



SOCIEDADE INSTRUÇÃO E RECREIO  
**JANES E MALVEIRA**

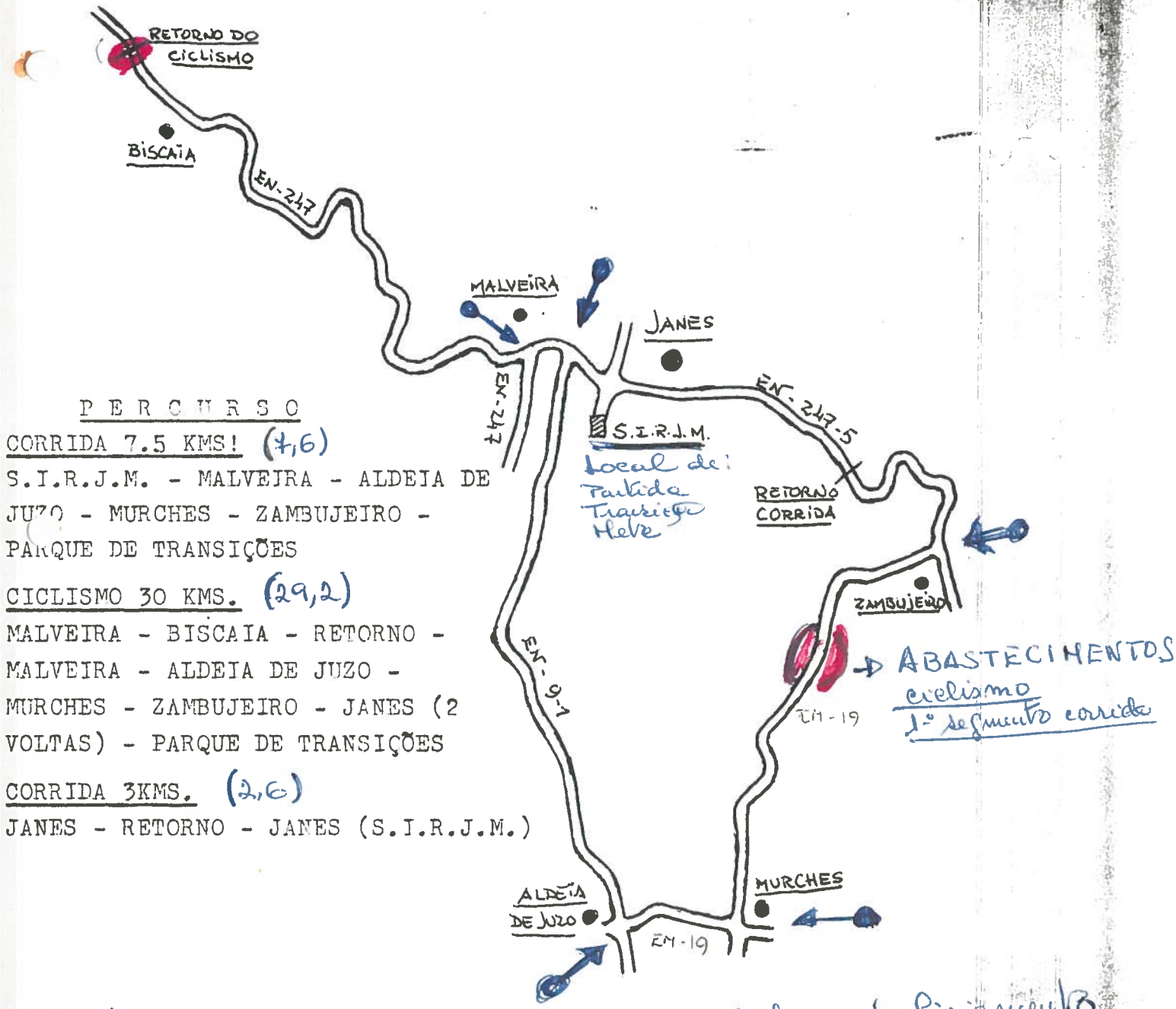
Fundada a 4 de Janeiro de 1938

Telef. 285 2570

JANES — 27 50 CASCAIS

2º

**DUATLO DE JANES**



- PERCURSO
- CORRIDA 7.5 KMS! (7,6)  
 S.I.R.J.M. - MALVEIRA - ALDEIA DE JUZO - MURCHES - ZAMBUJEIRO - PARQUE DE TRANSIÇÕES
  - CICLISMO 30 KMS. (29,2)  
 MALVEIRA - BISCAIA - RETORNO - MALVEIRA - ALDEIA DE JUZO - MURCHES - ZAMBUJEIRO - JANES (2 VOLTAS) - PARQUE DE TRANSIÇÕES
  - CORRIDA 3KMS. (2,6)  
 JANES - RETORNO - JANES (S.I.R.J.M.)

→) - Pontos p se deseja maior cuidado e policiamento devido ao trânsito.

