

ROTA 2012 30 km

26 de maio

Douro - Sul lamego

percurso LAMEGO - SÃO MARTINHO DE MOUROS - LAMEGO

08h30 Concentração Av. Visconde Guedes Teixeira,
Monumento dos Combatentes (Chico do Pinto) em Lamego.

09h00 Início da atividade

19h00 Fim da atividade

Dificuldade Grau Médio/Elevado

Desníveis Cota mín 440 mts
Cota max: 1091 mts

Organização - Contactos:

Email: geral@tenisclubelamego.com ;
ruidramos@gmail.com

Telfs: 918369750 - Rui Ramos;
962354381 - João Diogo

www.tenisclubelamego.com
www.cml-marchacorrida.org



Responsabilidades dos Participantes

- Material necessário às condições do percurso e meteorológicas;
- Condição física e estado de saúde em conformidade com as exigências da caminhada;
- Seguro de acidentes pessoais;



Lamego
ConVida

Gestão de Equipamentos Municipais, E.E.M.



CAOS

Círculo de Actividades Oxigénio & Sol

