



XXI DUATLO DAS LEZÍRIAS

Campeonato Nacional Jovem de Clubes

PERCURSOS

28 de Janeiro de 2017

DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - ACESSOS

DUATLO:



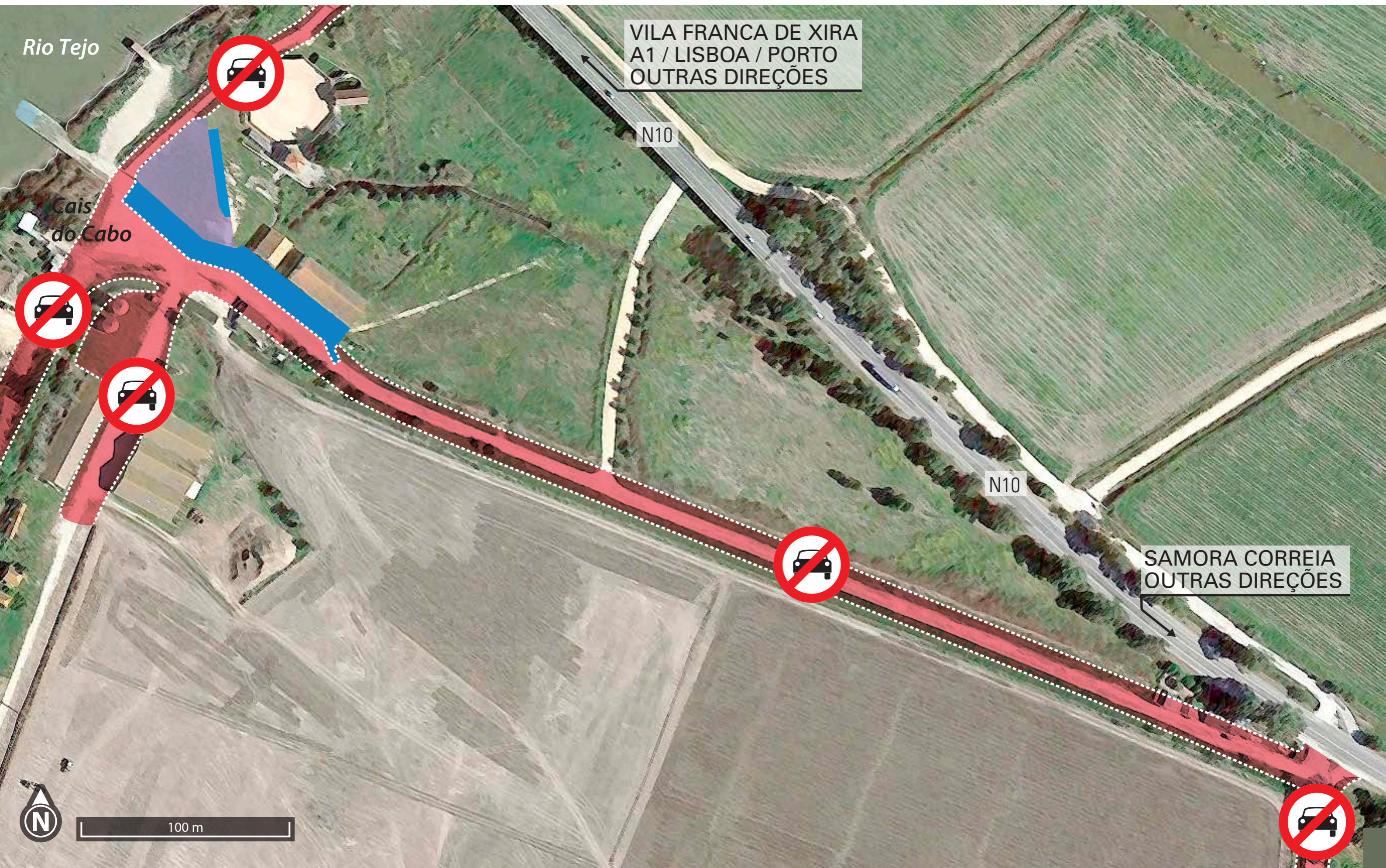
1ª. Corrida



Ciclismo



2ª. Corrida



Rio Tejo



VILA FRANCA DE XIRA
A1 / LISBOA / PORTO
OUTRAS DIREÇÕES

N10

Cais
do Cabo



N10



SAMORA CORREIA
OUTRAS DIREÇÕES



100 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - VENUE

DUATLO:



