sustentável e continuaremos a promover uma agenda que traga a Soure realizações e competições que afirmem este nosso posicionamento.

Damos as boas vindas à Volta a Portugal em Bicicleta, que estamos certos, será novamente um grande êxito, votos de sucesso a todos os ciclistas.





Patrocinador do Prémio Melhor Português







CÂMARA MUNICIPAL CONDEIXA-A-NOVA

NUNO MOITA

Presidente

ondeixa-a-Nova dá as boas-vindas a todos os participantes da 83ª Volta a Portugal. É uma honra receber nas estradas do nosso concelho todos os atletas e aficionados da prova rainha do ciclismo português.

A etapa irá cruzar as paisagens únicas do sistema cársico de Sicó, que preserva uma riqueza de flora e de fauna inigualável.

Visitar Sicó é também revisitar as nossas origens, através do Eixo da Romanização Villa Sicó, de que se destaca a cidade romana de Conimbriga. Para melhor compreender a história da época romana nada melhor que visitar o Museu PO.RO.S. – Portugal Romano em Sicó.

Esperamos que a passagem da 83ª Volta a Portugal seja um pretexto e um convite para descobrir todo o património natural, paisagístico e cultural que Condeixa tem para oferecer.

A Reserva Natural do Paul de Arzila e as Buracas do Casmilo, a Casa-Museu Fernando Namora e o conjunto de palácios e palacetes, além da nossa gastronomia, de que se destacam a escarpiadas, são outros argumentos para visitar Condeixa.

Esperamos por si.



CISION

258 M€

Foi o retorno mediático global alcançado pelos patrocinadores da 82ª Volta a Portugal em Bicicleta, com 4.616 notícias e 106 Horas de tempo de antena.

SABE QUAL O RETORNO MEDIÁTICO DA SUA MARCA?

A Cision desenvolve métricas que permitem avaliar o retorno resultante da veiculação de mensagens no espaço editorial dos media. Se pretende avaliar o seu investimento numa perspectiva objetiva e rigorosa, contacte-nos.

info.pt@cision.com

Siga-nos



www.cision.pt



1º mês grátis para novas adesões. Serviço grátis no acesso Wi-Fi de casa. Disponível para clientes TV em smartphones Android 10 ou superior ou IOS 15 ou superior. Sabe mais em meo.pt.

E MUITO MAIS

INCLUI 3 ACESSOS

/MÊS



CÂMARA MUNICIPAL ESPOSENDE

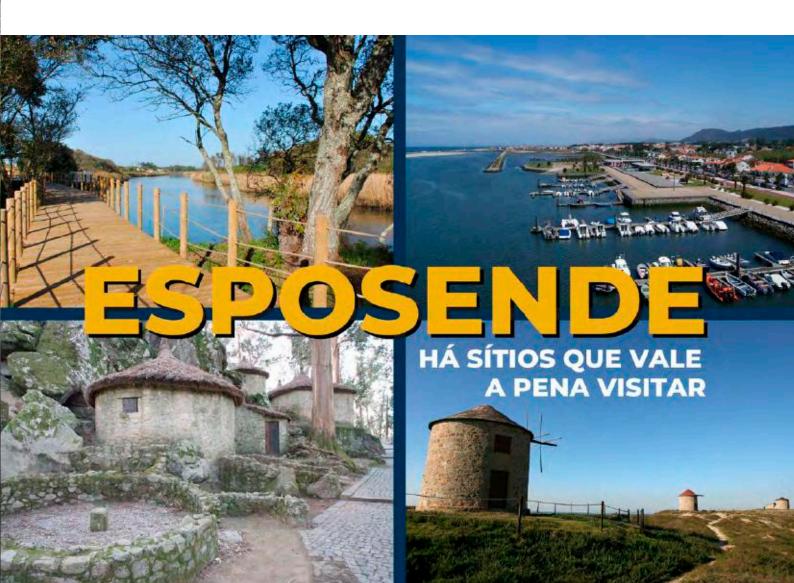
BENJAMIM PEREIRA Presidente

uma honra, para o Município de Esposende e seus habitantes, acolher a "provarainha" do ciclismo nacional. Saudamos o colorido pelotão, deste desporto com enorme tradição em Esposende e damos as boas-vindas a todos os amantes do ciclismo que debruam as estradas, acompanhando de perto o esforço dos seus heróis.

Acolher a Volta a Portugal é, também, um meio para chegar a milhões de portugueses, dando a conhecer as

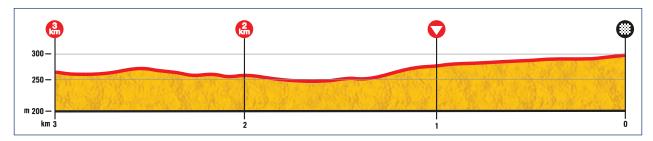
magníficas paisagens do litoral minhoto. Por essa via, endereçamos o convite para que nos visitem e experienciem as propostas gastronómicas, percorrem os trilhos repletos de História, contactem com o Caminho da Costa para Santiago de Compostela, sempre num contexto de mobilidade suave e usufruto da natureza no seu estado mais puro.

Esposende tem, para estes meses de verão, propostas diárias de animação, música, desporto e cultura. Estão, pois, reunidos os pressupostos que justificam uma visita. Porque quem visita Esposende, Volta.

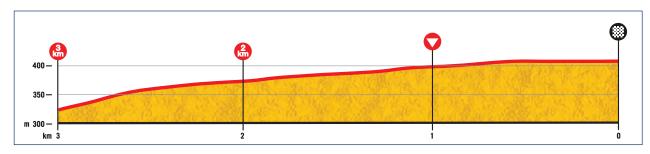


ALTIMETRIAS / PROFIL DES ÉTAPES

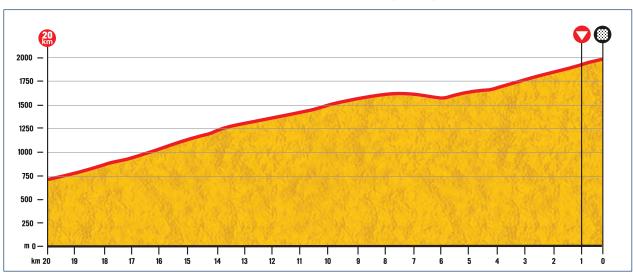
1ª ETAPA / 1ère ETAPE - VILA FRANCA DE XIRA > ELVAS



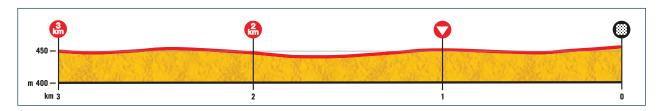
2ª ETAPA / 2^{ÉME} ETAPE - BADAJOZ > CASTELO BRANCO



