

## VOLTA AO CONCELHO ESPOSENDE



desporto outdoor  
**ESPOSENDE**

**E TU?  
POR ONDE  
VAIS ANDAR?**



desporto outdoor  
**ESPOSENDE**



**E TU?  
POR ONDE  
VAIS ANDAR?**

**150 KM**



ESPOSENDE  
EM MOVIMENTO

## VOLTA AO CONCELHO ESPOSENDE

Esposende - Fão Apúlia - Apúlia - Fonte Boa - Rio Tinto - Rio Tinto - Fão  
Fão - Gandra - Gemeses - Gemeses - Palmeira - Curvos  
Curvos - Vila Chã - Vila Chã - Forjães - Forjães - Antas  
Antas - Mar - Belinho - Belinho - Marinhas - Esposende



esposende 2000

ESPOSENDE  
SUSTENTÁVEL

Esposende Ambiente

2025

INFORMAÇÕES | INSCRIÇÕES  
WWW.ESPOSENDE2000.PT

# VOLTA AO CONCELHO ESPOSENDE X

**ETAPA 1 26 JAN**  
ESPOSENDE - FÃO APÚLIA  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - FÁCIL

**ETAPA 2 23 FEV**  
APÚLIA - FONTE BOA - RIO TINTO  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

**ETAPA 3 30 MAR**  
RIO TINTO - FÃO  
**12 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

**ETAPA 10 30 NOV**  
BELINHO - MARINHAS - ESPOSENDE  
**18 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

**ETAPA 4 25 MAI**  
FÃO - GANDRA - GEMESES  
**16 KM**  
GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL

**ETAPA 5 29 JUN**  
GEMESES - PALMEIRA - CURVOS  
**15 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

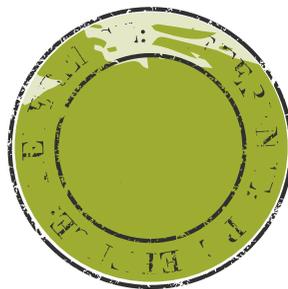
**ETAPA 6 27 JUL**  
CURVOS - VILA CHÃ  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

**ETAPA 7 31 AGO**  
VILA CHÃ - FORJÃES  
**16 KM**  
GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL

**ETAPA 8 28 SET**  
FORJÃES - ANTAS  
**15 KM**  
GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL

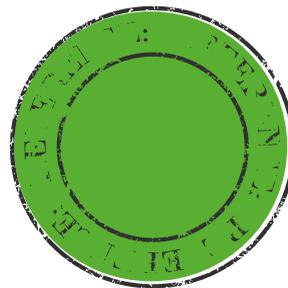
**ETAPA 9 26 OUT**  
ANTAS - MAR - BELINHO  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - FÁCIL

## VOLTA AO CONCELHO ESPOSENDE

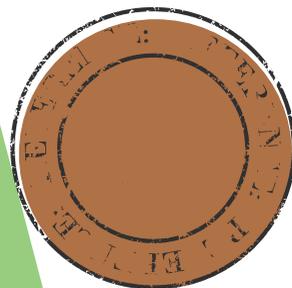


**ETAPA 1**  
ESPOSENDE - FÃO APÚLIA  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - FÁCIL

**ETAPA 2**  
APÚLIA - FONTE BOA - RIO TINTO  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

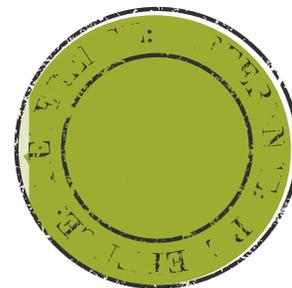
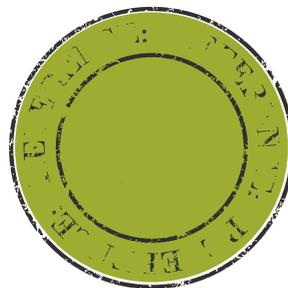


**ETAPA 3**  
RIO TINTO - FÃO  
**12 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA



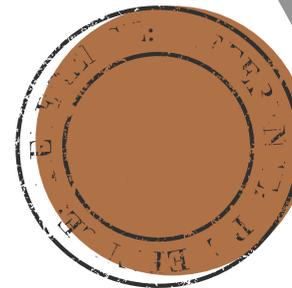
**ETAPA 4**  
FÃO - GANDRA - GEMESES  
**16 KM**  
GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL

**ETAPA 5**  
GEMESES - PALMEIRA - CURVOS  
**15 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA



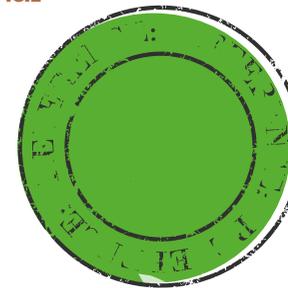
**ETAPA 6**  
CURVOS - VILA CHÃ  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA

**ETAPA 7**  
VILA CHÃ - FORJÃES  
**16 KM**  
GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL



**ETAPA 8**  
FORJÃES - ANTAS  
**15 KM**  
GRAU DIFICULDADE - DIFÍCIL

**ETAPA 9**  
ANTAS - MAR - BELINHO  
**14 KM**  
GRAU DIFICULDADE - FÁCIL



**ETAPA 10**  
BELINHO - MARINHAS - ESPOSENDE  
**18 KM**  
GRAU DIFICULDADE - MÉDIA



150 KM

desporto outdoor  
ESPOSENDE