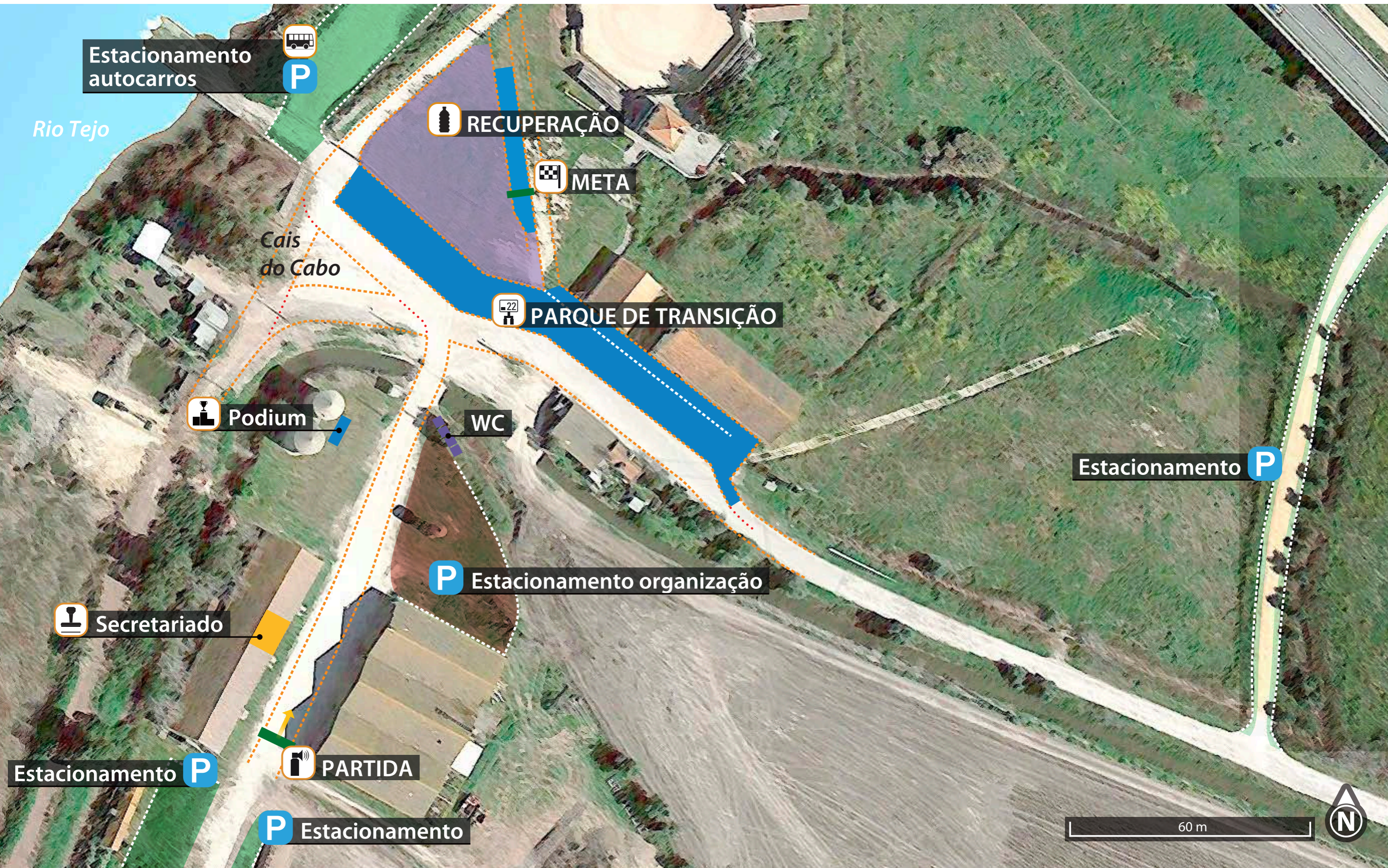
1ª. Corrida



Ciclismo



2ª. Corrida



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - BENJAMINS

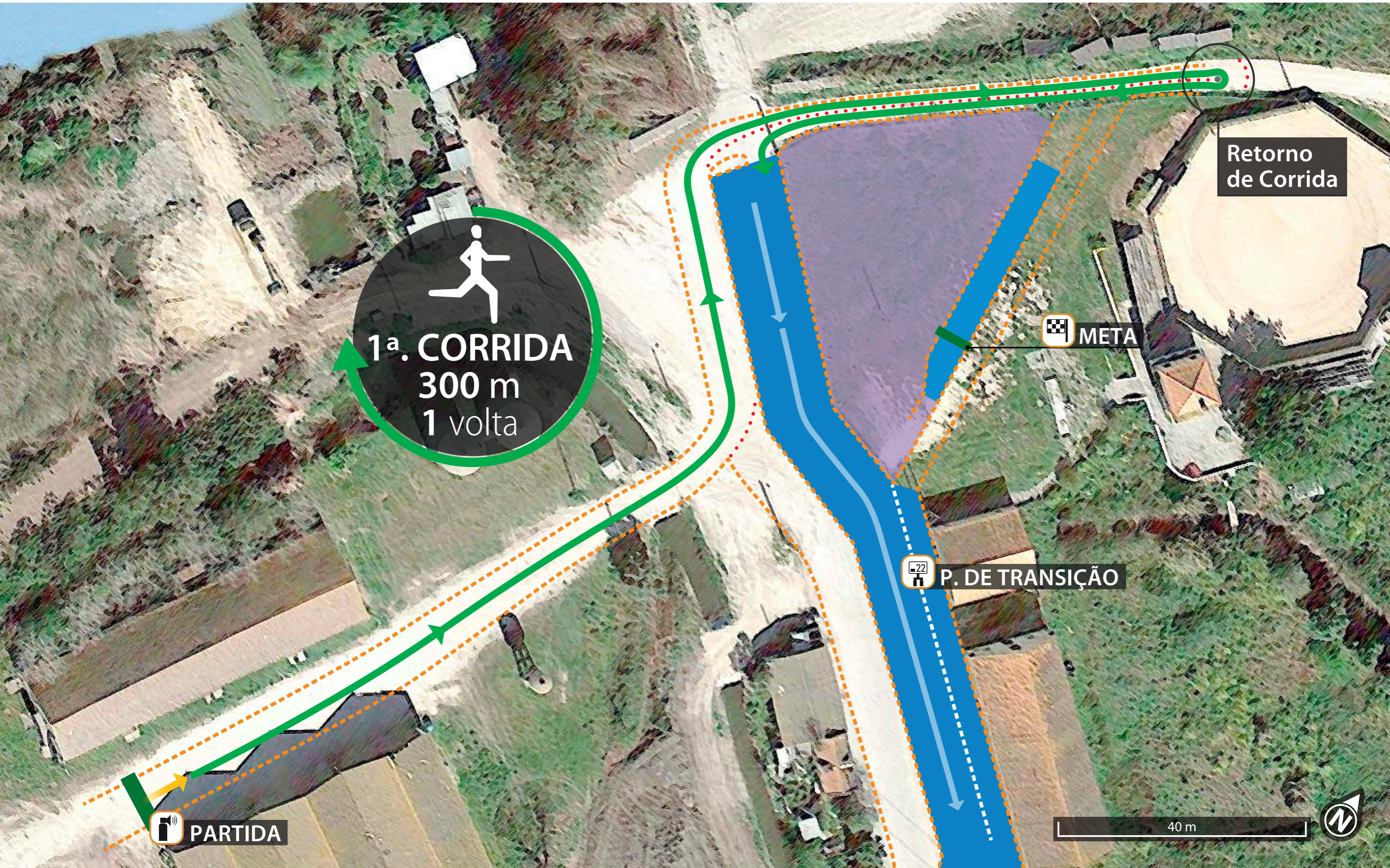
DISTÂNCIAS:
BENJAMINS



1ª. Corrida

300 m

1x




1ª. CORRIDA
300 m
1 volta

Retorno
de Corrida

 META

 P. DE TRANSIÇÃO

 PARTIDA

40 m



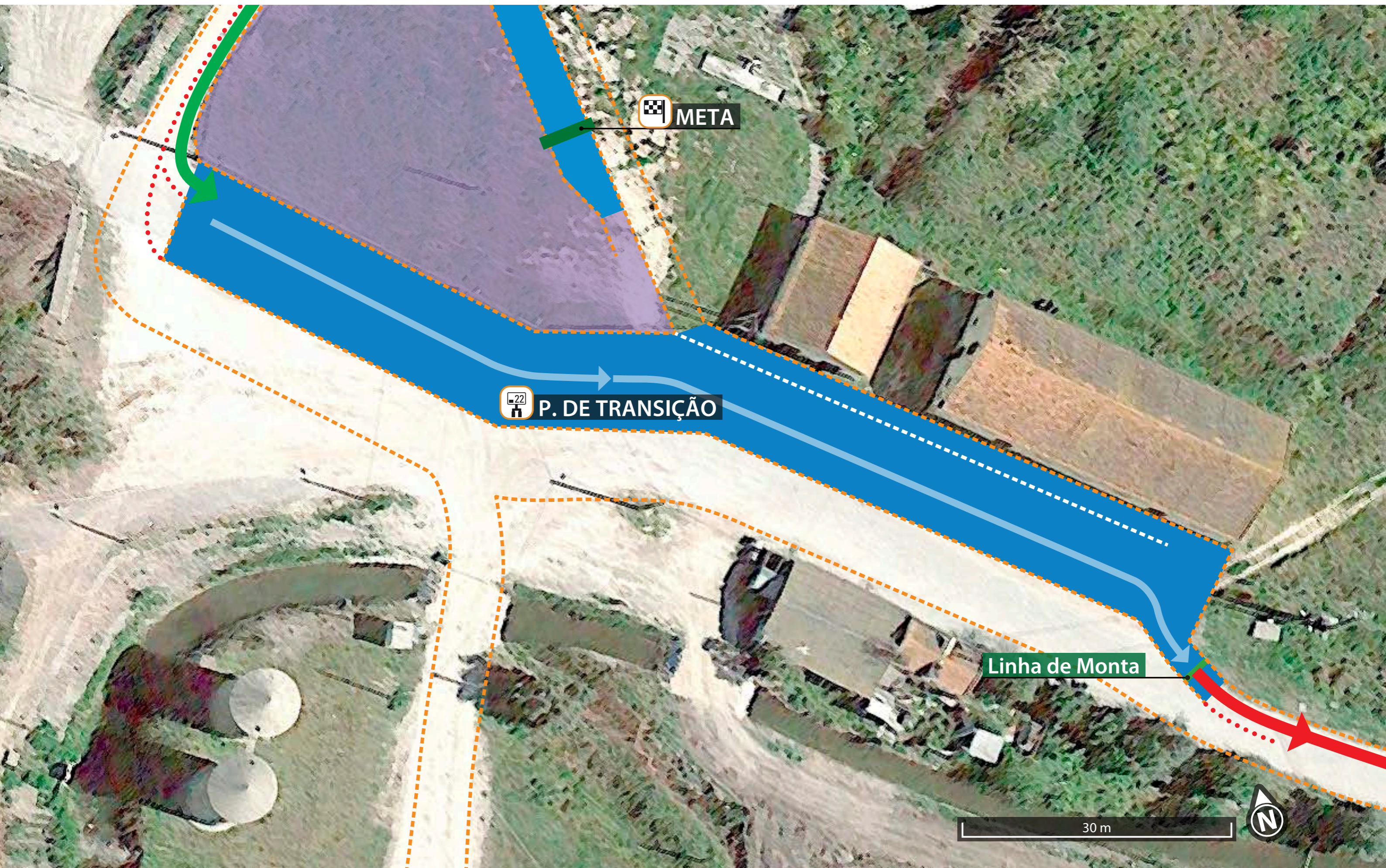
DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - BENJAMINS