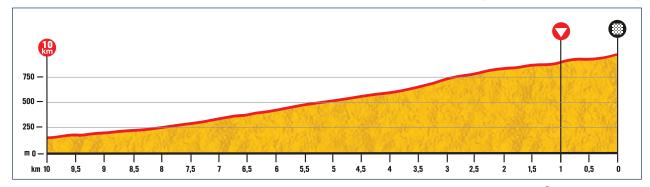
MONTANHA - COL / 3ª ETAPA / 3ÉME ETAPE - SERTÃ > COVILHÃ (TORRE)



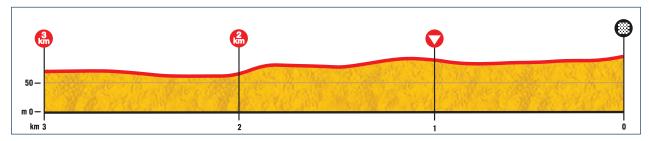
4ª ETAPA / 4^{ÉME} ETAPE - GUARDA > VISEU



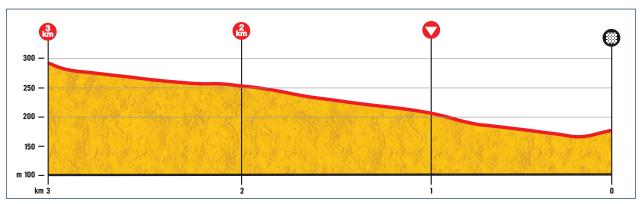
MONTANHA - COL / 5ª ETAPA / 5^{ÉME} ETAPE - MEALHADA / MIRANDA DO CORVO (OBSERVATÓRIO DE VILA NOVA)



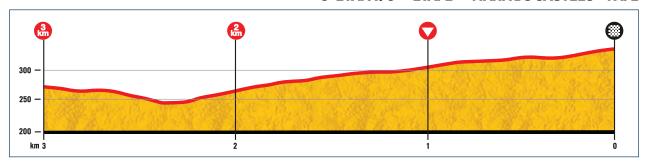
6ª ETAPA / 6^{ÉME} ETAPE - ÁGUEDA > MAIA



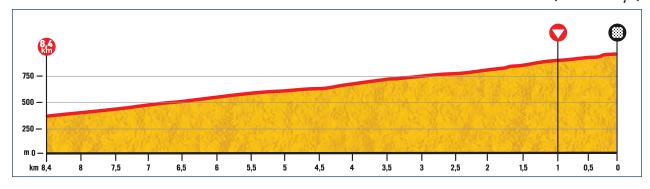
7ª ETAPA / 7^{ÉME} ETAPE - SANTO TIRSO > BRAGA



8° ETAPA / 8^{ÉME} ETAPE - VIANA DO CASTELO > FAFE



MONTANHA - COL / 9ª ETAPA / 9ÉME ETAPE - PAREDES > MONDIM DE BASTO (SR.ª DA GRAÇA)



CARAVANA

CARAVANE



REGULAMENTO

ARTIGO 1. ORGANIZAÇÃO

A prova 83ª Volta a Portugal em Bicicleta Continente é organizada pela Podium Events, SA – Av. Eng. Duarte Pacheco, nº19-6ºD, 1070-100 Lisboa, de acordo com os regulamentos da União Ciclista Internacional. Disputa-se de 4 a 15 agosto 2022.

ARTIGO 2. TIPO DE PROVA

A prova é reservada a atletas das categorias Elites masculinos e Sub23 e está inscrita no calendário UCI Europe Tour.

A prova pertence à classe 2.1 e, de acordo com o regulamento UCI, atribui os sequintes pontos:

Etapas: 14 - 5 - 3

Portador da camisola de líder da prova (por etapa): 3 para o Ranking Continental Elites masculinos e Sub23 UCI.

ARTIGO 3. PARTICIPAÇÃO

De acordo com o artigo 2.1.005 do regulamento UCI, a prova é aberta às seguintes equipas: Equipas UCI WorldTeams (max 50%), UCI ProTeams, Equipas UCI Ciclocrosse Profissionais, Equipas Continentais UCI, Equipas Nacionais.

De acordo com o artigo 2.2.003 do regulamento UCI, o número de corredores por equipa é limitado a um mínimo de 5 e um máximo de 7.

ARTIGO 4. SECRETARIADO

O secretariado de partida realiza-se no dia 3 Agosto das 13h00 às 18h00, no CCB (Centro Cultural de Belém), em Lisboa.

A confirmação de participantes e a recolha dos dorsais pelos responsáveis das equipas decorre das 14h30 às 15h45 no secretariado.

A reunião dos diretores desportivos, organizada de acordo com o artigo 1.2.087 do regulamento UCI, na presença dos membros do Colégio de Comissários, realiza-se às 16h00 no local do secretariado.

O briefing entre o Organizador e todos os intervenientes que seguirão a corrida em moto, um representante da televisão, um representante das forças de ordem, bem como o Colégio de Comissários, organizado de acordo com o Regulamento UCI, realizar-se-á às 13h00 do dia 4 agosto no Secretariado de Partida no CCB (Centro Cultural de Belém), em Lisboa.

ARTIGO 5: PRÓLOGO E CONTRARRELÓGIO

1) Bicicleta

Para o prólogo e para a 10^a etapa (C/R) é autorizada a utilização de uma bicicleta específica.

2) Ordem de partida no prólogo e contrarrelógio

No Prólogo, disputado no sistema de contrarrelógio individual, as partidas serão dadas de 1' em 1', em séries

de 19 corredores representando cada uma das 19 equipas participantes, em ordem inversa da lista de inscritos.

As equipas devem determinar a ordem de partida dos seus corredores aquando da confirmação dos participantes, dia 3 agosto até às 15h45.

De acordo com o artigo 2.4.010 do Regulamento da UCI, os corredores devem apresentar-se para controlo da sua bicicleta até 15 minutos antes da sua hora de partida.

Contrarrelógio Individual

No contrarrelógio individual (10ª etapa), as partidas serão dadas de minuto em minuto, pela ordem inversa da classificação geral, após a 9ª etapa, sendo que, os últimos 10 corredores partirão de 2 em 2 minutos. No entanto, o Colégio de Comissários pode modificar essa ordem de forma a evitar que dois corredores da mesma equipa partam seguidos.

No decurso do Prólogo e CR Individual, o corredor detentor do melhor tempo deverá permanecer no espaço reservado pela Organização junto à linha de Meta.

ARTIGO 6. RÁDIO-VOLTA

As informações da corrida são transmitidas na frequência 160.2375 Mhz.

ARTIGO 7. ASSISTÊNCIA TECNICA NEUTRA

O serviço de assistência técnica neutra é assegurado pela Podium Events, SA.

O serviço é assegurado por 3 carros de apoio neutro.

