



3º GP Portugal - Nations Cup 2009
Resumo das etapas

Data	Etapa Nº	Partida		Chegada		Km	Metas Volantes	Prémios Montanha	Dificulda de
		Local	Hora	Local	Hora				
27-Mar	1ª	Penafiel	11:30	Paredes	14:30	112,2	37 77,8 89,3	16,5 47,5 102,5	Média
28-Mar	2ª	Castelo de Paiva	11:30	Paços de Ferreira	14:15	113,6	22,6 58,8 101,9	15,8 67,3	Média
29-Mar	3ª	Lousada	11:30	Alto Stª Quitéria	14:30	136,1	25,3 89 118,9	35,4 112,7 136,1	Média - Alta

361,9

3º GP Portugal


































Rota do Românico do Vale do Sousa

1ª Etapa / 1ª Etape: Penafiel - Paredes - 112,2km

27.03.2009 - Sexta-feira / Vendredi



Alt.	Percurso / Parcours		» Km	Km »	38 km/h	40 km/h
	Concentração / Rassemblement: Penafiel, Largo da Feira				10:30	10:30
	Partida Simbólica / Départ Fictif: Largo da Feira		2,8		11:25	11:25
300	Separadores em frente p/ centro					
305	À esq. p/ C.M. Penafiel					
311	C.M. Penafiel, Praça do Município					
300	Rot. Dta p/ Vila Real - Amarante					
321	À dir. p/ Abragão					
303	Rot. Em frente p/ Duas Igrejas - Abragão E.N. 320					
310	Partida Real / Départ Réel: Frente ao cruzamento p/ Aveleira de Além		0	112,2	11:30	11:30
320	Duas Igrejas		0,1	112,1	11:30	11:30
323	Senhora		6,8	105,4	11:36	11:36
215	Abragão -Centro		8,8	103,4	11:40	11:40
85	Ponte - Início de Subida/Début du Col		12,2	100	11:43	11:43
199	Vila Boa do Bispo		15,3	96,9	11:49	11:48
206	PM 4ªCat. / Col 4eme Cat.		16,5	95,7	11:54	11:52
205	À dta p/ Entre-os-Rios, Porto E.N. 210		16,8	95,4	11:56	11:54
206	Alpendurada		20	92,2	11:56	11:55
140	Rotunda em frente p/ Entre-os-Rios E.N.108		21,9	90,3	12:01	12:00
134	Várzea do Douro		23,6	88,6	12:04	12:02
78	O Torrão		26,9	85,3	12:07	12:05
47	Piso empedrado/Pavé em frente p/ Porto		27,7	84,5	12:12	12:10
44	À esq. p/ Ponte		28,0	84,2	12:13	12:11
43	Entre-os-Rios, Placa		28,2	84	12:14	12:12
44	Em frente p/ Porto - Castelo de Paiva		28,3	83,9	12:14	12:12
45	Separadores - rotunda à esq. p/ Porto E.N. 108		29,5	82,7	12:14	12:12
90	Meta Volante - Rio Mau		37,0	75,2	12:16	12:14
38	Melres		42,3	69,9	12:28	12:25
52	São Tiago - Início de Subida/Début du Col		44,1	68,1	12:36	12:33
107	Separadores em frente		45,5	66,7	12:39	12:36
123	À dta p/ Recarei - Salto		45,9	66,3	12:41	12:38
171	PM 4ªCat. / Col 4eme Cat. (Sarnada)		47,5	64,7	12:42	12:38
159	Sarnada		48,3	63,9	12:45	12:41
116	Semande - Aguiar Sousa		51,0	61,2	12:46	12:42
55	Ponte		52,8	59,4	12:50	12:46
92	Vila de Recarei		58,9	53,3	12:57	12:52
87	Recarei		59,9	52,3	13:03	12:58
92	À esq. p/ Porto		60,1	52,1	13:04	12:59
140	Ponte		61,9	50,3	13:04	13:00
149	Ponte		65,1	47,1	13:07	13:02
129	Gandra - Rotunda à dta p/ Paredes		65,3	46,9	13:12	13:07

