



14ª Volta Portugal Cadetes
1ª Volta Portugal Femininas Sub-19
19/08/2022 - Prólogo
Alpiarça - 5km



Concentração: Agrupamento de Escolas de José Relvas, Av. da Casa do Povo, Alpiarça (GPS: 39°15'02.0"N 8°34'51.4"W)

Chegada: Rua Maestro Virgílio F. Venceslau, Alpiarça

Partida 1ª Atleta: 15h00

Km +	km -	Percurso		i	Horários de passagem		
					38 Km/h	40 Km/h	42 Km/h
0,0	5,0	KM 0 - Av. da Casa do Povo			15:00	15:00	15:00
0,1	4,9	Cruzamento á esquerda - Rua Maestro Virgílio F. Venceslau			15:00	15:00	15:00
1,9	3,1	Cruzamento à direita			15:03	15:02	15:02
3,1	1,9	Rua Dr. Ruy de Andrade			15:04	15:04	15:04
4,1	0,9	Cruzamento à direita			15:06	15:06	15:05
5,0	0,0	Meta Final - Rua Maestro Virgílio F. Venceslau - Alpiarça			15:07	15:07	15:07



14ª Volta Portugal Cadetes

20/08/2022 - 2ª Etapa

Almeirim » Benavente - 75,5km \ 660m D+



Concentração: Avenida D. João I, Almeirim (GPS: 39°12'43.4"N 8°37'03.7"W) - 09h00

Chegada: Av. Eng. António Calheiros Lopes - Benavente (GPS: 38°58'41.2"N 8°48'15.3"W)

Km +	km -	Percurso		i	Horários de passagem		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
0,0	3,3	Partida Simbólica: Avenida D. João I			10:45	10:45	10:45
0,1		Cruzamento à esquerda - Rua Doutor Mário Soares					
0,5		Rotunda em frente - Av. 25 de abril					
1,0		Cruzamento à esquerda - Rua Condessa da Junqueira					
1,4		Cruzamento à direita - Rua Padre António Vieira					
2,1		Rotunda à esquerda - EN 114					
3,1		Rotunda em frente - EN 114					
0,0	75,5	Partida Real: EN 114			11:00	11:00	11:00
1,5	74,0	Rotunda à esquerda p/ Coruche - EN 114			11:02	11:02	11:02
10,2	65,3	Raposa - Ponte - Passagem estreita			11:18	11:17	11:16
12,2	63,3	PM 3ª Cat. - Foros dos Biscaias			11:21	11:20	11:19
28,2	47,3	Rotunda em Frente - EN 114			11:49	11:47	11:44
28,6	46,9	MV - Coruche			11:50	11:47	11:45
28,8	46,7	Cruzamento à direita p/ Salvaterra - Rua Cap. Salgueiro Maia			11:50	11:48	11:45
29,5	46,0	Rotunda em frente - Rua Vinha do Chapéu			11:52	11:49	11:46
31,3	44,2	Cruzamento à direita p/ Salvaterra - N114-3			11:55	11:52	11:49
32,6	42,9	Passagem de Nivel			11:57	11:54	11:51
33,8	41,7	Fajarda			11:59	11:56	11:53
43,1	32,4	Várzea Fresca			12:16	12:11	12:08
46,5	29,0	Rotunda em frente p/ Salvaterra			12:22	12:17	12:13
48,6	26,9	Cruzamento à esquerda - Rua D. Leonor de Avelar			12:25	12:21	12:16
50,2	25,3	Rotunda em frente			12:28	12:23	12:19
54,3	21,2	Cruzamento à esquerda - N118			12:35	12:30	12:25
56,4	19,1	Benavente			12:39	12:34	12:29

56,7	18,8	Pela direita p/ Lisboa - N118			12:40	12:34	12:29
57,2	18,3	Cruz. à esq. p/ Santo Estevão - Rua Alvaro Rodrigues de Azevedo			12:40	12:35	12:30
57,6	17,9	MV - Benavente			12:41	12:36	12:30
65,1	10,4	Cruzamento à esquerda p/ Barrosa			12:54	12:48	12:42
69,0	6,5	PM 3ª Cat. - Benavente			13:01	12:55	12:48
69,2	6,3	Cruzamento à esquerda p/ Barrosa			13:02	12:55	12:49
75,1	0,4	Benavente			13:12	13:05	12:58
75,3	0,2	Rotunda em frente			13:12	13:05	12:58
75,5	0,0	Meta Final: Av. Eng. António Calheiros Lopes - Benavente			13:13	13:05	12:59



14ª Volta Portugal Cadetes 21/08/2022 - 3ª Etapa Santarém » Caldas da Rainha - 80,6km \ 1000m D+



Concentração: Av. D. Afonso Henriques - Santarém (GPS: 39°13'50.5"N 8°41'14.6"W) - 09h00

Chegada: Av. 1º de Maio, Caldas da Rainha (GPS:39°24'24.6"N 9°08'14.2"W)