ARTIGO 8. CHEGADAS (REGRA DOS 3 ÚLTIMOS KM)

Aplica-se o artigo 2.6.027 do Regulamento da UCI em todas as etapas, exceto nas seguintes etapas: 3ª, 5ª, 9ª e 10ª.

Qualquer discussão que tenha a ver com a qualificação de "no alto da montanha" e "antes da montanha" será decidida pelo Colégio de Comissários.

ARTIGO 9. PERCENTAGEM DE FECHO DE CONTROLO

De acordo com as características das etapas, as percentagens de fecho de controlo são fixadas da seguinte forma: Prólogo: n/a; 1ª etapa: 10%; 2ª etapa: 12%; 3ª etapa: 20%; 4ª etapa: 12%; 5ª etapa: 15%; 6ª etapa: 10%; 7ª etapa: 12%; 8ª etapa: 15%; 9ª etapa: 20%; 10ª etapa: 25%

De acordo com o artigo 2.6.032 do regulamento da UCI, o Colégio de Comissários pode aumentar as percentagens de fecho de controlo depois de consultar o Organizador.

ARTIGO 10. CLASSIFICAÇÕES

São estabelecidas as seguintes classificações:

- 1) Classificação Geral Individual por Tempos Camisola amarela Continente
- 2) Classificação Geral por Pontos Camisola verde Rubis
- 3) Classificação Geral da Montanha Camisola ás bolinhas azuis Europear
- 4) Classificação Geral da Juventude Camisola branca Jogos Santa Casa
- 5) Classificação por Equipas
- 6) Classificação do Combinado Carclasse
- 7) Classificação do Melhor Português Jogos Santa Casa

1) Classificação Geral Individual por Tempos

A classificação da etapa é sempre estabelecida de acordo com a ordem de passagem pela linha de meta.

A classificação geral individual por tempos obtém-se através da soma dos tempos conseguidos em todas as etapas por cada corredor, tendo em conta as penalizações de tempo. O corredor melhor classificado será aquele que menor tempo totalizar.

Em caso de empate entre dois corredores ou mais, as frações de segundo registados no prólogo e na etapa contrarrelógio individual serão adicionados ao tempo total para desempatar os corredores, sendo melhor classificado o que menos frações de segundo tenha totalizado.

Em caso de novo empate, o desempate é feito tendo em conta a soma dos pontos obtidos em cada etapa.

O líder da classificação é portador da camisola amarela Continente.

2) Classificação Geral por Pontos

A Classificação geral por Pontos é estabelecida pela soma dos pontos obtidos em cada uma das etapas e nas Metas Volantes de acordo com os seguintes critérios:

É atribuída a seguinte pontuação em cada uma das 3 Metas Volantes da Etapa: 5, 3 e 1 pontos aos 3 primeiros classificados;

No Prólogo: Não se aplica

No Final das etapas:

REGULAMENTO

Categoria A:1ª, 2ª, 4ª, 6ª, 7ª e 8ª - Final em plano ou com ligeira inclinação - 32 - 28 - 24 - 20 - 16 - 12 - 8 - 6 e 4 Pontos aos 10 primeiros classificados;

Categoria B: 3ª, 5ª, 9ª e 10ª - Final em Alta Montanha e CRI

15 - 10 - 6 - 4 - 3 - 2 e 1 Pontos aos 7 primeiros classificados;

Se numa chegada se verificar que vários corredores são classificados ex-aequo, é atribuída a cada um a pontuação correspondente ao primeiro lugar em que se inicia o ex-aequo.

De acordo com o artigo 2.6.017 do Regulamento UCI, em caso de empate na classificação geral por pontos, utilizam-se os seguintes critérios de desempate:

- 1. Numero de vitorias nas etapas,
- 2. Numero de vitorias nos sprints intermédios que contam para a classificação geral por 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 desta classificação é portador da camisola verde Rubis.

3) Classificação Geral da Montanha

A Classificação da Montanha disputa-se num conjunto de 27 contagens do prémio de montanha pontuáveis para esta classificação.

É atribuída a seguinte pontuação em cada uma das categorias:

Lugar	Pontos					
	Especial	PM 1 ^a	PM 2 ^a	PM 3 ^a	PM 4ª	
1º	25	15	10	5	3	
2°	20	13	8	3	2	
3°	17	11	6	2	1	
4º	15	9	4	1		
5°	13	7	2			
6°	11	5	1			
7°	9	4				
8°	7	3				
9°	5	2				
10°	4	1				
11°	3					
12°	2					
13°	1					

O líder desta classificação é portador da camisola às bolinhas azuis Europear

De acordo com o artigo 2.6.017 do Regulamento UCI, em caso de empate na classificação geral da montanha, utilizam-se os seguintes critérios de desempate:

- Número de primeiros lugares nas contagens da categoria mais elevada,
- Número de primeiros lugares nas contagens da categoria seguinte e assim sucessivamente,
 - 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.

4) Classificação Geral da Juventude

A Classificação geral da Juventude é reservada aos corredores da categoria Sub23 (nascidos a partir de 01-01-2000), de acordo com a Classificação Geral Individual por Tempos.

O líder da classificação é portador da camisola branca Jogos Santa Casa.

5) Classificação por Equipas

De acordo com o artigo 2.6.016 do Regulamento UCI, 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 melhores tempos da etapa. Em caso de novo empate, as equipas são desempatadas pelo lugar do seu melhor corredor na classificação da etapa.

A 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 da classificação geral por equipas.

A equipa Líder da classificação por equipas, utiliza dorsais amarelos.

6) Classificação do Combinado

Resulta da soma da classificação dos corredores na classificação geral individual por tempos, classificação geral por pontos, classificação geral da Montanha. Para participar nesta classificação os corredores devem estar classificados em cada uma destas classificações. No caso de nenhum corredor constar nas três classificações, a classificação do Combinado será obtida através dos lugares em duas das três classificações acima mencionadas. Em caso de empate, será vencedor do prémio «Combinado» o corredor melhor classificado na classificação geral individual por tempos da 83ª Volta Portugal Continente.

7) Classificação do Melhor Português

Corredor Português melhor classificado na Classificação Geral Individual.

