



#tok'andar

circuito de caminhadas

2018

14^o edição

abril

8 abril

Percurso **ROTA DOS VEADOS**
 Distância **14km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Sociedade Rec. da Cabeça Veada
Cabeça Veada
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 938 862 486 | 933 121 093
Soc. Rec. da Cabeça Veada

15 abril

Percurso **ROTA DOS MOINHOS**
 Distância **12km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
G.R. da Corredoura
Corredoura
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 939 465 009
G.R. da Corredoura

22 abril

Percurso **ROTA DO ALECRIM**
 Distância **12km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Clube Desportivo de S.Bento
S. Bento
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 968 165 263
Clube Desportivo de S.Bento

25 abril 4^afeira

Percurso **FONTE do VALE & VALE da FONTE**
 Distância **8km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Campo de Futebol Bezerra
(início da Ecopista) Bezerra
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 910 998 844
Associação Vertigem

29 abril

Percurso **TRILHOS DO ALECRIM**
 Distância **10km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Grupo Rec. Desp. de Serro Ventoso
Serro Ventoso
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 963 292 319 | 960 499 552
Grupo Rec. Desp. de Serro Ventoso

maio

1 maio 3^afeira

Percurso **ROTA DA MORCELA**
 Distância **11km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Casa do Povo do Alqueidão da Serra
Alqueidão da Serra
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 938 260 348 | 244 491 080
Casa do Povo do Alqueidão da Serra

6 maio

Percurso **ROTA DOS CANDEIROS**
 Distância **11km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Capela de São Silvestre
Serro Ventoso
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 968 031 557 | 964 629 960
Comissão de Festas de S.Silvestre

13 maio

Percurso **ROTA DA LAPA**
 Distância **12km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Ass. Rec. Cul. Desp. de Mendiga
Mendiga
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 910 293 667
A.R.C.D.Mendiga

20 maio

Percurso **ROTA À GRUTA DE ST.º ANTÓNIO**
 Distância **8km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Escola primária
Alvados
 Concentração **9.30h**
 Partida **10h**
Inscrição obrigatória
 963 169 427
Associação Porto de Mós Correr

27 maio

Percurso **"O QUE NOS LIGA - 50 ANOS"**
 Distância **10km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Parque Almirante Vitor T. Crespo
Porto de Mós
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 913 484 078
**Liga Portuguesa Contra o Cancro/
 Município de Porto de Mós**

junho

3 junho

Percurso **ROTA DA MATA**
 Distância **9km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Clube União Mirense
Mira de Aire
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 919 177 145
Clube União Mirense

10 junho

Percurso **O CAMINHO DOS PORTUGUESES PARA A BATALHA REAL**
 Distância **7km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Praça da República, Porto de Mós
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 244 480 062
CIBA Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota

17 junho

Percurso **TRILHO DO CASTEJEJO**
 Distância **12km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Centro de Atividades ao Ar Livre
Alvados
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 938 455 943 | 934 919 803
Trilho do Castelejo

24 junho

Percurso **WALK TO WALK**
 Distância **10km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Parque Almirante Vitor T. Crespo
Porto de Mós
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 914 916 212
Grupo de Caminhada Walk to Walk

julho

1 julho

Percurso **ROTA DO AREEIRO**
 Distância **14km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Parque de Campismo
Pedreiras
 Concentração **8.30h**
 Partida **9.00h**
Inscrição obrigatória
 961 085 079 | 966 540 774
Comissão de Pais do C. Escolar
das Pedreiras / A. Cult. de Pedreiras

8 julho

Percurso **JUNCAL EM ANDAMENTO**
 Distância **10km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Largo da Igreja de S. Miguel
Juncal
 Concentração **8h**
 Partida **8.30h**
Inscrição obrigatória
 916 216 763
U.R. e Desportiva Juncalense

15 julho

Percurso **ROTA DA FONTE**
 Distância **10km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
Associação Serra D'Aire -T. L.C. e D.
Marinha da Mendiga
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 919 356 090 | 965 139 748
Associação Serra D'Aire -Tempos Livres, Cultura e Desporto

22 julho

Percurso **ROTA DOS OLEIROS**
 Distância **10km**
 Dificuldade **Média**
 Local de partida
C. Cultural Recreativo D. Fuas
Fonte Oleiro
 Concentração **8.30h**
 Partida **9h**
Inscrição obrigatória
 917 732 194 | 916 509 876
C. C. R. Dom Fuas



partilhe nas redes sociais

#tokandar2018



Não esquecer:
 Calçado confortável
 Roupa confortável
 Água
 Protetor Solar
 Chapéu



+inf. 244 499 657 | desporto@municipio-portodemos.pt
 www.municipio-portodemos.pt