DISTÂNCIAS:
BENJAMINS

1ª. Corrida 

Ciclismo 



 META

 P. DE TRANSIÇÃO

Linha de Monta

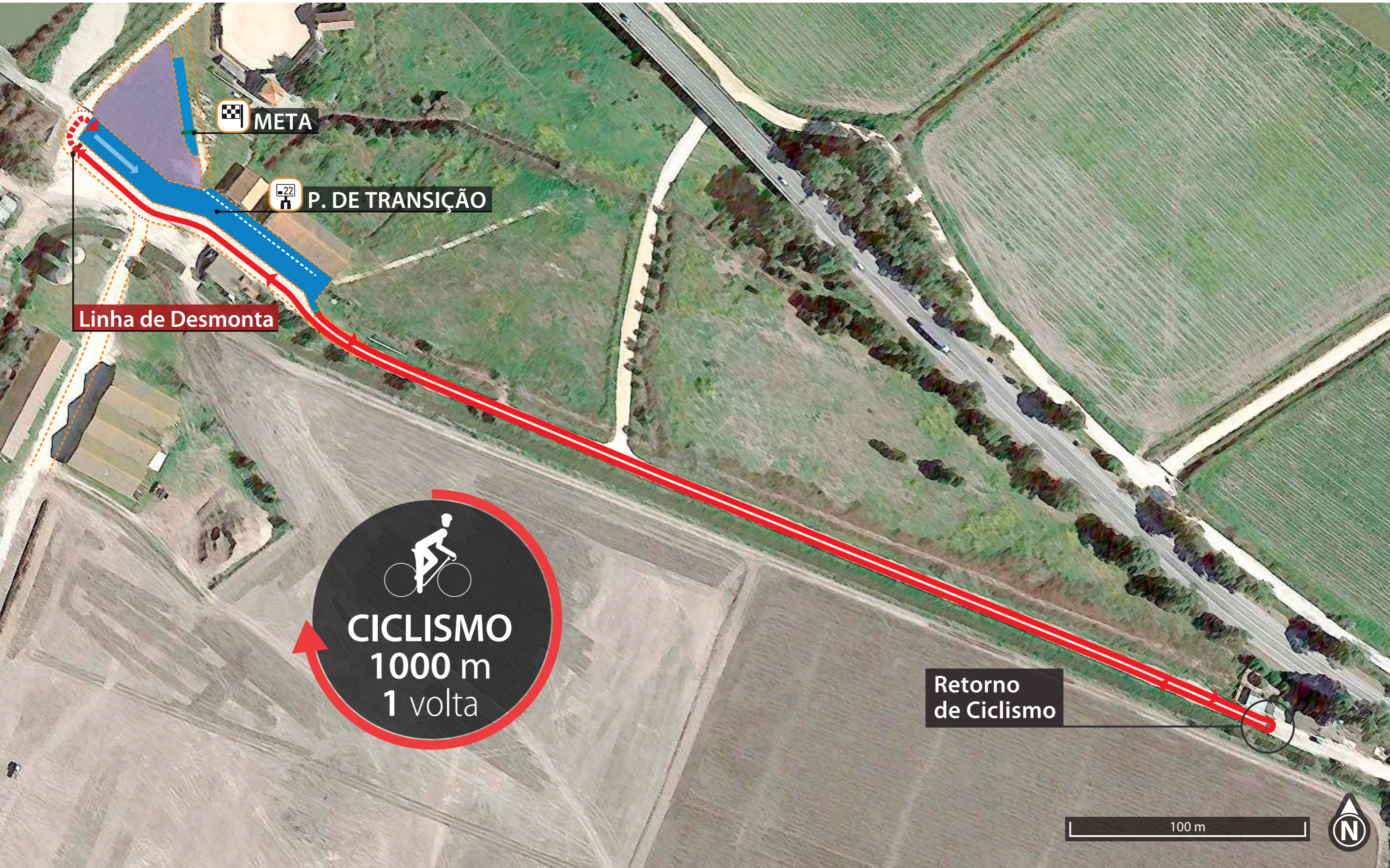
30 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - BENJAMINS