ARTIGO 11. PRÉMIOS

São atribuídos os seguintes prémios:

1°) CLASSIFICAÇÃO DAS ETAPAS E CLASSIFICAÇÃO GERAL INDIVIDUAL POR TEMPOS

Classificação do Prólogo

1° - € 1 490, 2° - € 730, 3° - € 370, 4° - € 185, 5° - € 155, 6° - € 115, 7° - € 115, 8° - € 80, 9° - € 80, 10° » 20° - € 40

Classificação da Etapa

1° - € 3060, 2° - € 1 550, 3° - € 760, 4° - € 385, 5° - € 315, 6° - € 225, 7° - € 225, 8° - € 155, 9° - € 155, 10° » 20° - € 80

Classificação Geral Individual

 1° - € 16 045, 2° - € 8 115, 3° - € 3 985, 4° - € 2 017,50, 5° - € 1 652,50, 6° - € 1 182,5, 7° - € 1 182,5, 8° - € 815, 9° - € 815, 10° » 20° - € 420

2°) CLASSIFICAÇÃO POR PONTOS

Classificação Geral por Pontos 1º - € 1.500

3°) CLASSIFICAÇÃO DA MONTANHA

Classificação Geral da Montanha 1º - € 1.500

4°) CLASSIFICAÇÃO DA JUVENTUDE

Classificação Geral da Juventude 1° - € 1.500

5°) CLASSIFICAÇÃO POR EQUIPAS

Classificação Geral por Equipas 1ª - Troféu

6) CLASSIFICAÇÃO DO COMBINADO

Classificação Geral do Combinado 1º - Troféu

7) CLASSIFICAÇÃO DO MELHOR PORTUGUÊS

Classificação Geral

1° - € 1.500

O total geral dos prémios distribuídos na prova é de € 127 290,00.

ARTIGO 12. ANTIDOPAGEM

O regulamento antidopagem da l'UCI aplica-se integralmente nesta prova

O controlo antidoping realiza-se no prólogo e em todas as etapas: caravana junto da linha de chegada

ARTIGO 13. CERIMÓNIA PROTOCOLAR (ART. 1.2.112 E 2.6.018)

Com base nas classificações estabelecidas pelo Organizador, os corredores têm a obrigação de se apresentar na cerimónia protocolar oficial de entrega dos prémios, camisolas e símbolos distintos:

Prólogo:

- Vencedor do Prólogo RTP / Delta Cafés;
- O líder da Classificação Geral por Tempos (Camisola Amarela Continente);
- O 2º classificado da Classificação Geral por Tempos (Camisola Verde Rubis);
- O 3º classificado da Classificação Geral por Tempos (Camisola às bolinhas azuis Europear);
- O 4º classificado da Classificação Geral por Tempos (Geral Combinado);
 - O líder da classificação Geral da Juventude (Camisola Branca);
- A Melhor Equipa na Classificação Geral por Equipas (representada por 1 corredor e o DD);
- O Melhor Português na classificação Geral individual por tempos (Jogos Santa Casa).

Nas restantes etapas, devem apresentar-se no final de cada etapa para a cerimónia protocolar os seguintes corredores:

- Vencedor da Etapa RTP / Delta Cafés;
- Os líderes das diferentes Classificações: Geral Individual por Tempos (Camisola Amarela); Geral por Pontos (Camisola Verde);

Geral da Montanha (Camisola às bolinhas azuis); Geral da Juventude (Camisola Branca); Geral do Combinado;

- A Melhor Equipa na Classificação Geral por Equipas (representada por 1 corredor e o DD);
 - O Melhor Português na classificação Geral individual por tempos;

Os corredores que participam na cerimónia protocolar devem apresentar-se imediatamente após a sua chegada.

Além disso, no final da prova, devem ainda apresentar-se na cerimónia protocolar:

Os 2º e 3º classificados da Classificação Geral Individual por tempos,

Os corredores que participam na cerimónia protocolar após a última etapa devem apresentar-se imediatamente após a chegada do último corredor.

Camisolas de líder

- O líder de cada classificação deverá envergar a camisola símbolo respectiva. Se um corredor for líder de várias classificações, a ordem de prioridade das camisolas é a seguinte:
- 1) Classificação Geral Individual por Tempos Camisola amarela Continente
 - 2) Classificação Geral por Pontos Camisola verde Rubis

- 3) Classificação Geral da Montanha Camisola às bolinhas azuis Europear
- 4) Classificação Geral da Juventude Camisola branca Jogos Santa Casa

Se um corredor for líder de várias classificações, enverga apenas uma camisola de acordo com a ordem de prioridade acima indicada, neste caso, a outra camisola é envergada pelo corredor seguinte dessa classificação, excepto se este for líder de outra classificação ou se tiver que envergar a camisola de Campeão do Mundo ou de Campeão Nacional ou a camisola de líder de uma Taça, de um Circuito, de uma Série ou de um Ranking UCI.

Protocolo à partida das etapas em linha

Os portadores das camisolas de líder deverão alinhar na frente.

ARTIGO 14. APRESENTAÇÃO DAS EQUIPAS E ASSINATURA DA FOLHA E PARTIDA (EM TODAS AS ETAPAS)

De acordo com o artigo 2.3.009 do Regulamento da UCI, a assinatura da folha de partida inicia-se uma hora e dez minutos antes da hora da partida do local de concentração e termina dez minutos antes da mesma.

As equipas deverão apresentar-se completas para a assinatura da folha de partida pela ordem inversa da Classificação Geral por Equipas, exceto a Equipa do portador da Camisola Amarela da Classificação Geral Individual por Tempos que se apresentará em último lugar.

A presença dos corredores é obrigatória, sob pena das sanções previstas no artigo 2.12.007-1.1 e 1.2.

Os corredores têm que se apresentar com o equipamento de corrida completo.

ARTIGO 15. PENALIDADES

Aplicação exclusiva da Tabela de Penalidades do regulamento da UCI.

ARTIGO 16. AUTORIZAÇÃO DE PUBLICIDADE DAS EQUIPAS

É proibido às Marcas Comerciais Patrocinadoras das Equipas e dos corredores participantes ter qualquer tipo de publicidade sem autorização prévia por escrito do Organizador da Prova. Em caso de incumprimento deste artigo, a Equipa prejudicada pela sua Patrocinadora, poderá ser penalizada, por direitos de publicidade indevida, com a possível expulsão da equipa da Prova.

ARTIGO 17. SEGUROS

De acordo com as disposições previstas nos artigos 1.1.006 e 1.1.022 do Regulamento da UCI, todos os corredores e pessoal técnico das Equipas devem estar assegurados contra todos os acidentes que possam ocorrer durante a prova e suas consequências em matéria de Responsabilidade Civil.

O Organizador não tem qualquer responsabilidade pelos danos causados a terceiros e/ou materiais antes, durante e depois das etapas, sempre e quando cumpra com as regras de segurança estabelecidas no Regulamento Desportivo da UCI (1.2.061, 2.2.015). Atendendo ao art. 1.2.034 o Organizador é obrigado a fazer um seguro para a cobertura de riscos relacionados com a organização da prova.

ARTIGO 18. ECOLOGIA

A organização da 83ª Volta a Portugal Continente, na salvaguarda dos bons princípios de proteção ambiental, e de promoção do ciclismo ecológico apela aos diversos intervenientes, no evento, no sentido de reforçar a adoção de medidas que permitam a manutenção da limpeza dos locais de partida, chegada e percursos da prova.