Km +	km -	Percurso		i	Horários de passagem		
					34 Km/h	36 Km/h	38 Km/h
0,0	4,7	Partida Simbólica - Av. Dom Afonso Henriques			10:15	10:15	10:15
		Rotunda em frente - Av. do Brasil					
		Rotunda à esquerda					
		Rotunda à direita - Estrada de São Domingos					
		Rotunda em Frente - Rua Atriz Alda Rodrigues					
		Rotunda à direita - Av. Bernardo Serrano					
		Cruzamento à esquerda - Av. Bernardo Santareno					
		Rotunda em Frente - EN 3					
		Cruzamento à esquerda - EN 11					
0,0	80,6	Partida Real - EN 114			10:30	10:30	10:30
0,5	80,1	Rotunda em Frente - EN 114			10:30	10:30	10:30
1,9	78,7	Rotunda em Frente - EN 114			10:33	10:33	10:33
3,7	76,9	Perofilho			10:36	10:36	10:35
15,6	65,0	São João da Ribeira			10:57	10:56	10:54
24,1	56,5	Rotunda em frente p/ Caldas da Rainha - EN 114			11:12	11:10	11:08
24,7	55,9	Rio Maior			11:13	11:11	11:09
26,8	53,8	Cruzamento à esquerda p/ Caldas da Rainha - Av. 13 de Julho			11:17	11:14	11:12
27,3	53,3	Cruzamento à direita - Av. dos Combatentes - EN 1			11:18	11:15	11:13
27,9	52,7	Rotunda em Frente - Avenida dos Combatentes, EN 1			11:19	11:16	11:14
28,5	52,1	MV - Rio Maior			11:20	11:17	11:15
29,0	51,6	Rotunda em frente			11:21	11:18	11:15
29,6	51,0	Cruzamento à esquerda p/ Óbidos - EN 114			11:22	11:19	11:16
33,0	47,6	Sra. da Luz			11:28	11:25	11:22
33,8	46,8	Cruzamento à esquerda p/ A dos Francos			11:29	11:26	11:23
35,1	45,5	Rotunda em frente			11:31	11:28	11:25
35,5	45,1	Cruzamento à direita - EN 361			11:32	11:29	11:26

38,1	42,5	Landal			11:37	11:33	11:30
40,3	40,3	A dos Francos			11:41	11:37	11:33
41,2	39,4	Rotunda em Frente - EN 361			11:42	11:38	11:35
43,5	37,1	Início de Subida			11:46	11:42	11:38
44,5	36,1	PM 3ª Cat. - Painho			11:48	11:44	11:40
44,5	36,1	Cruzamento à direita p/ Caldas da Rainha - EN 115			11:48	11:44	11:40
46,0	34,6	Carreiros			11:51	11:46	11:42
54,2	26,4	Rotunda em Frente - EN 115			12:05	12:00	11:55
54,3	26,3	Início de Subida			12:05	12:00	11:55
55,1	25,5	PM 3ª Cat. - Alto das Gaeiras			12:07	12:01	11:57
55,3	25,3	Cruzamento à esquerda p/ Óbidos - EN 114			12:07	12:02	11:57
57,9	22,7	Casal do Zambujeiro			12:12	12:06	12:01
57,9	22,7	Rotunda à esquerda - EN 8			12:12	12:06	12:01
59,8	20,8	Óbidos			12:15	12:09	12:04
59,9	20,7	Cruzamento à direita p/ Lagoa de Óbidos - Estrada Real			12:15	12:09	12:04
60,7	19,9	Passagem de Nível			12:17	12:11	12:05
63,2	17,4	Carregal			12:21	12:15	12:09
63,6	17,0	Rotunda à direita - Estrada Nova, CM-1408			12:22	12:15	12:10
64,9	15,7	Trás do Outeiro			12:24	12:18	12:12

66,5	14,1	Rotunda á direita - Rua da Salgueirinha			12:27	12:20	12:14
67,0	13,6	Salgueirinha			12:28	12:21	12:15
67,5	13,1	Rua Tomás dos Santos (Passagem Estreita)			12:29	12:22	12:16
67,8	12,8	Na rotunda, à direita - Rua Cidade de Abrantes			12:29	12:22	12:17
68,0	12,6	Rotunda à Esquerda- Av. João Fragoso			12:29	12:23	12:17
68,7	11,9	Rotunda em frente - Av. Barata Feyo			12:31	12:24	12:18
68,9	11,7	Rotunda à esquerda, Estrada da Foz - EN 360			12:31	12:24	12:18
69,3	11,3	Cruzamento à direita p/ Complexo Desportivo			12:32	12:25	12:19
69,5	11,1	Rotunda em Frente - Avenida Yura Dobrynine			12:32	12:25	12:19
70,0	10,6	MV - Caldas da Raíña - Complexo Desportivo			12:33	12:26	12:20
70,1	10,5	Rotunda à esquerda - Av. Vasco da Gama			12:33	12:26	12:20
71,3	9,3	Cruzamento à direita, Estrada da Foz - EN 360			12:35	12:28	12:22
71,7	8,9	Rotunda em Frente - Estrada da Foz - EN 360			12:36	12:29	12:23
73,8	6,8	Rotunda á direita p/ Zambujeiro- Ruas das Pedreiras			12:40	12:33	12:26
74,7	5,9	Rotunda à direita p/ Caldas da Rainha			12:41	12:34	12:27
76,8	3,8	Rotunda em frente - Av. Atlântica			12:45	12:37	12:31
77,2	3,4	Rotunda em frente			12:46	12:38	12:31
78,9	1,7	Rotunda em Frente - Av. Infante Dom Henrique			12:49	12:41	12:34
79,2	1,4	Rotunda em frente, Av. Infante Dom Henrique			12:49	12:41	12:35
79,5	1,1	Rotunda à direita - Av. Prof. Adelino Mamede de Oliveira			12:50	12:42	12:35
79,8	0,8	Rotunda à esquerda - Rua Prof. Manuel José António			12:50	12:42	12:35
80,1	0,5	Cruzamento à direita - Rua da Estação (passagem estreita)			12:51	12:43	12:36
80,4	0,2	Rotunda pela esquerda - Av. 1º de Maio			12:51	12:44	12:36
80,6	0,0	Meta Final - Av. 1º de Maio - Caldas da Rainha			12:52	12:44	12:37