→ ABASTECIMENTOS ciclismo 1º segmento corrida



SOCIEDADE INSTRUÇÃO E RECREIO  
**JANES E MALVEIRA**

Fundada a 4 de Janeiro de 1938

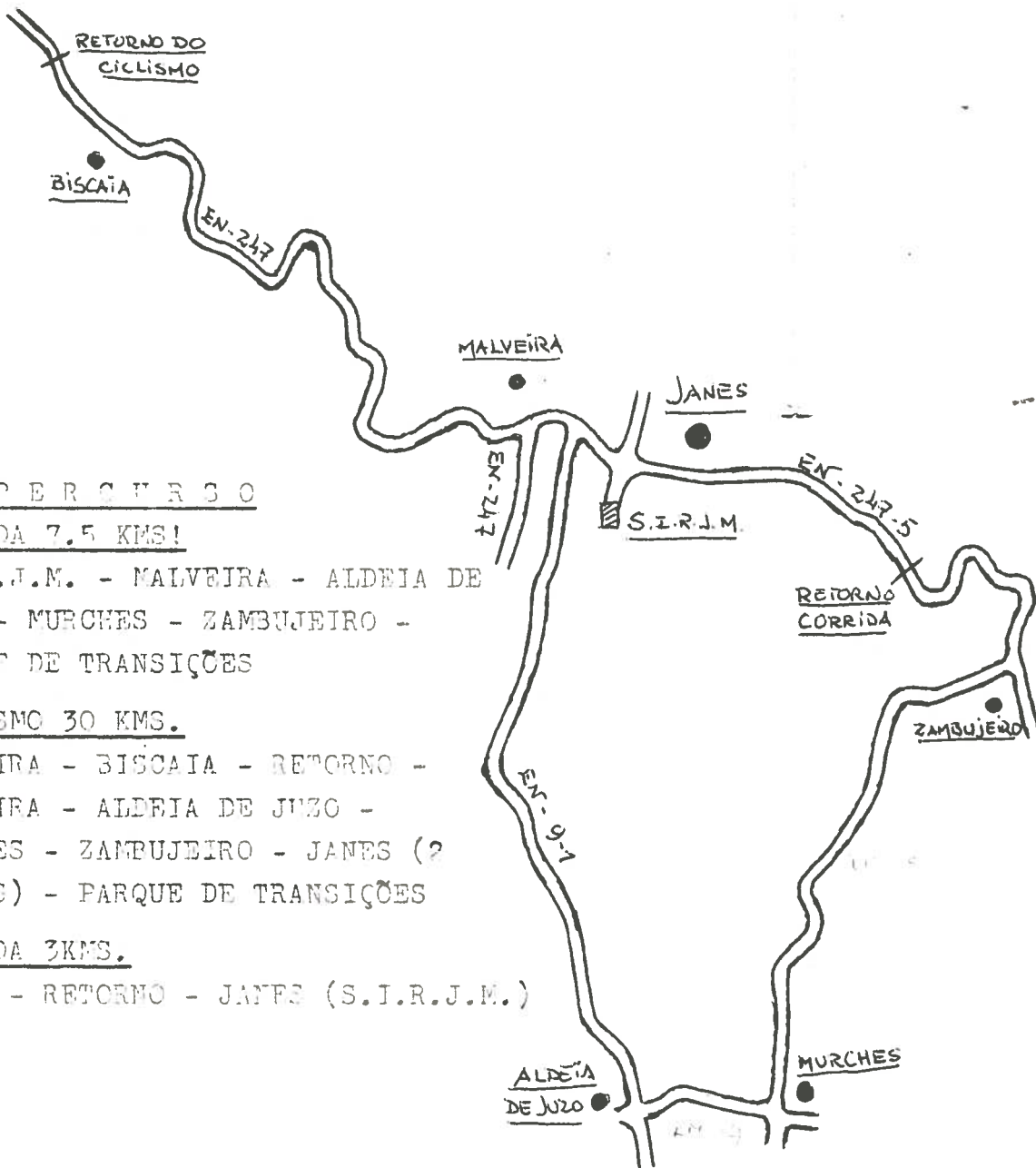
Telef. 285 25 70

JANES — 27 50 CASCAIS

**F. T. P.**  
*F. T. P.*

2°

## DUATLO DE JANES



PERCURSO

CORRIDA 7.5 KMS!

S.I.R.J.M. - MALVEIRA - ALDEIA DE JUZO - MURCHES - ZAMBUJEIRO - PARQUE DE TRANSIÇÕES

CICLISMO 30 KMS.

MALVEIRA - BISCAIA - RETORNO - MALVEIRA - ALDEIA DE JUZO - MURCHES - ZAMBUJEIRO - JANES (2 VOLTAS) - PARQUE DE TRANSIÇÕES

CORRIDA 3KMS.

JANES - RETORNO - JANES (S.I.R.J.M.)