Os corredores deverão utilizar as Zonas de descarte de resíduos, aproximadamente 40 em 40 kms, e nos últimos 10kms antes da meta.

ARTES GRÁFICAS impressão e acabamentos offset e digital



RÈGLEMENT

ARTICLE 1. ORGANISATION

L'épreuve 83° Volta a Portugal em Bicicleta Continente est organisée par Podium Events, SA – Av. Eng. Duarte Pacheco, n°19-6°D, 1070-100 Lisboa, sous les règlements de l'Union Cycliste Internationale. Elle se dispute du 4 au 15 août 2022.

ARTICLE 2. TYPE D'ÉPREUVE

L'épreuve est réservée aux athlètes des catégories Hommes Elite et Moins de 23 ans. Elle est inscrite au calendrier UCI Europe Tour.

L'épreuve est classée en classe 2.1 Conformément au règlement UCI, elle attribue les points suivants:

Etapes: 14 - 5 - 3

Port du maillot de leader de l'épreuve (par étape) : 3

pour le classement UCI Continental Hommes Elite et Moins de 23 ans.

ARTICLE 3. PARTICIPATION

Conformément à l'article 2.1.005 du règlement UCI, l'épreuve est ouverte aux équipes suivantes: UCI ProTeams (MAX 50%), UCI ProtTeams, Equipes UCI Professionnelles Cyclocross, Equipes Continentales UCI et Equipes Nationales.

Conformément à l'article 2.2.003 du règlement UCI, le nombre de coureurs par équipe est de minimum 5 et de maximum 7 coureurs.

ARTICLE 4. PERMANENCE

La permanence de départ se tient, le 3 août de 13h00 à 18h00, dans le CCB (Centro Cultural de Belém) à Lisboa.

La confirmation des partants et le retrait des dossards par les responsables d'équipes se fait à la permanence de 14h30 à 15h45.

La réunion des directeurs sportifs, organisée suivant l'article 1.2.087 du règlement UCI, en présence des Membres du Collège des Commissaires, est fixée à 16h00 et aura lieu à la permanence.

Le briefing de l'Organisateur avec toutes les personnes qui suivront la course à moto, un représentant de la télévision, un représentant des forces de l'ordre, ainsi que le Collège des Commissaires, organisée suivant l'article 2.2.034 bis du Règlement UCI, est fixée à 13h, le 4 août 2022, à Lisbon au Permanence du Départ CCB (Centro Cultural de Belém).

ARTICLE 5: PROLOGUE ET CONTRE LA MONTRE INDIVIDUEL

1) Pour le Prologue et pour le contre la montre de la 10éme étape (clm), l'utilisation d'un vélo spécifique est autorisée.

2) Ordre de départ pour le Prologue et la Contre la montre Individuel

Pour le Prologue, disputée en contre la montre individuelle, les départs sont donnés de 1' en 1', en groupes de 19 coureurs représentant de chacune 19 équipes participantes, dans l'ordre inverse de la liste des partants.

Les équipes doivent donner l'ordre de départ de leurs coureurs à la confirmation des partants le 3 août avant 15h45.

Conformément à l'article 2.4.010 du règlement UCI, les coureurs de chaque équipe doivent se présenter au contrôle des bicyclettes au plus tard 15 minutes avant l'heure de départ prévue.

Étape contre la montre individuel

L'ordre de depart pour l'étape contre la montre individuel est le suivant

• 10 émé étape : de 1' en 1' puis de 2' en 2' pour les 10 derniers partants. Les departs s'effectuent dans l'ordre inverse du classement general etabli a l'issue de la 9 émé etape.

L'ordre des departs peut etre eventuellement modifie par le College des commissaires et la direction de l'epreuve, si celui etabli par le classement general inverse aligne consecutivement deux coureurs de la meme equipe. Au cours du Prologue et le CLM, le meilleur chronométreur doit rester dans l'espace réservé par l'Organisation sur de la ligne de l'arrivée.

ARTICLE 6. RADIO-TOUR

Les informations courses sont émises sur la fréquence 160.2375 Mhz.

ARTICLE 7. ASSISTANCE TECHNIQUE NEUTRE

Le service d'assistance technique neutre est assuré par le Podium Events. SA

Le service est assuré au moyen de 3 voitures d'assistance neutre.

ARTICLE 8. ARRIVÉE AU SOMMET (RÈGLE DES DERNIERS 3 KM)

Est applicable l'article 2.6.027 en toutes les etapes, avec exception du : 3\`eme , 5\`eme , 9\`eme et la 10\`eme

Toute discussion concernant les qualifications «arrivée en sommet» et «avant l'ascension» est tranchée par le collège des commissaires.

ARTICLE 9. DÉLAIS D'ARRIVÉE

En fonction des caractéristiques des étapes, les délais d'arrivée ont été fixés comme suit: Prologue : n/a, 1ère étape: 10%, 2ème étape: 12%, 3ème étape: 20%, 4ème étape: 12%, 5ème étape : 15%, 6ème étape: 10%, 7ème étape: 12%, 8ème étape: 15%, 9ème étape: 20%, 10ème étape: 25%

Conformément à l'article 2.6.032 du règlement UCI, le Collège des Commissaires peut prolonger les délais d'arrivée après consultation de l'organisateur.

ARTICLE 10. CLASSEMENTS

Les classements suivants sont établis:

- 1) Classement Général Individuel au Temps Maillot jaune Continente
- 2) Classement Général aux Points Maillot vert Rubis
- 3) Classement Général de la Montagne Maillot pull à pois bleu Europcar
- 4) Classement Général des Jeunes Maillot blanc Jogos Santa Casa
- 5) Classement par Equipe -
- 6) Classement du Combiné Carclasse
- 7) Classement Meilleur Coureur Portugais Jogos Santa Casa

1) Classement général individuel au temps

Le classement de l'étape sera toujours établi selon l'ordre de passage sur la ligne d'arrivée.

Le classement général individuel au temps s'obtient par l'addition des temps enregistrés dans toutes les étapes par chaque coureur, compte tenu des pénalités en temps. Le coureur le mieux classé sera celui qui totalisera le moins de temps.

En cas d'égalité entre deux ou plusieurs coureurs, les fractions de seconde enregistrées dans le prologue et l'étape Contre la Montre individuelle seront additionnées il faut enlever au temps total pour les départager, étant le mieux classé celui qui totalisera le moins de fractions de seconde.

En cas de nouvelle égalité, on fera appel aux points à l'addiction de places obtenues à chaque étape.

Le leader du classement porte un maillot jaune Continente.

2) Classement général aux Points

Un classement général aux points est établi par l'addition des points obtenus dans chacune des étapes, ainsi que dans les sprints «Metas Volantes» selon les critères suivants :

Il est attribué dans chacune des 3 «Metas Volantes» disputées : 5, 3 et 1 points aux 3 premiers classés ;

Dans le Proloque:

Pas applicable.