153	Rotunda em frente			68,0	44,2	13:13	13:07
263	Vandoma			69,9	42,3	13:17	13:12
321	Baltar			71,9	40,3	13:22	13:16
306	Rotunda em frente p/ Paredes - Penafiel			72,7	39,5	13:23	13:17
282	Mouriz			74,7	37,5	13:24	13:19
247	Separadores em frente			75,2	37	13:27	13:22
167	Rotunda à esq. p/ Paredes - Centro			77,4	34,8	13:28	13:22
197	Meta Volante - Paredes			77,8	34,4	13:32	13:26
181	Separadores em frente p/ Penafiel - Lousada			78,8	33,4	13:32	13:26
151	Rotunda em frente			79,8	32,4	13:34	13:28
145	Rotunda à esq. p/ Penafiel			80,5	31,7	13:36	13:29
140	Guilhufe			80,9	31,3	13:37	13:30
152	Separadores em frente p/ Penafiel			81,4	30,8	13:37	13:31
198	À dir. p/ Entre-os-Rios, Hospital			82,1	30,1	13:38	13:32
220	Rotunda em frente p/ Paço de Sousa, Entre-os-Rios			82,5	29,7	13:39	13:33
245	Rotunda à esq. Paço de Sousa			82,9	29,3	13:40	13:33
233	Rotunda à dta p/ Irivo -Paço de Sousa			83,2	29	13:40	13:34
226	Irivo			85,1	27,1	13:41	13:34
185	Rotunda à dta p/ Paço de Sousa - Côte E.N. 106-3			86,9	25,3	13:44	13:37
119	P. de Sousa - Rot. esq. p/ Casa do Gaiato E.M. 502			88,3	23,9	13:47	13:40
140	Meta Volante - Paço de Sousa			89,3	22,9	13:49	13:42
159	À dta p/ Sobreira - Porto E.N.319			93,9	18,3	13:51	13:43
139	Sobreira			94,4	17,8	13:58	13:50
83	Início de Subida / Début du Col Ponte Devessa - Sobreira			95,9	16,3	13:59	13:51
94	Rotunda à dta p/ Paredes - Baltar			97	15,2	14:01	13:53
133	À dta p/ Baltar - Côte			97,9	14,3	14:03	13:55
226	À esq. p/ Porto - Baltar			101,4	10,8	14:04	13:56
250	Ponte			101,9	10,3	14:10	14:02
270	Separadores em frente			102,2	10	14:10	14:02
289	PM 3ª Cat. / Col 3eme Cat. (Baltar - Placa)			102,5	9,7	14:11	14:03
288	Rotunda em frente			102,7	9,5	14:11	14:03
300	Rotunda à dta p/ Penafiel - Paredes E.N. 15. Ponto de Contacto / Point de contact			104,7	7,5	14:12	14:04
271	Mouriz			106,8	5,4	14:15	14:07
242	Separadores em frente			107,4	4,8	14:18	14:10
159	Ponte			109,2	3	14:19	14:11
162	Rot. à esq. p/ Paredes, centro - Paços de Ferreira			109,3	2,9	14:22	14:13
178	Separadores - rotunda em frente para Lousada - Penafiel			110,7	1,5	14:22	14:13
141	Em frente p/ centro			111,5	0,7	14:24	14:16
157	Rotunda à dta p/ Rua Dr. José Magalhães			111,7	0,5	14:26	14:17
168	À dta p/ Avenida da Republica			112	0,2	14:26	14:17
169	Meta Final / Arrivé: Paredes, Parque José Guilherme			112,2	0	14:26	14:18

