



programa nacional de marcha e corrida

www.marchaecorrida.pt

CENTRO MUNICIPAL DE MARCHA E CORRIDA DE PINHAL NOVO



Informações de Percurso

Percurso 1

ZONA URBANA
pisos. misto
distância. 4500 m
dificuldade. baixa

Percurso 2

CICLOVIA | VALE FLORES | CIRCUÍTO DE MANUTENÇÃO
pisos. misto
distância. 8000 m
dificuldade. média

Percurso 3

CICLOVIA | ZONA URBANA | RURAL
pisos. misto
distância. 10000 m
dificuldade. média / alta

Horários

Segunda, Quarta e Sexta das 19h30 às 20h30



WC

BALNEÁRIOS

BEBEDOUROS

ZONA DE REPOUSO

CENTRO DE APOIO TÉCNICO

Apoio Técnico

Palmela Desporto, E.M.
Rua Orlando Ribeiro
2955-211 Pinhal Novo
tel 212 389 900 / 910 270 585
email centromarchacorrida@palmeladesporto.pt

Apoio e orientação de um treinador de atletismo para adequação dos exercícios e dos percursos às características dos caminhantes e corredores.

