



# **IX DUATLO DE ARRONCHES**

**Campeonato Nacional de Clubes / CN de Cadetes e Juniores**

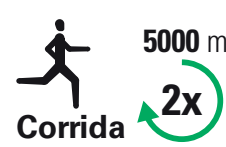
## **PERCURSOS**

11 de Fevereiro de 2017


# IX DUATLO DE ARRONCHES

## CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:




 P. DE TRANSIÇÃO

 Tenda médica

P


WC / Balneários

 Secretariado

 RECUPERAÇÃO

 META

Estádio Municipal

 ABASTECIMENTO

 PARTIDA

ARRONCHES

100 m



# IX DUATLO DE ARRONCHES

CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:



1ª. Corrida

5000 m

2x

1ª. Volta



1ª. CORRIDA  
5000 m  
2 voltas



P. DE TRANSIÇÃO

2ª. volta



ABASTECIMENTO - 2ª. volta



PARTIDA

ARRONCHES

Rua A

Rua João Da Ponte Cabreira

R. Dom Afonso III

Caleja de Santo António

R. De Edmundo Curvelo

R. n.º 1 Bairro João Chagas

200 m



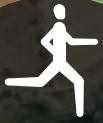
# IX DUATLO DE ARRONCHES

## CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:




2ª. Volta



1ª. CORRIDA  
5000 m  
2 voltas

 P. DE TRANSIÇÃO

Troço de ligação  
à transição

 ABASTECIMENTO - 2ª. volta

ARRONCHES

Rua A

Rua João Da Ponte Cabreira

Caleja de Santo António

R. De Edmundo Curvelo

R. n° 1 Bairro João Chagas

200 m



# IX DUATLO DE ARRONCHES

CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:



