



VIIª MARCHA NACIONAL DE MONTANHA - TRAVESSIA INVERNAL
SERRA DO MARÃO E ABOBELEIRA

PROGRAMA E INFORMAÇÕES ÚTEIS

PROGRAMA

Dia 20 JANEIRO – Sexta-feira

21:00 – Abertura do Secretariado

Local: Casa da Juventude de Chavães – Baião (*)

Receção de participantes e inscrições

23:00 – Silêncio

Dia 21 - Sábado

MARCHA TRAVESSIA -1ª ETAPA – 20km

Teixeira (Baião) – Ansiães (Amarante)

08:00 – Reabertura de Secretariado

Confirmação de inscrições e embarque em autocarro

09:00 – Início da Marcha (Teixeira)

10:00 – Passagem em Mafômedes

11:30 – Passagem Minas do Teixo

Pequeno reforço alimentar

12:30 – Passagem em ribeira de Póvoa

14:00 – Passagem na Granja

14:15 – Passagem em Póvoa de Ansiães

16:00 – Chegada a Ansiães (EN15)

Embarque em autocarro e regresso a local de acampamento

20:00 - Jantar convívio – Local a designar

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



Dia 22 - Domingo

MARCHA TRAVESSIA - 2ª ETAPA – 10 km

Chavães – Baião – Chavães

09:00 – Reinício da Marcha

09:30 – Passagem no alto de Abobeleira

11:30 – Passagem em Baião (**)

13:30 – Chegada a Chavães

14:00 – Encerramento VIIª Marcha Nacional de Montanha

(**) Haverá em Baião opção livre de almoço para os interessados

Notas.

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. Preçário das Atividades

VII ENCONTRO NACIONAL DE MONTANHA

Atividade 20/21/22 de janeiro		Atividade 21 e 22 de janeiro		22/01/2017	
com alojamento e jantar	Atividade s/jantar s/alojamento	Jantar e Alojamento	Jantar sem Alojamento	Atividade	
12,00	--	6,00	--		Alojamento*
12,00	--	12,00	12,00	--	Jantar
6,00	10,00	7,00	8,00	--	Atividade**
30,00	10,00	25,00	20,00	5,00	Preços***
A	B	C	D	E	

*Alojamento: Há possibilidade de acampar nas imediações da Casa da Juventude.

**Atividade: Inclui Lembrança, Reforço Alimentar.

***Preços: não sócios acrescentar 5,00€

2. A inscrição abrange atividade, transportes, reforço alimentar, jantar dormida (s) e lembrança;
3. Seguro desportivo obrigatório;
4. Formas de pagamento:

Por transferência. Bancária, com comprovativo de pagamento, por correio eletrónico:

NIB: 001800000543556000181

IBAN: PT50 0018 000005435560001 81

No secretariado, 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

Telefone: 934015622/962919361/913353866/936626048



5. Alojamentos (camarata)

CASA DA JUVENTUDE DE CHAVÃES

Na Casa da Juventude de Chavães há possibilidade de “ Bivaque”

6. Recomendações importantes

Usar vestuário térmico e calçado, impermeáveis;

Levar lanterna elétrica ou frontal;

Levar alimentação ligeira