RÈGLEMENT

A l'arrivée des étapes:

Catégorie A (1ère , 2ème , 6ème, 7ème et 8ème - arrivé en plat ou légèrement incliné)

-32-28-24-20-16-12-8-6 et 4 points aux 10 premiers classés; Catégorie B (3ème , 5ème , 9ème et 10ème - Arrivé en Haut Col et CRI)):

15 - 10 - 6 - 4 - 2 et 1 points aux 7 premiers classés;

Si les coureurs arrivent ex-æquo sur l'un des rangs de ponctuation mentionnées, il sera attribué à chacun d'eux les points correspondant à la place où commence l'ex-æquo.

Conformément à l'article 2.6.017 du règlement UCI, en cas d'ex æquo au classement général individuel aux points, il est fait application des critères suivants, jusqu'à ce qu'il y ait départage:

- 1. Nombre de victoires d'étapes
- 2. Nombre de victoires dans les sprints (Metas Volantes).
- 3. Classement général individuel au temps.

Pour bénéficier du prix du classement général final, tout concurrent doit avoir accompli la totalité du parcours de l'épreuve dans les délais réglementaires.

Le leader du classement porte un maillot vert Rubis.

3) Classement général de la Montagne

Le Classement de la Montagne est disputé sur l'ensemble des 27 côtes retenues pour ce classement.

Il est attribué, les points suivants dans chacune des catégories :

Rang			Points		
	Hors	COL 1er	COL 2 ^{ème}	COL 3 ^{ème}	COL 4 ^{ème}
1º	25	15	10	5	3
2°	20	13	8	3	2
3°	17	11	6	2	1
4º	15	9	4	1	
5°	13	7	2		
6°	11	5	1		
7°	9	4			
8°	7	3			
9°	5	2			
10°	4	1			
11º	3				
12°	2				
13°	1				

Un classement général est établi par l'addition des points obtenus sur l'ensemble des côtes comptant pour le Classement de la Montagne.

Conformément à l'article 2.6.017 du règlement UCI, en cas d'ex æquo au classement général individuel de la Montagne, il est fait application des critères suivants, jusqu'à ce qu'il y ait départage:

- 1. Nombre de premières places dans les côtes de la catégorie la plus élevée
- 2. Nombre de premières places dans les côtes de la catégorie suivante et ainsi de suite
 - 3. Classement général individuel au temps.

Pour bénéficier des prix du classement général final, tout concurrent doit avoir accompli la totalité du parcours de l'épreuve dans les délais réglementaires.

Le leader du classement porte un maillot pull à pois bleu Europcar.

4) Classement général des Jeunes

Le classement général des Jeunes est réservé aux coureurs de la catégorie Moins 23 ans (né à partir du 01-01-2000), selon le classement général individuel au temps.

Le leader du classement porte un maillot blanc Jogos Santa Casa.

5) Classement par Equipes

Conformément à l'article 2.6.016 du règlement UCI, le classement par équipes du jour s'établit par l'addition des trois meilleurs temps individuels de chaque équipe. En cas d'égalité, les équipes sont départagées par l'addition des places obtenues par leurs trois premiers coureurs de l'étape. En cas de nouvelle égalité, les équipes sont départagées par la place de leur meilleur coureur au classement de l'étape

Le classement général par équipes s'établit par l'addition des trois meilleurs temps individuels de chaque équipe dans toutes les étapes courues. En cas d'ex æquo, il est fait application des critères suivants, jusqu'à ce qu'il y ait départage:

- 1. Nombre de premières places dans le classement par équipes du jour
- 2. Nombre de deuxièmes places dans le classement par équipes du jour, etc.

S'il y a toujours égalité, les équipes sont départagées par la place de leur meilleur coureur au classement général individuel.

Toute équipe réduite à moins de trois coureurs est éliminée du classement général par équipes.

L'équipe leader du classement par équipe, utilise dorsale jaune.

6) Classement de Combiné

Le résulte de la somme de places obtenues par les coureurs dans le classement général individuel au temps, classement général individuel par points et classement général individuel du grand prix de la montagne. Pour pouvoir prétendre à ce classement, le coureur doit être classé dans chacun de ces classements. Dans le cas ou aucun coureur ne figure dans les trois classements, on basera le classement sur les places obtenues par les coureurs dans deux des trois classements cités précédemment. En cas d'égalité sera vainqueur du « Combiné» le coureur ayant obtenu la meilleure place dans le classement général individuel au temps la 82ª Volta Portugal Continente.

7) Classement meilleur coureur portugais

Le coureur meilleur classé dans la Classement Général Individuel

ARTICLE 11. PRIX

Les prix suivants sont attribués:

1°) CLASSEMENT AUX ETAPES ET CLASSEMENT GENERAL INDIVIDUEL AU TEMPS

Classement du Proloque

1ère - € 1 490, 2ème - € 730, 3ème - € 370, 4ème - € 185, 5ème - € 155, 6ème - € 115, 7ème - € 115, 8ème - € 80, 9ème - € 80 , 10° » 20ème - € 40 **Classement de l'étape**

1ère - € 3060, 2ème - € 1 550, 3ème - € 760, 4ème - € 385, 5ème - € 315, 6ème - € 225, 7ème - € 225, 8ème - € 155, 9ème - € 155, 10° » 20ème - € 80 Classement général individuel

1ère - €16 045, 2ème - €8 115, 3ème - €3 985, 4ème - €2 017,50, 5ème - €1 652,50, 6ème - €1 182,5, 7ème - €1 182,5, 8ème - €815, 9ème - €815, 10° » 20ème - €420

2°) CLASSEMENT PAR POINTS

Classement Général par Points 1er - € 1.500

3°) CLASSEMENT DE LA MONTAGNE

Classement Général de la Montagne 1er - € 1.500

4°) CLASSEMENT DES JEUNES

Classement Général des Jeunes 1er - € 1.500

5°) CLASSEMENT PAR EQUIPES

Classement Général par Equipes 1er - Coupe

6°) CLASSEMENT DE COMBINÉ

Classement Général de combiné 1er - Coupe

7°) CLASSEMENT DE MEILLEUR COUREUR PORTUGAIS

Classement Général: 1er - 1.500

Le total général des prix distribués à l'occasion de l'épreuve est de €127 290.00.

Le total général des prix distribués à l'occasion de l'épreuve est de € 127 290,00.

ARTICLE 12. ANTIDOPAGE

Le règlement antidopage de l'UCI s'applique intégralement à la présente épreuve.

Chaque étape, prologue inclût, le contrôle antidopage aura lieu dans une caravane près de la ligne d'arrivée.