DISTÂNCIAS:
BENJAMINS



META

P. DE TRANSIÇÃO

Linha de Desmonta

CICLISMO
1000 m
1 volta

Retorno
de Ciclismo

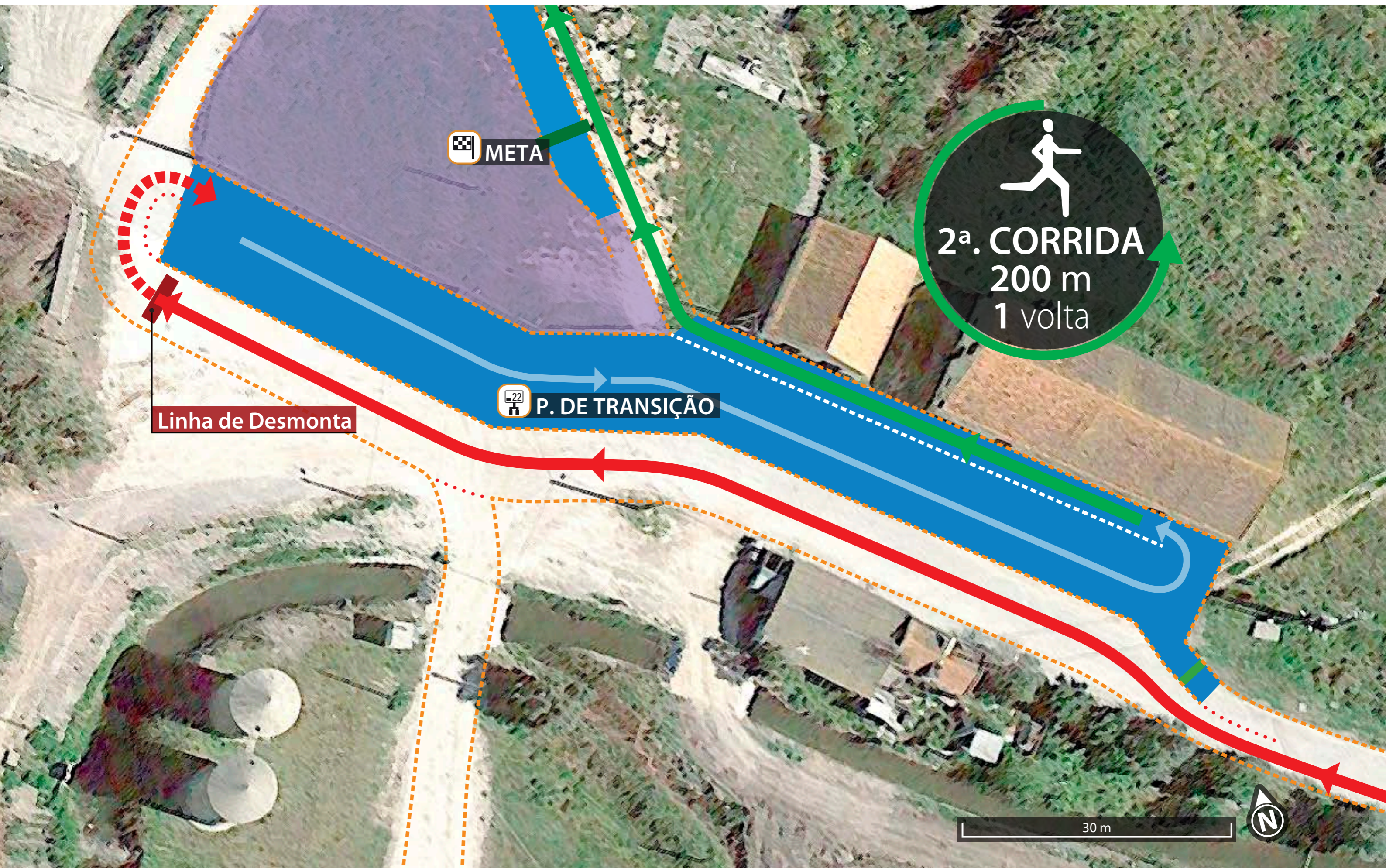
100 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - BENJAMINS

DISTÂNCIAS:
BENJAMINS



META

P. DE TRANSIÇÃO

Linha de Desmonta

2ª. CORRIDA
200 m
1 volta

30 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - BENJAMINS

DISTÂNCIAS:
BENJAMINS



2ª. Corrida

200 m

1x



Retorno
de Corrida


2ª. CORRIDA
200 m
1 volta

 META

 RECUPERAÇÃO

 P. DE TRANSIÇÃO

30 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INFANTIS

DISTÂNCIAS:
INFANTIS



1ª. Corrida

800 m
1x




1ª. CORRIDA
800 m
1 volta

 META

 P. DE TRANSIÇÃO

 PARTIDA

Retorno
de Corrida


70 m



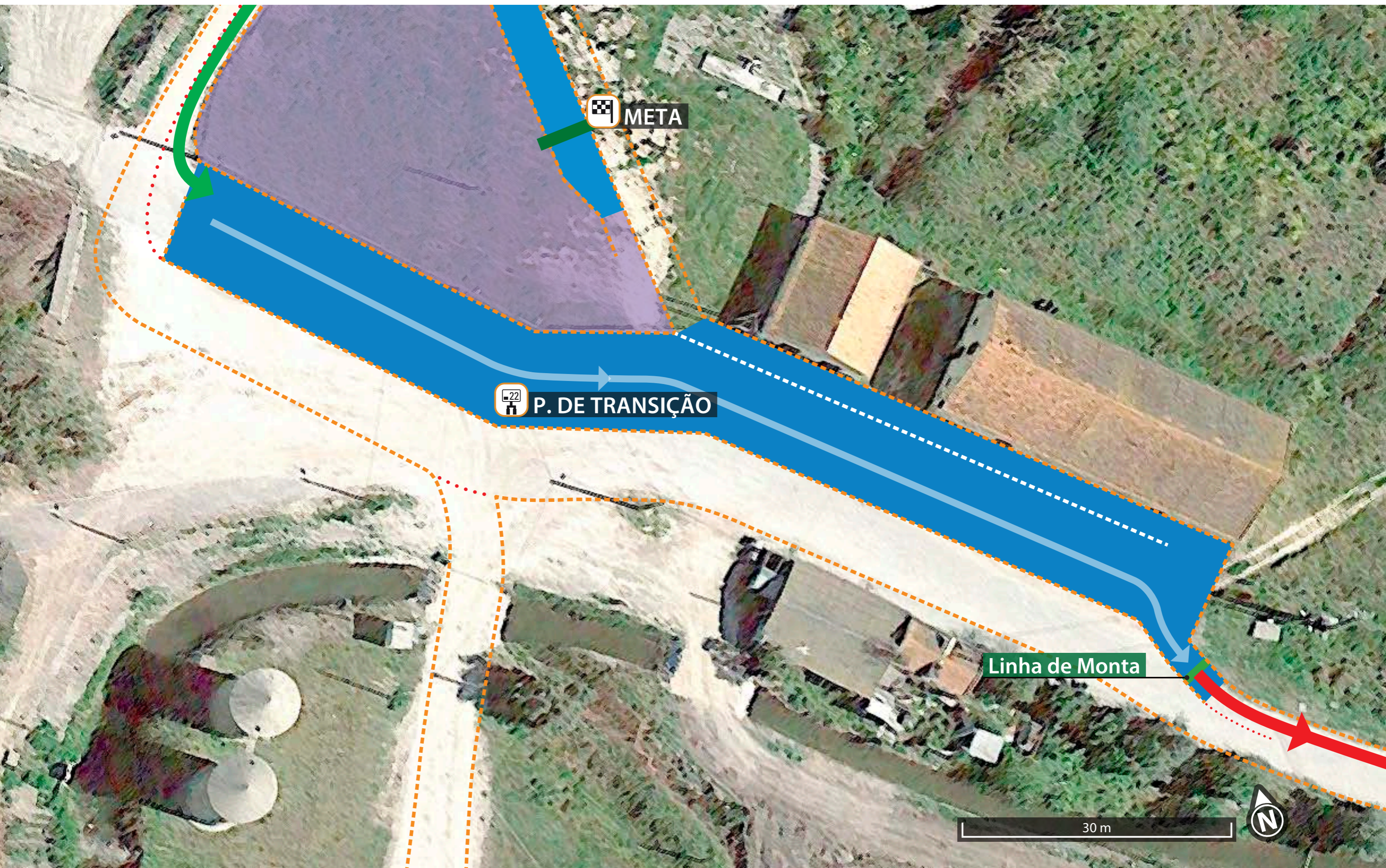
DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INFANTIS

