

Marcha da Liberdade



Abraço ao Marão

25 ABRIL 2017

Travessia Ansiães - Alto de Espinho

PROGRAMA E INFORMAÇÕES

Grupo de Montanhismo de Vila Real

PROGRAMA

Dia 25 – Terça-feira

07:00 – Concentração e saída Sr^a Conceição (Deslocação em caravana automóvel)

07:30 – Paragem no Alto de Espinho (para deixar um veículo de ligação)

07:30 – Ansiães: Início da caminhada (N15)

08:00 – Passagem em Póvoa (km 3)

10:00 – Passagem em Mafómedes (km 8)

17:00 - Passagem próximo da Sr^a da Serra (km 20), possibilidade de neutralização

19:00 – Chegada ao no Alto de Espinho (deslocação no veículo de ligação para Ansiães e regresso)

20:00 - Chegada a Vila Real

Obs: O percurso pode ser alterado por motivos imprevistos;

As indicações horárias e distâncias são aproximadas;

GRUPO DE MONTANHISMO DE VILA REAL

Moinhos de Joana – Parque Corgo Vila Real – apartado 169

www.grupomontanhismovr.com email: grupo.montanhismo.vilareal@gmail.com

Telefone: 934015622/962919361/913353866/936626048

INFORMAÇÕES

1. Preço da Atividade: 5 Montanhistas

2. Atividade só para Sócios

3. Seguro desportivo obrigatório

4. Transportes: Em viatura particular acordada com a direção

5. Caracterização Desportiva:

Distância aproximada: 27km

Dificuldade: Alta

Subida acumulada: 1711 m

Descida acumulada: 1255 m

Trilho em: <https://pt.wikiloc.com/wikiloc/view.do?id=13461856>

6. Recomendamos

Usar vestuário térmico e calçado impermeável

Levar lanterna elétrica ou frontal

Levar alimentação ligeira e líquidos em quantidade adequada.

7. Pagamento: No dia da atividade, sendo o ato de inscrição prévia um compromisso de pagamento.

GRUPO DE MONTANHISMO DE VILA REAL

Moinhos de Joana – Parque Corgo Vila Real – apartado 169

www.grupomontanhismovr.com [email: grupo.montanhismo.vilareal@gmail.com](mailto:grupo.montanhismo.vilareal@gmail.com)

Telefone: 934015622/962919361/913353866/936626048