3º GP Portugal















Rota do Românico do Vale do Sousa

2ª Etapa / 2^{ème} Etape: Castelo de Paiva - Paços de Ferreira - 113,6 km

28.03.2009 - Sábado / Samedi



Alt.	Percurso / Parcours			» Km	Km »	40km/h	42km/h
	Concentração / Rassemblement: Castelo de Paiva, Campo da Feira					10:30	10:30
225	Partida Simbólica / Départ Fictif: Campo da Feira				3	11:25	11:25
225	À dir. p/ rua 25 de Abril						
238	À esq. p/ Tribunal , rua Dr. Sá Carneiro						
238	À esq. p/ Bombeiros, Largo C. de Castelo de Paiva						
236	À dta p/ Av. General Humberto Delgado						
215	À esq. p/ Vila Nova de Gaia - Pedorido E.N. 222						
192	À dta p/ Vila Nova de Gaia - Pedorido E.N. 222						
167	Ponte						
187	Partida Real / Départ Réel: Frente ao cruzamento, Real - Nojões E.N. 222			0	113,6	11:30	11:30
230	Rotunda em frente p/ Pedorido - V. Nova de Gaia			1,1	112,5	11:30	11:30
72	Rotunda em frente			9,2	104,4	11:31	11:31
35	Pedorido - Placa			10,3	103,3	11:43	11:43
34	Início de Subida / Début du Col Ponte s/ Rio Douro			10,6	103	11:45	11:44
42	Separadores em frente			11,4	102,2	11:45	11:45
163	À esq. p/ Corgo de Lobão			13,6	100	11:48	11:47
167	À dta p/ Corgo de Lobão			13,8	99,8	11:50	11:49
197	PM de 4ª Cat. / Col 4eme Cat. (Labercos)			15,8	97,8	11:50	11:49
47	Ponte			19	94,6	11:53	11:52
183	Lousado			21,7	91,9	11:58	11:57
217	Meta Volante - Canedo			22,6	91	12:02	12:01
227	À dta p/ Vila Nova de Gaia - Barragem			23	90,6	12:03	12:02
227	À esq. p/ Vila Nova de Gaia - Barragem			23,1	90,5	12:04	12:02
214	Povoas			23,4	90,2	12:04	12:03
118	À dta p/ Barragem E.N. 109-2			28,6	85	12:05	12:03
36	Barragem de Lever			32,3	81,3	12:12	12:10
37	À dta p/ Entre-os-Rios E.N. 108			32,8	80,8	12:18	12:16
86	Vila Cova			36,5	77,1	12:19	12:16
126	Separadores em frente			39,5	74,1	12:24	12:22
71	São Tiago			40,5	73,1	12:29	12:26
37	Melres			42,2	71,4	12:30	12:27
43	Rio Luau			46,1	67,5	12:33	12:30
51	Rotunda em frente p/ Penafiel			56	57,6	12:39	12:35
51	Cruzamento à esq. p/ Penafiel E.N. 106			57,1	56,5	12:54	12:50
79	Rotunda em frente p/ Penafiel			57,7	55,9	12:55	12:51
127	Meta Volante - Torre			58,8	54,8	12:56	12:52
163	Início de Subida / Début du Col, À esq. p/ Recarei - Cabroelo (E.N. 319)			60,2	53,4	12:58	12:54
175	São Paio de Portela			60,4	53,2	13:00	12:56
211	Ameixêde			61,3	52,3	13:00	12:56

339	Canelas			64,5	49,1	13:01	12:57
451	PM 4ª Cat. / Col 4eme Cat. (Alto Canelas)			67,3	46,3	13:06	13:02
391	Cabroelo			69	44,6	13:10	13:06
328	Capela			71,7	41,9	13:13	13:08
278	vila Meã			73,2	40,4	13:17	13:12
195	Lagares			76,7	36,9	13:19	13:14
175	À esq. p/ Porto - Sobreira E.N. 319			78,2	35,4	13:25	13:19
103	Devesa - Sobreira			80,2	33,4	13:27	13:21
111	Rotunda em frente, Porto - Recarei			83,3	30,3	13:30	13:24
130	Rot. à esq. p/ Recarei - Aguiar Sousa E.N. 319-2			83,4	30,2	13:34	13:29
106	À dta p/ Porto E.N. 15-3			83,6	30	13:35	13:29
158	Ponte			88,3	25,3	13:35	13:29
143	Rotunda à esq. p/ Valongo - Porto E.N.15			88,5	25,1	13:42	13:36
132	Rotunda à dta p/ Sobrado E.M. 209			90,6	23	13:42	13:36
147	Rotunda em frente p/ Paços de Ferreira - Lordelo			94,4	19,2	13:45	13:39
144	Rotunda em frente p/ Lordelo			96,1	17,5	13:51	13:44
155	Lordelo - placa			98,2	15,4	13:54	13:47
169	Separadores em frente			99,6	14	13:57	13:50
243	Meta Volante - Lordelo			101,9	11,7	13:59	13:52
289	Ponte em frente p/ Paços de Ferreira			104,9	8,7	14:02	13:55
318	Sobrão			106,4	7,2	14:07	13:59
310	Cruzamento à dta p/ Paços de Ferreira E.N. 207			106,7	6,9	14:09	14:02
324	Separadores à dta p/ Estádio da Mata Real			107,3	6,3	14:10	14:02
317	Rotunda em frente p/ Paredes			107,7	5,9	14:10	14:03
342	Rotunda em frente p/ Porto A.42			109	4,6	14:11	14:03
347	Rotunda à esq. p/ Paços de Ferreira - centro			109,4	4,2	14:13	14:05
353	Rotunda em frente p/ Freamunde			110,2	3,4	14:14	14:06
381	Rot. à esq. p/ Carvalhosa - Parque de Exposições			111	2,6	14:15	14:07
397	Rotunda em frente p/ Paços de Ferreira - centro			111,3	2,3	14:16	14:08
371	Rotunda à esq. p/ Paços de Ferreira - centro - Av. São Domingos			112	1,6	14:16	14:09
356	Separadores em frente p/ Paços de Ferreira			112,8	0,8	14:18	14:10
352	À esq. Junto à BP p/ rua Padre Pombo			113	0,6	14:19	14:11
406	Meta Final/Arrivé: Paços de Ferreira Frente ao centro de exposições			113,6	0	14:20	14:12