DISTÂNCIAS:
INFANTIS

1ª. Corrida 

Ciclismo 



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INFANTIS

DISTÂNCIAS:
INFANTIS



 META

 P. DE TRANSIÇÃO

Linha de Desmonta


CICLISMO
2000 m
1 volta

Retorno
de Ciclismo

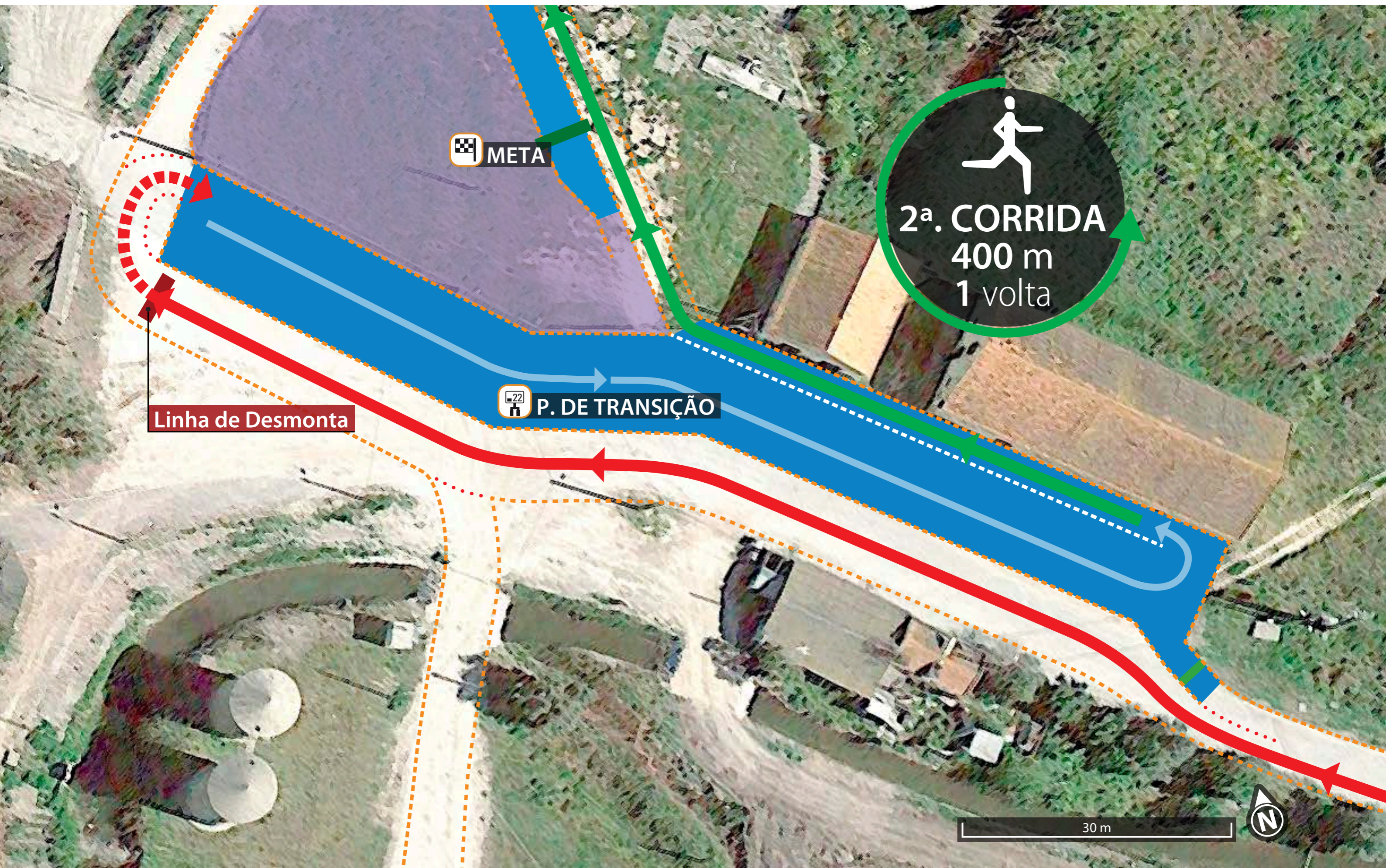
100 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INFANTIS

DISTÂNCIAS:
INFANTIS



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INFANTIS

DISTÂNCIAS:
INFANTIS



2ª. Corrida

400 m



Retorno
de Corrida

 RECUPERAÇÃO

 META

 P. DE TRANSIÇÃO


2ª. CORRIDA
400 m
1 volta

70 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INICIADOS

DISTÂNCIAS:
INICIADOS



1ª. Corrida

1000 m
1x



META

1ª. CORRIDA
1000 m
1 volta

P. DE TRANSIÇÃO

Retorno
de Corrida

PARTIDA

80 m



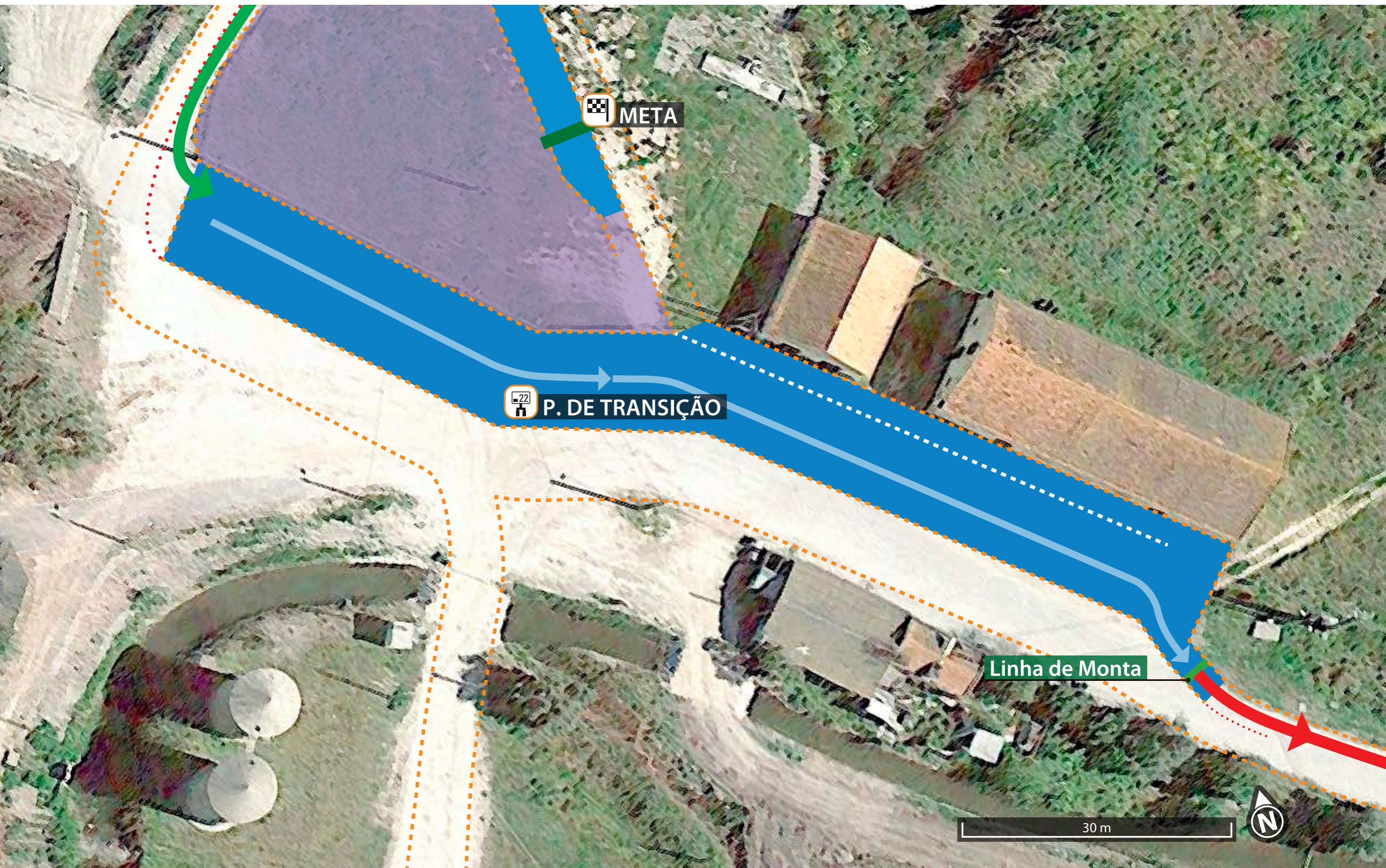
DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INICIADOS