1ª. Corrida

5000 m

2x



Ciclismo

1x

20 500 m



  
**CICLISMO**  
20 500 m  
1 volta

  
**1ª. CORRIDA**  
5000 m  
2 voltas

 **P. DE TRANSIÇÃO**

**Linha de Monta**

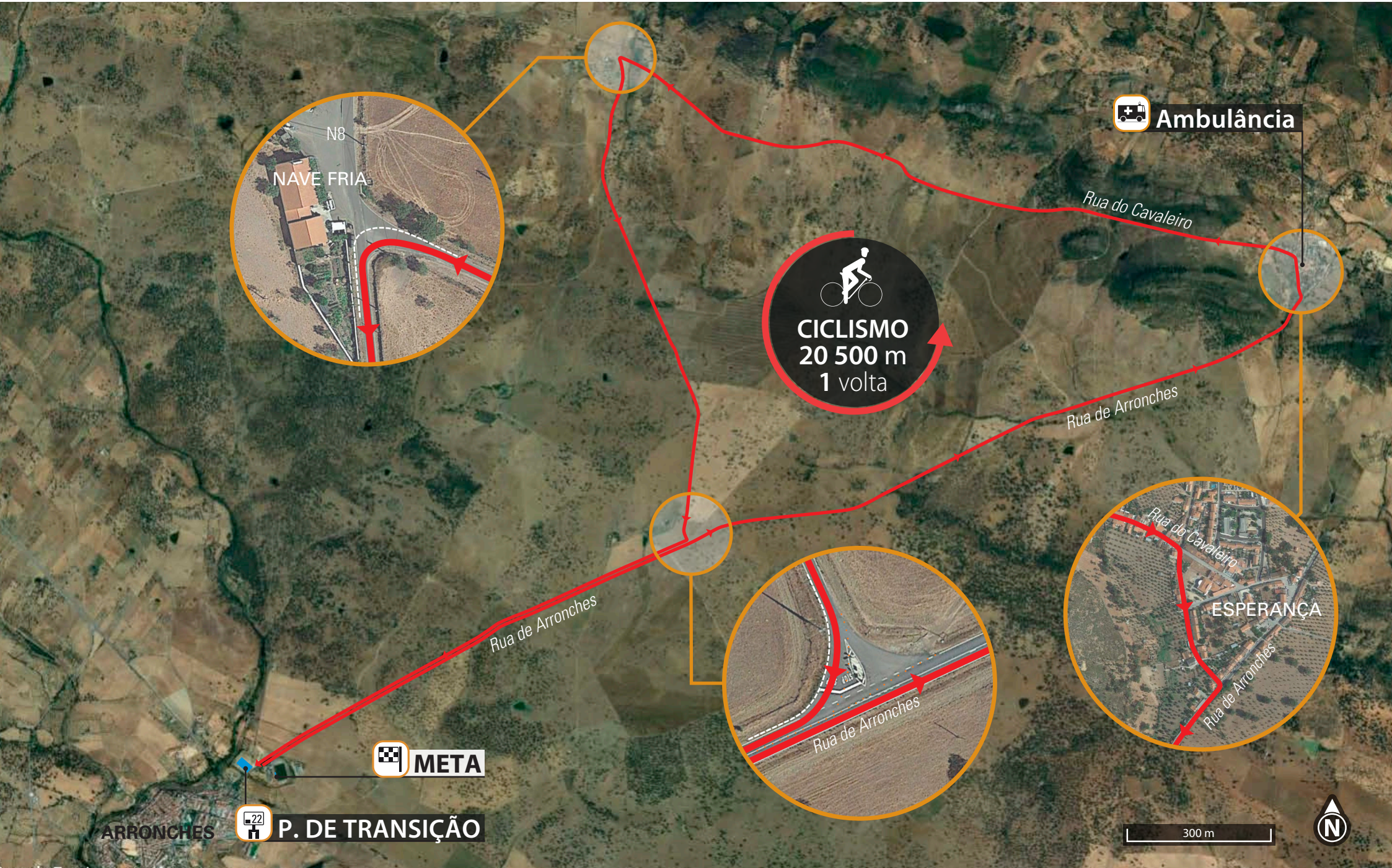
60 m



# IX DUATLO DE ARRONCHES

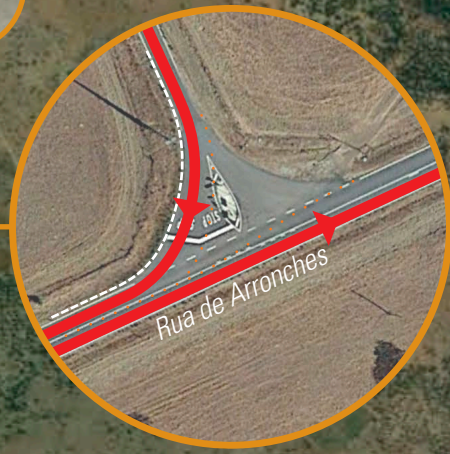
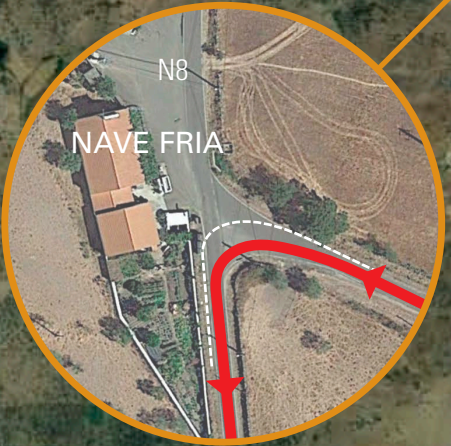
CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:



Ambulância

**CICLISMO**  
20 500 m  
1 volta



META

P. DE TRANSIÇÃO

300 m



# IX DUATLO DE ARRONCHES

CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:



2ª. CORRIDA  
2500 m  
1 volta

CICLISMO  
20 500 m  
1 volta

60 m



# IX DUATLO DE ARRONCHES

CN de Clubes / CN de Cadetes e Juniores

DISTÂNCIAS:



2ª. Corrida

2500 m

1x

Retorno



2ª. CORRIDA  
2500 m  
1 volta



RECUPERAÇÃO



ABASTECIMENTO



P. DE TRANSIÇÃO



META

200 m