3º GP Portugal































Rota do Românico do Vale do Sousa

3ª Etapa / 3^{ème} Etape: LOUSADA / ALTO STª QUITÉRIA - 136,1 km

29.03.2008 - Domingo / Dimanche



Alt.	Percurso / Parcours		» Km	Km »	38 km/h	40 km/h
	Concentração / Rassemblement: Lousada - Largo da Feira, em frente às piscinas. Av. Amílcar Neto				10:30	10:30
	Partida Simbólica / Départ Fictif: Largo da Feira, à dta p/ Av. Amílcar Neto		2,5		11:25	11:25
320	À dta p/ rua da Feira					
	À esq. p/ rua General Humberto Delgado					
	À dta p/ Felgueiras, rua Adelino Amaro da Costa					
	Rotunda em frente p/ Felgueiras					
	Rotunda à dta p/ Felgueiras E.N. 207					
	Nogueira,					
321	Partida Real/Départ Réel: Junto ao viaduto E.N. 207		0	136,1	11:30	11:30
318	Alvarenga		0,3	135,8	11:31	11:31
299	S. Miguel		2	134,1	11:35	11:34
261	Rande		5,9	130,2	11:37	11:37
250	Longra		6,1	130	11:38	11:37
312	Rotunda à esq. p/ Felgueiras		8,2	127,9	11:43	11:43
330	Felgueiras - Rotunda em frente p/ Fafe centro		10,2	125,9	11:46	11:46
325	Rotunda à dta p/ Fafe - Piscinas		10,5	125,6	11:47	11:46
323	À esq. p/ Piscinas		10,6	125,5	11:47	11:46
325	À dta p/ Fafe		11	125,1	11:47	11:46
327	Rotunda à esq. p/ Fafe - Lixa		11,2	124,9	11:48	11:47
330	À dta Lixa-Amarante-V. Real, Av. Dr. Rib. Magalhães		11,4	124,7	11:48	11:48
331	Rot. à esq. p/ Fafe - Av. Sarmiento Pimentel E.N. 207		12,2	123,9	11:50	11:49
390	À direita p/ Fafe		13,1	123	11:52	11:51
458	Lameiro morto		15,1	121	12:01	12:00
480	Regadas		17,5	118,6	12:03	12:01
447	Silvares		19,4	116,7	12:03	12:02
390	Antime		22,9	113,2	12:05	12:03
351	Fafe		25,2	110,9	12:09	12:07
354	Meta Volante: Fafe		25,3	110,8	12:13	12:11
355	Rotunda à dta p/ Mondim de Basto		25,4	110,7	12:15	12:13
365	Início de Subida - Début du Col Rotunda à esq. p/ Fafe este		25,9	110,2	12:18	12:16
371	Rotunda à dta p/ Mondim de Basto E.N. 206		26,2	109,9	12:22	12:19
417	Docim		27,1	109	12:22	12:20
485	Pica		28,7	107,4	12:27	12:24
707	Lameira		34,3	101,8	12:28	12:25
738	PM 3ª Cat. / Col 3eme Cat (Lameira)		35,4	100,7	12:30	12:27
726	Separadores em frente		35,6	100,5	12:34	12:31
745	Ponte		36,6	99,5	12:37	12:34
624	Gandarela de Basto		39,1	97	12:44	12:40
496	Ferrã		41,8	94,3	12:44	12:40
475	Quintela		42,7	93,4	12:45	12:41