DISTÂNCIAS:
INICIADOS

1ª. Corrida 

Ciclismo 



 META

 P. DE TRANSIÇÃO

Linha de Monta

30 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INICIADOS

DISTÂNCIAS:
INICIADOS



 META

 P. DE TRANSIÇÃO

Linha de Desmonta


CICLISMO
4000 m
1 volta

Retorno
de Ciclismo

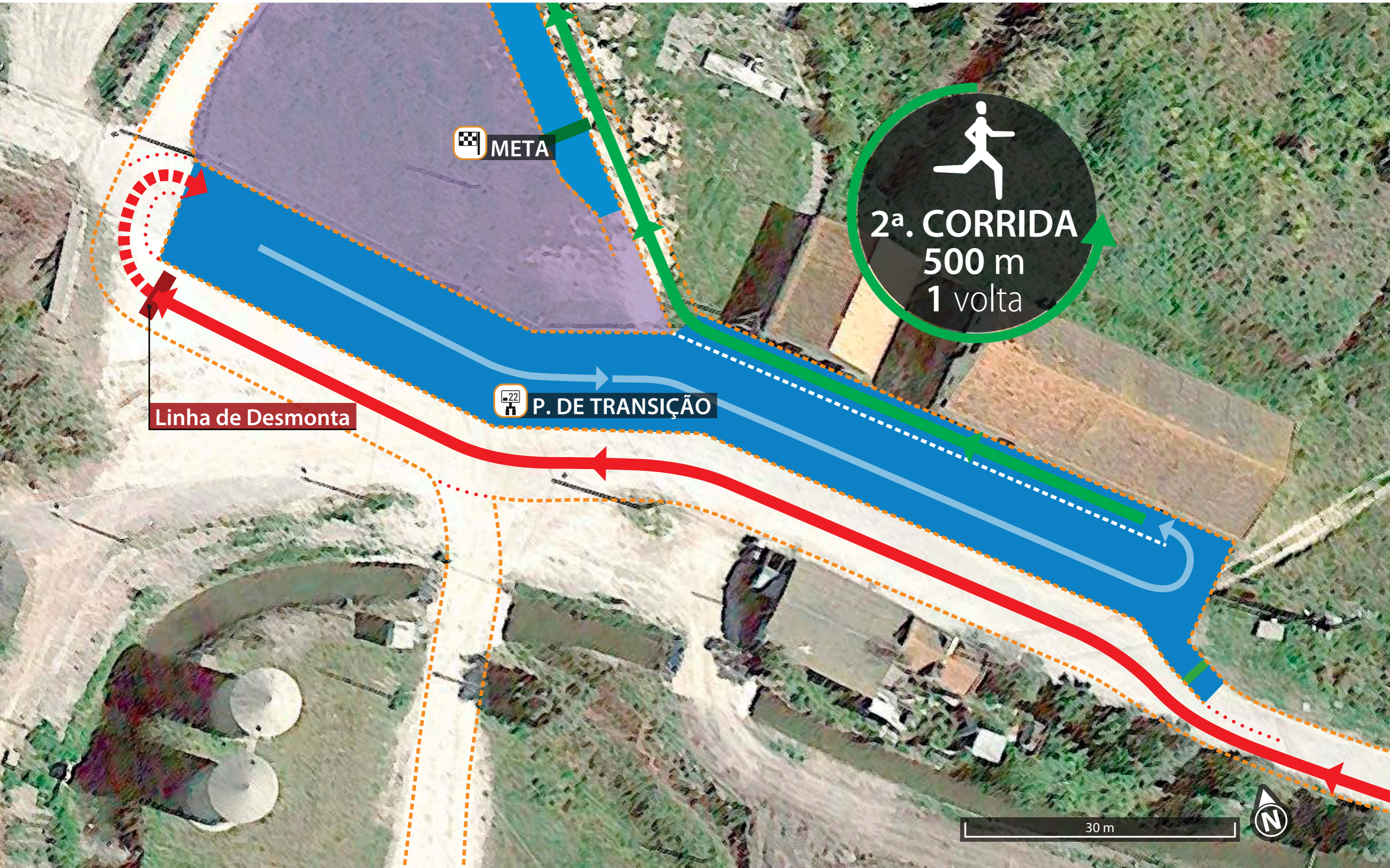
300 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INICIADOS

