

PERCURSO DAS PROVAS

TRIATLO DE COMPETIÇÃO

Natação - 1 000 metros - Praia da Ribeira → Praia da Ribeira

Ciclismo - 44 Km
Praia da Ribeira (Hotel Baía)
Av. D. Carlos
Estrada da Boca do Inferno
Estrada Marginal
Guia
Cabo Raso
Guincho
Malveira da Serra
Cruzamento para Estrada Nº 247-4
Azoia
Cabo da Roca
Retorno pelo mesmo percurso

Corrida - 11 Km
Praia da Ribeira (Hotel Baía)
Alameda Comb. Grande Guerra
Rua Frederico Arouca
Rua Sebastião J.C. Melo
Largo da Estação
Estrada Marginal
Estoril
Av. dos Bombeiros Voluntários
Av. da República
Estrada Nº 6 - 8
Retorno junto ao Alcoitão
Estrada Nº 6-8
Av. da República
Av. Portugal
Casino Estoril (traseiras)
Av. Aida
Estrada Marginal
Rotunda de Cascais
Al. Combatentes Grande Guerra
Praia da Ribeira (Hotel Baía)

TRIATLO DE PROMOÇÃO

Natação - 500 metros - Praia da Ribeira → Praia da Ribeira

Ciclismo - 5 Km
mesmo percurso que no Triatlo de Competição, mas com retorno na Malveira da Serra.

Corrida - 5 Km
mesmo percurso que o Triatlo de Competição até ao Estoril
Av. Clotilde
Casino Estoril (traseiras)
Av. Aida
Estrada Marginal
Rotunda de Cascais
Alameda Combat. G. Guerra
Praia da Ribeira (Hotel Baía)