386	Santa Senhorinha			44,9	91,2	12:47	12:43
335	Faia			47,3	88,8	12:50	12:46
267	Vila Arco de Baulhe			49,4	86,7	12:51	12:47
256	Rotunda à esq. p/ Vila Pouca de Aguiar E.N. 206			50,1	86	12:53	12:49
252	Carrapata			52,1	84	13:00	12:55
325	Cavez			54,8	81,3	13:01	12:57
333	Malga			56,7	79,4	13:05	13:01
222	Ponte de Cavez			60,8	75,3	13:06	13:01
209	Ponte			61,7	74,4	13:06	13:01
209	À dta p/ Cerva M.312			61,8	74,3	13:06	13:01
257	Agunchos			62,7	73,4	13:08	13:03
354	Cruzamento em frente p/ Mondim - Arnela			66,4	69,7	13:20	13:15
275	Ponte estreita			67,8	68,3	13:22	13:17
338	Em frente p/ Mondim E.N. 312			69,2	66,9	13:31	13:25
342	Arnela			69,6	66,5	13:38	13:32
347	Atei			74,3	61,8	13:40	13:34
340	Parada de Atei			76,7	59,4	13:42	13:35
266	Mondim de Basto			81,7	54,4	13:50	13:43
239	Rotunda em frente p/ Porto - Vila Real			82,4	53,7	13:51	13:44
230	Rotunda à dta p/ Fafe - Celorico			82,9	53,2	13:52	13:45
208	À esq. p/ Celorico de Basto E.N. 304			83,5	52,6	13:53	13:46
180	Ponte sobre o Rio Tamega			84,1	52	13:54	13:46
243	Fermil - à esq. p/ Celorico E. N. 210			88,4	47,7	14:01	13:53
245	Meta Volante - Fermil			89	47,1	14:06	13:59
293	Separadores - Cadeçoso em frente			96	40,1	14:08	14:00
228	Freguesia de Aboim			105,5	30,6	14:09	14:01
203	Início de Subida / Début du Col Rot. à dta p/ Aboim - M. do Castelo (empedrado).		 	106,5	29,6	14:09	14:01
331	Moreira do Castelo (fim de piso empedrado)			109,5	26,6	14:09	14:01
355	Combros			109,7	26,4	14:10	14:02
413	Igreja			110,6	25,5	14:10	14:02
451	Outeiro			110,9	25,2	14:14	14:06
571	PM 2ª Cat. / Col 2eme Cat (Outeiro)			112,7	23,4	14:15	14:06
576	À esq. p/ Lixa E.N. 104-1			112,8	23,3	14:15	14:07
588	Lamoso			114,2	21,9	14:16	14:07
565	Mota - rotunda em frente p/ Felgueiras			118,8	17,3	14:16	14:08
567	Meta Volante: Mota			118,9	17,2	14:17	14:09
540	Ponte			120,5	15,6	14:19	14:11
548	Agilde			120,7	15,4	14:20	14:12
518	À dta p/ Felgueiras - Fafe E.N. 207-4			127,1	9	14:23	14:15
519	Cruzamento à esq. p/ Felgueiras E.N. 207			129,5	6,6	14:28	14:19
484	Lameiro Morto			130,4	5,7	14:38	14:29
438	Felgueiras			131,9	4,2	14:39	14:29
377	Semáforos em frente p/ Av. Magalhães Lemos			133,5	2,6	14:41	14:31
357	Rotunda à dta p/ Alto de Santa Quitéria			134,1	2	14:41	14:32
352	À dta p/ Alto de Santa Quitéria			134,3	1,8	14:41	14:32
353	Início de Subida / Début du Col			134,4	1,7	14:44	14:34

PM 3ª Cat. / Col 3eme Cat.
510 Meta Final - Arrivé:
Felgueiras - Alto de Santa Quitéria

PM
3



136,1 0 14:44 14:34