DISTÂNCIAS:
INICIADOS



META

2ª. CORRIDA
500 m
1 volta

Linha de Desmonta

P. DE TRANSIÇÃO

30 m

DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - INICIADOS

DISTÂNCIAS:
INICIADOS



2ª. Corrida

500 m

1x



Retorno
de Corrida

RECUPERAÇÃO

META

P. DE TRANSIÇÃO

2ª. CORRIDA
500 m
1 volta

80 m



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - JUVENIS

DISTÂNCIAS:
JUVENIS



1ª. Corrida

2000 m

1x



 PARTIDA

 META

 P. DE TRANSIÇÃO


1ª. CORRIDA
2000 m
1 volta

Retorno
de Corrida

100 m



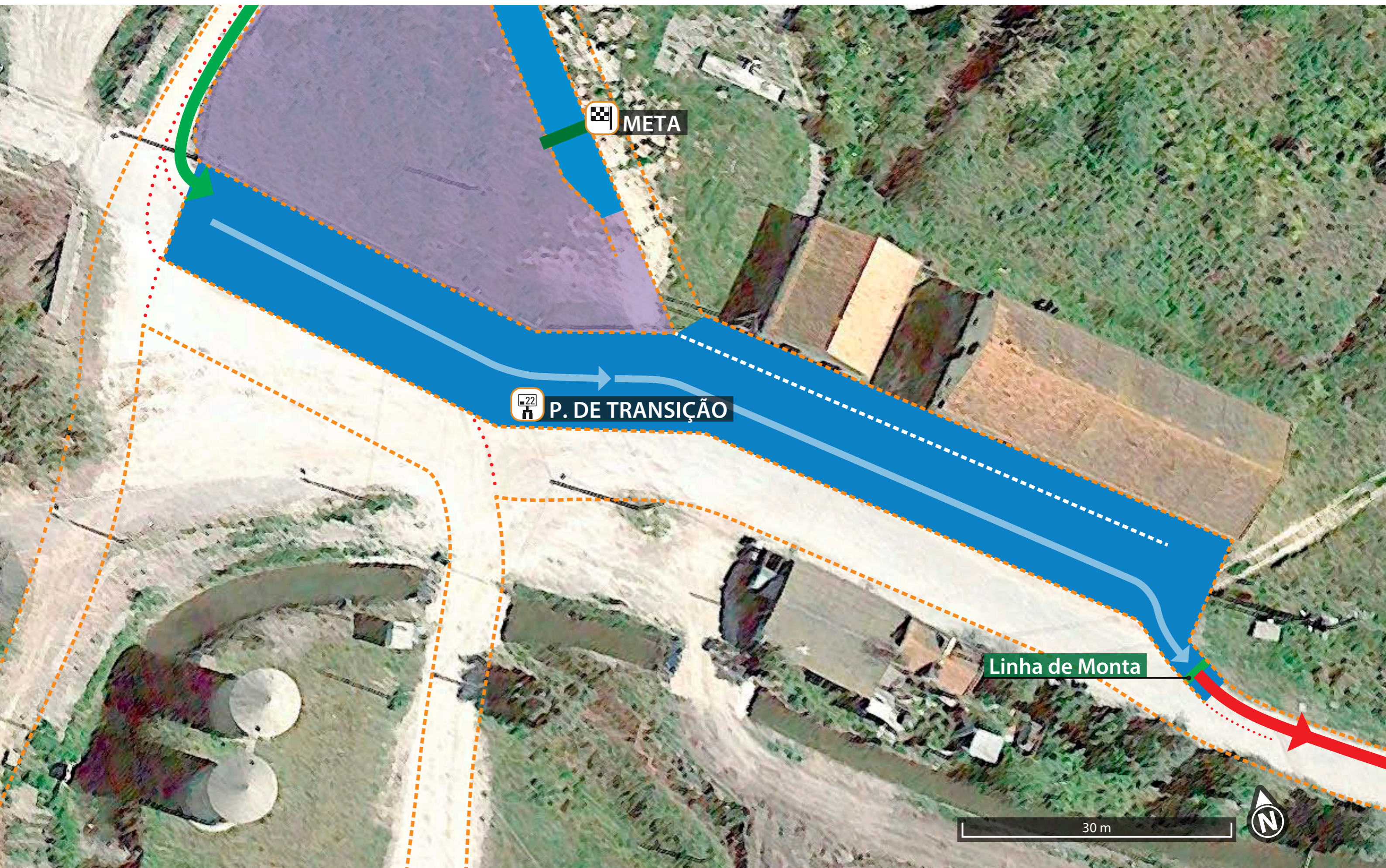
DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - JUVENIS