ARTICLE 13. PROTOCOLE (ART. 1.2.112 ET 2.6.018 BIS)

Conformément las classifications établis pour l'Organisateur, les coureurs suivants doivent se présenter au protocole après l'arrivée:

Prologue:

Le vainqueur du proloque RTP / Delta Cafés;

Le leader du classement Général Individuel au Temps (Maillot jaune Santander) ;

Le 2ème classé du classement Général Individuel au Temps (Maillot vert Rubis) ;

Le 3ème classé du classement Général Individuel au Temps (Maillot pull à pois bleu Europear);

Le leader du classement Général des jeunes (Maillot blanc Jogos Santa Casa);

. Le meilleur Equipe du classement général par Equipes (representée pour 1 coureur et SD)

. Le Meilleur coureur Portugais au Classement général individuel au temps (Jogos Santa Casa);

Dans les étapes suivantes, doivent se présenter au protocole les coureurs suivantes :

Le vainqueur de l'étape RTP/ Delta Cafés ;

Le leader du classement Général Individuel au Temps

Les leaders des classements annexes suivants: général aux points, général de la montagne, général des jeunes ;

. Le Meilleur coureur Portugais au Classement général individuel au temps ;

Les coureurs qui participent à la cérémonie protocolaire doivent se présenter immédiatement après leur arrivée.

La cérémonie protocolaire du Classement Général par Équipes se déroulera quant à elle (1ère Equipe de la Classification Général) avant pour la signature de la feuille de départ (avec tous les coureurs et son directeur sportif).

En outre, à l'issue de l'épreuve, les coureurs suivants doivent également se présenter au protocole final:

Les 2ème et 3ème classés au classement général individuel au temps;

. La 1ère équipe au classement général par équipes (représentée pour tous les coureurs et son Directeur Sportif) ;

Les coureurs qui participent à la cérémonie protocolaire à l'issue de la dernière étape doivent se présenter immédiatement après l'arrivée du dernier coureur.

Maillots de leader

Le leader de chaque classement est tenu de revêtir le maillot distinctif correspondant. Si un coureur est leader de plusieurs classements, l'ordre de priorité des maillots distinctifs est le suivant :

- 1) Classement Général Individuel au Temps Maillot jaune Continente
- 2) Classement Général aux Points Maillot vert Rubis
- 3) Classement Général de la Montagne Maillot pull à pois bleu Europear
 - 4) Classement Général des Jeunes Maillot blanc Jogos Santa Casa

Si un coureur est leader de plusieurs classements, il ne portera qu'un seul maillot selon l'ordre de priorité des maillots ci-dessus. Dans ce cas, le coureur suivant de ce classement portera l'autre maillot, sauf s'il est leader d'un autre classement ou s'il doit porter le maillot de champion du monde ou champion national ou le maillot de leader d'une coupe, d'un circuit, d'une série ou d'un classement UCI.

Protocole au départ des étapes en ligne

Les porteurs des maillots de leader devront se placer devant, en première ligne.

ARTICLE 14. DÉPART DE LA COURSE ET PRÉSENTATION DES EQUIPES (TOUTES LES ÉTAPES)

Selon le article 2.3.009 du Règlement UCI, la signature de la feuille de départ commence 1 heure et 10 minutes avant de l'heure de départ au lieu de concentration et se termina 10 minutes avant.

Les équipes doivent se présenter complètes pour la signature de la feuille de départ dans l'ordre inverse du classement général par équipes, sauf pour l'équipe du maillot jaune de leader du classement général individuel aux temps qui se présentera en dernier

La présence des coureurs est obligatoire, sous peine des pénalités prévues aux articles 2.12.007-1.1 et 1.2.

Les coureurs doivent se présenter en tenue de course complète.

ARTICLE 15. PÉNALITÉS

Le barème de pénalités de l'UCI est le seul applicable.

ARTICLE 16. AUTORISATION DE PUBLICITÉ DES EQUIPES

Les marques de parrainage des équipes et des coureurs participants sont interdites de toute forme de publicité sans le consentement écrit préalable de l'organisateur de l'événement. En cas de non-respect de cet article, l'équipe lésée par son sponsor peut être pénalisée pour des droits de publicité inappropriés avec l'expulsion éventuelle de l'équipe de l'événement.

ARTICLE 17. ASSURANCE

Conformément aux dispositions des articles 1.1.006 et 1.1.022 du Règlement UCI, tous les coureurs et le personnel technique des équipes doivent être assurés contre tous les accidents pouvant survenir pendant la course et leurs conséquences dans le domaine de la responsabilité civile.

L'Organisateur décline toute responsabilité pour les dommages causés à des tiers et / ou matériels avant, pendant et après les étapes, dans la mesure où il respecte les règles de sécurité établies dans le Règlement Sportif UCI (1.2.061, 2.2.015). Selon l'art. 1.2.034 L'Organisateur est tenu de souscrire une assurance pour couvrir les risques liés à l'organisation de l'événement.

ARTICLE 18. ÉCOLOGIE

L'organisation de la 83ème Volta Portugal Continente, en sauvegardant les bons principes de protection de l'environnement , et la promotion des appels de cyclisme écologiques aux différents acteurs de l'événement , afin de renforcer l'adoption de mesures visant à maintenir la propreté des lieux de départ, d'arrivée et l'itinéraire de la course .

Les coureurs doivent les Zones d'élimination des déchets, environ 40 à 40 km, et dans le 10 derniers kms.



GYGLING GULTURE

SHOP ONLINE
WWW.PACTO.CC

VOLTA EM NÚMEROS

RETOUR EN CHIFFRES

1559,7 KM DE PERCURSO

10 etapas 2 contrarrelógios individuais (Prólogo e 10ª etapa)

19 EQUIPAS

10 portuguesas
3 espanholas
2 norte americanas
1 britânica
1 sul-africana
1 angolana
1 colombiana

1 DIA DE DESCANSO (9 DE AGOSTO)

1ª prova de cicloturismo 15ª Etapa da Volta Brisa / RTP 90km com partida às 10h, em Viseu

27 METAS VOLANTES

27 CONTAGENS DE MONTANHA

12 contagens de 4ª categoria 8 contagens de 3ª categoria 2 contagens de 2ª categoria 4 contagens de 1ª categoria 1 contagem de categoria Especial (Torre)

RETROSPECTIVA 2021

RETROSPECTIVE 2021



luta durou mesmo até ao fim. Cumpriu-se a expectativa e o *Grande Final da Volta* foi emocionante com dois homens a concentrarem todas as atenções, Amaro Antunes e Mauricio Moreira. O algarvio da W52-FC Porto na 10ª e última etapa fez um contrarrelógio entre os melhores, como era exigido, afinal defendia a liderança. Amaro partiu para os derradeiros quilómetros com vantagem de 42 segundos sobre o uruguaio da Efapel que, em teoria, poderia ser mais forte na luta contra o cronometro. As emoções concentravam-se nos 20,3 quilómetros do contrarrelógio de Viseu.

Rafael Reis deu o mote ao ser o mais rápido, numa exibição que não se concentrou apenas em garantir a quarta vitória de etapa na Volta de 2021, mas também em dar indicações para o companheiro de equipa Mauricio Moreira. O grande objetivo era chegar à Amarela. Moreira literalmente voou, bateu Reis no primeiro ponto intermédio, mas pouco antes do segundo, a 11 quilómetros da chegada, caiu à saída de uma curva e hipotecou todas as hipóteses de assaltar o comando da Volta. O ciclista do Uruguai levantou-se, continuou muito rápido e, ainda assim com o tempo perdido, realizou o segundo melhor registo a 12 segundos do vencedor. No fim estava muito combalido com várias escoriações provocadas pela queda e a chorar a falta de sorte ou talvez percebendo que podia ter sido mais cauteloso na abordagem à curva que o derrubou. Em jeito de compensação, o corredor de 26 anos subiu ao pódio para receber do Regimento de Tropas Paraquedistas, o Prémio Espírito de Sacrifício.

Amaro Antunes, não sendo um especialista no contrarrelógio, acreditou sempre e fez o quarto melhor tempo batendo alguns dos principais favoritos, o que nas contas finais da Volta representaram uma

diferença de 10 segundos, a vantagem que lhe deu, pela segunda vez consecutiva o triunfo na Volta, depois de em 2020 ter vencido a Edição Especial.

"Foi concretização do objetivo a que a equipa se propôs. Durante o contrarrelógio houve momentos em que não tinha mais forças, mas pensava que todo o esforço seria uma recompensa para os meus companheiros. A Volta foi muito dura psicologicamente. Tivemos dias de muita tensão. Toda a gente dizia que não ia ser possível, mas acreditámos e vencemos", salientou Amaro Antunes pouco depois de efusivamente ter gritado e festejado a plenos pulmões mais um triunfo após 11 dias de competição. Na hora da vitória, não esqueceu o principal rival. "Quero deixar uma palavra de apreço ao Mauricio (Moreira). Teve um azar. A curva onde ele caiu fi-la umas 10 ou 15 vezes [quando antecipadamente estudou o percurso] para me certificar que podia arriscar naquele ponto".

Por equipas, a Volta 2021 foi conquistada pela Efapel após seis vitórias de etapa e ainda o triunfo na classificação por Pontos de Rafael Reis, Camisola Verde Rubis Gás, além do segundo lugar à geral de Mauricio Moreira. O pódio fechou com o sorridente espanhol Alejandro Marque (Atum General/Tavira/Maria Nova Hotel) que aos 39 anos terminou a 1m 23 de Amaro Antunes.

Na festa final na Avenida da Europa, em Viseu também mereceram honras os pódios vitoriosos de Bruno Silva (Antarte-Feirense) coroado Rei da Montanha com a *Camisola Bolinhas Continente* enquanto Abner González, campeão de Porto Rico da formação Movistar, envergou a *Camisola Branca Jogos Santa Casa* depois de ter dominado por completo a classificação dos mais jovens desde a 3ª etapa.

Quadro Classificação Geral 10 Primeiros

Ciclista	Nome	País	Equipe	Tempo
1.	Amaro Antunes	Portugal	W52-FC Porto	39h39m33s
2.	Mauricio Moreira	Uruguai	Efapel	+10s
3.	Alejandro Marque	Espanha	Atum General - Tavira-Maria Nova Hotel	+ 1m23s
4.	Jóni Brandão	Portugal	W52-FC Porto	+1m36s
5.	Frederico Figueiredo	Portugal	Efapel	+ 2m04s
6.	Abner González	Porto Rico	Movistar Team	+ 3m43s
7.	José Félix Parra	Espanha	Equipo Kern Pharma	+ 3m49s
8.	António Carvalho	Portugal	Efapel	+ 5m18s
9.	João Rodrigues	Portugal	W52-FC Porto	+ 6m32s
10.	Henrique Casimiro	Portugal	Kelly-Simoldes - UDO	+ 9m51s







APROVEITE O VERÃO DA MELHOR FORMA ALUGUE UMA BICICLETA E DESCUBRA PORTUGAL



HÓTEIS ORGANIZAÇÃO

ORGANISATION HÔTEL

03 A 05/08

HOTEL VIP ARTS LISBOA

TELEF. +351. 210 020 400

05/08

HOTEL DOM LUIS ELVAS

TELEF. +351. 268 636 710

06/08

HOTEL RAINHA D. AMÉLIA, ARTS & LEISURE CASTELO BRANCO

TELEF. +351, 272 348 800

07/08

HOTEL LUSITÂNIA (HOTEL LUSITÂNIA CONGRESS & SPA) GUARDA

TELEF. +351. 271 238 285

08 A 10/08

HOTEL GRÃO VASCO VISEU

TELEF. +351. 232 423 511

10/08

IN GOLD HOTEL & SPA ÁGUEDA

TELEF. +351. 234 690 170

11/08 A 15/08

PARK HOTEL PORTO AEROPORTO

TELEF. +351. 229 401 300



Paulo Duarte

GROUP



Qualquer que seja a sua próxima etapa, o GRUPO PAULO DUARTE está disponível para apoiar a sua empresa, tal como apoia a VOLTA A PORTUGAL







O DESPORTO TEM TODO O NOSSO APOIO.

Ser o maior patrocinador do desporto em Portugal é apoiar o **TALENTO** e os grandes eventos desportivos nacionais. É promover a conciliação do desporto com a vida académica. É ir mais além em cada modalidade patrocinada, apoiar as nossas seleções, fazer crescer as competições nacionais, valorizar o desporto feminino e desenvolver o desporto adaptado. É fazer do desporto um fator de integração social.

Porque, para os Jogos Santa Casa, o Desporto é para Todos.

Apoiamos Comités Olímpico e Paralímpico 18 Federações Desportivas + de 100 Seleções Nacionais

Atribuímos 375 Bolsas de Educação, no valor de + de 1 Milhão de Euros

www.jogossantacasa.pt

ENCOMENDAR GÁS DE FORMA FÁCIL? ESTÁ NA SUA MÃO

ESCOLHA
A HORA
DE ENTREGA
E O MEIO DE
PAGAMENTO













PRÁTICOS PARA A PRÁTICA DE UM ESTILO DE VIDA ATIVO



Cerca de 20 g de proteína

0% de açúcares adicionados

Baixo teor de gordura

Os pudins proteicos Continente são ideais para quem pratica desporto ou faz exercício físico com regularidade. Com cerca de 20 g de proteína, 0% de açúcares adicionados e baixo teor de gordura, são tão práticos como deliciosos.

Há 3 opções para saborear a qualquer altura do dia - Baunilha, Caramelo e Chocolate.