DISTÂNCIAS:
JUVENIS

1ª. Corrida  2000 m 

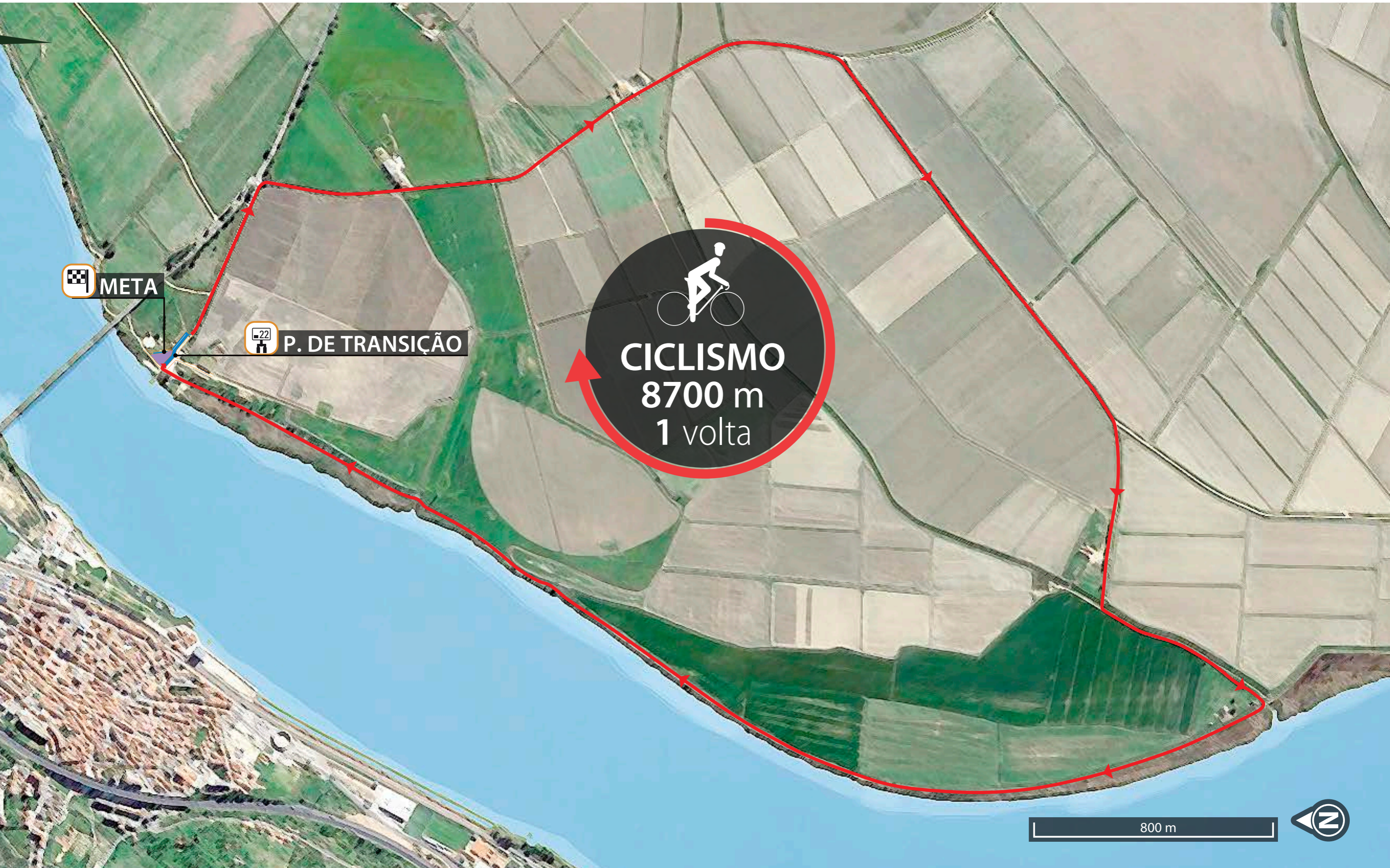
Ciclismo  8700 m 



DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - JUVENIS

DISTÂNCIAS:
JUVENIS



META

P. DE TRANSIÇÃO

CICLISMO
8700 m
1 volta

800 m



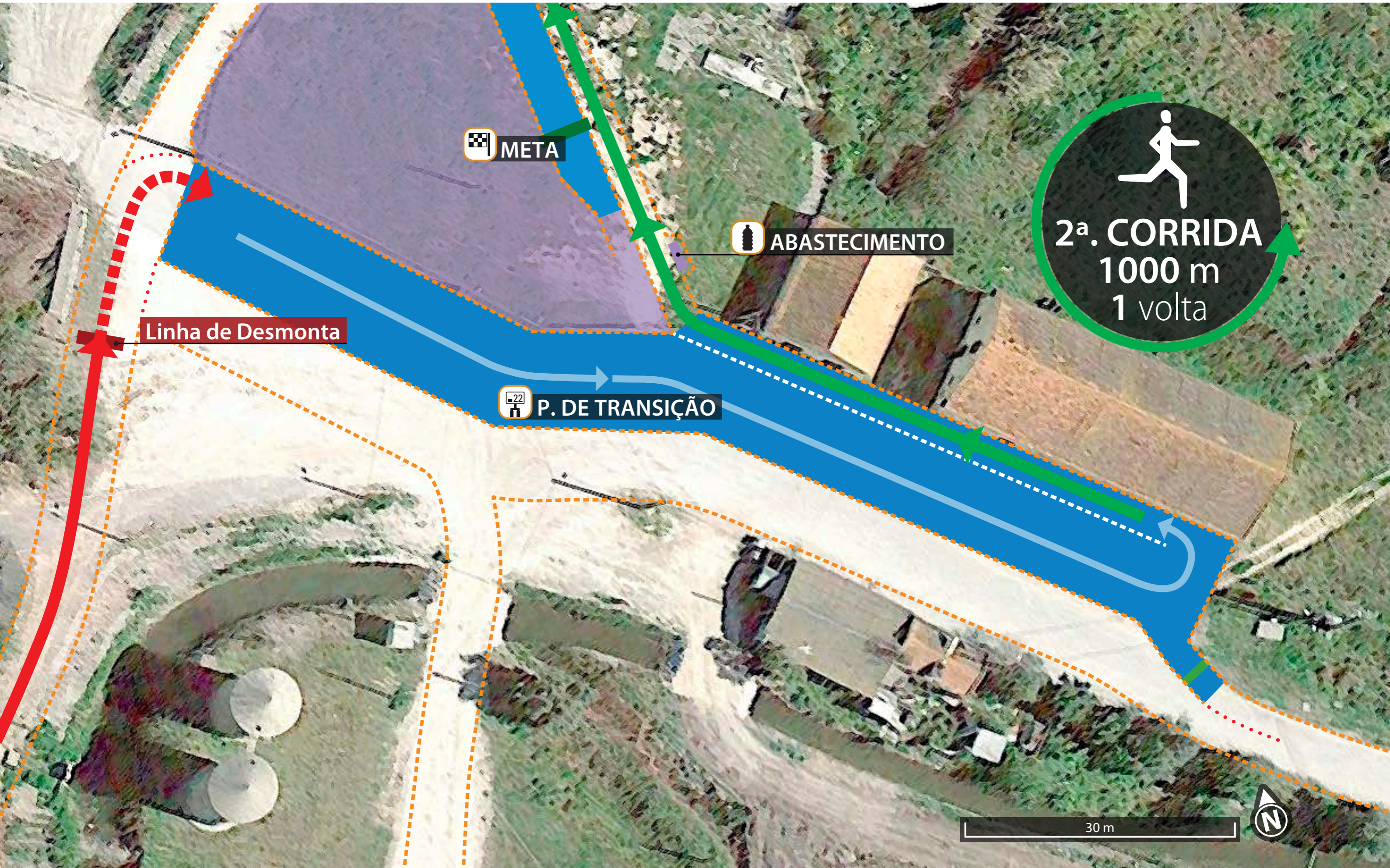
DUATLO DAS LEZÍRIAS

Prova Jovem - JUVENIS

DISTÂNCIAS:
JUVENIS

 **Ciclismo** 8700 m
1x

 **2ª. Corrida** 1000 m
1x



DUATLO DAS LEZÍRIAS

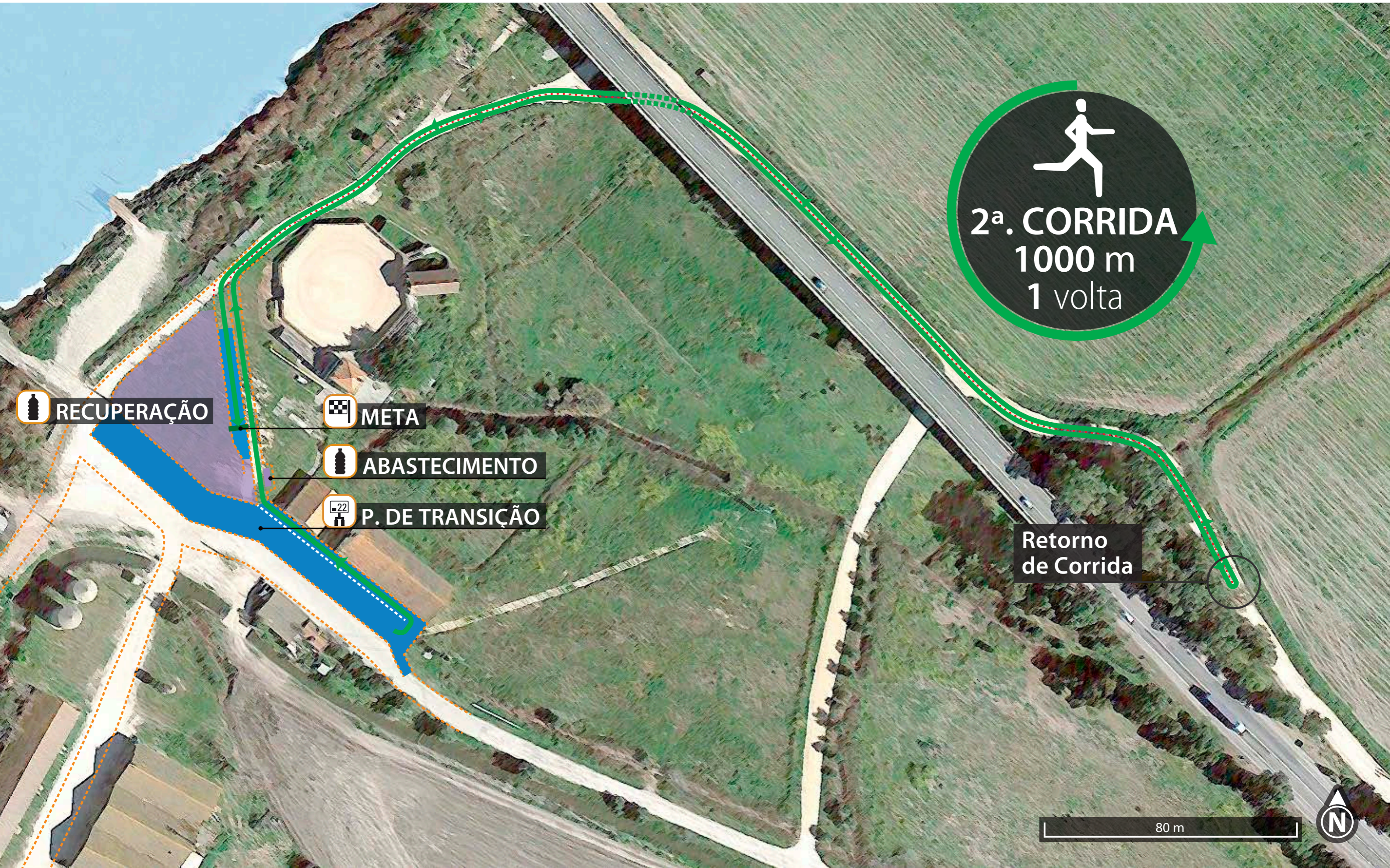
Prova Jovem - JUVENIS

DISTÂNCIAS:
JUVENIS



2ª. Corrida

1000 m
1x



2ª. CORRIDA
1000 m
1 volta

RECUPERAÇÃO

META

ABASTECIMENTO

P. DE TRANSIÇÃO

Retorno
de Corrida

80 m

