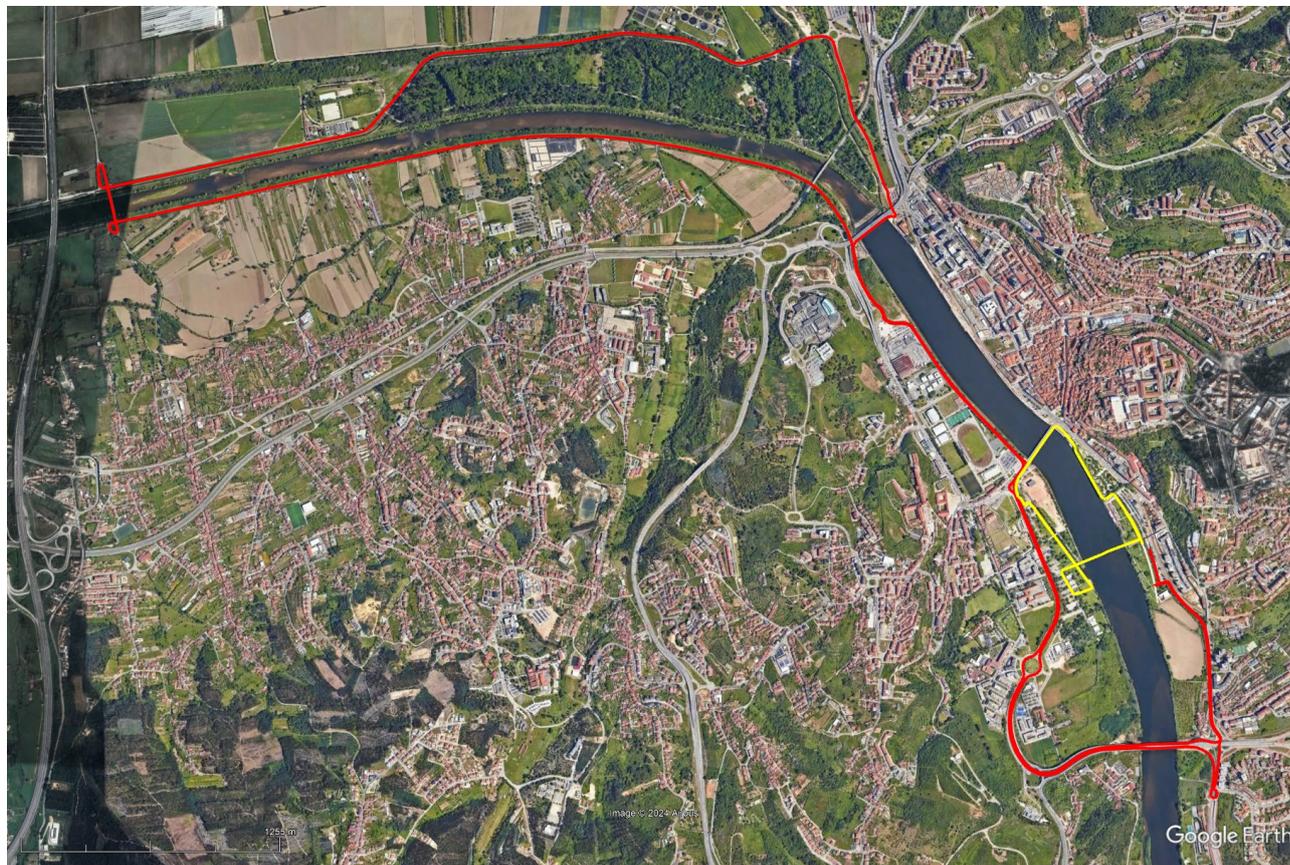




15/06/2024

Duatlo Sprint (grupos de idade)

05:00 – 11h30



Percurso:

Parque Verde (margem direita); Parque Manuel Braga; Ponte Santa Clara; Parque Verde (margem esquerda); Ponte Pedro e Inês

Condicionamentos:

1. **Av. da Lousã** - totalmente fechada ao trânsito.
2. **Ladeira do Batista** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Urbanização Terraços do Rio e Rua do Brasil. Vias separadas por cones.
3. **Av. Cónego Urbano Duarte** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Rua do Brasil e a rotunda da Boavista, através da circulação pelas vias ascendentes. Vias separadas por cones.
4. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem direita / margem esquerda)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova. O trânsito automóvel fica garantido, para acesso ao IC2 na rotunda do Hotel D. Luís, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
5. **IC2 (entre a rotunda das Lages e a Ponte Rainha Santa)** - totalmente fechada para a prova. É garantido o sentido ascendente para o trânsito automóvel, efetuando-se o acesso à Ponte



- Rainha Santa pela rotunda do Hotel D. Luís. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
6. **Av. Inês de Castro** – 3 vias ocupadas pela prova, sendo garantida a passagem de viaturas no sentido Sta. Clara – Lages, pela via mais à direita. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
 7. **Rotunda Av. Inês de Castro/Av. João das Regras** – ficará assegurado acesso no sentido Av. João das Regras-Av. Inês de Castro através da via dedicada.
 8. **Ponte de Santa Clara** - totalmente fechada ao trânsito.
 9. **Av. de Conimbriga** – cortada à circulação, sendo garantida uma via reservada à saída do estacionamento da Praça das Cortes e Estádio Universitário e à saída e entrada dos SMTUC através da Rua Luís António Verney. Estacionamento interdito em ambos os sentidos.
 10. **Rotunda do Fórum** – impedida a circulação em torno da rotunda, sendo garantido o cesso às bombas de gasolina, com saída para a Av. da Guarda Inglesa no sentido Norte/Sul, assim como a saída do Fórum para a Av. da Guarda Inglesa no mesmo sentido.
 11. **Estrada do Rio** – totalmente fechada desde a rotunda do Fórum até à Ponte dos Casais.
 12. **Ponte dos Casais** - totalmente fechada ao trânsito.
 13. **Rua do Centro Hípico** - fechada entre a rotunda da Estação Velha e a Ponte dos Casais, sendo salvaguardado o acesso ao Centro Hípico, Estação de Tratamento de Águas Residuais do Choupal e Canil Municipal, controlado por agentes da PSP no local.
 14. **Rotunda da Estação Velha** – garantida a circulação na rotunda, com acesso ao túnel da Estação Velha (circulação bidirecional e alternada no túnel)
 15. **Av. Aeminium** - totalmente fechada à circulação entre a rotunda da Estação Velha e o tabuleiro inferior do Açude Ponte.
 16. **Túnel do Choupal** - totalmente fechado ao trânsito.
 17. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito.
 18. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem esquerda / margem direita)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova, sendo garantido o acesso em direção à Av. Mendes Silva, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
 19. **IC3 (Portela)** - desde a rotunda inferior da Ponte Rainha Santa e até à rotunda com a Rua Teófilo Braga, exclusiva aos ciclistas e sem tráfego rodoviário. É garantido a saída da Rua Teófilo Braga em direção à rotunda e daí para a Av. Mendes Silva e Av. Urbano Duarte.
 20. **rotunda inferior da Ponte Rainha Santa Isabel** – garantida a passagem para a Av. Mendes Silva e Av. Urbano Duarte.

15/06/2024

Duatlo Sprint (Para Atletas / Júniores / Sub 23 / Elite)

11:30 - 20:00

NOTA: Nesta prova, como as partidas são muito espaçadas e os atletas andam sempre agrupados e muito perto uns dos outros, mediante controlo rádio por parte da PSP e organização, é possível permitir a passagem de viaturas nalgumas das artérias afetadas.



Percurso:

Av. Lousã; Av. Cónego Urbano Duarte; Ponte Rainha Santa; Rotunda Lajes; Av. Inês de Castro; Ponte Sta. Clara; Av. Emídio Navarro; Av. Lousã

Condicionamentos:

1. **Av. da Lousã** - totalmente fechada ao trânsito.
2. **Ladeira do Batista** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Urbanização Terraços do Rio e Rua do Brasil. Vias separadas por cones.
3. **Av. Cónego Urbano Duarte** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Rua do Brasil e a rotunda da Boavista, através da circulação pelas vias ascendentes. Vias separadas por cones.
4. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem direita / margem esquerda)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova. O trânsito automóvel fica garantido, para acesso ao IC2 na rotunda do Hotel D. Luís, controlado por agentes da PSP no local para permitir a



passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.

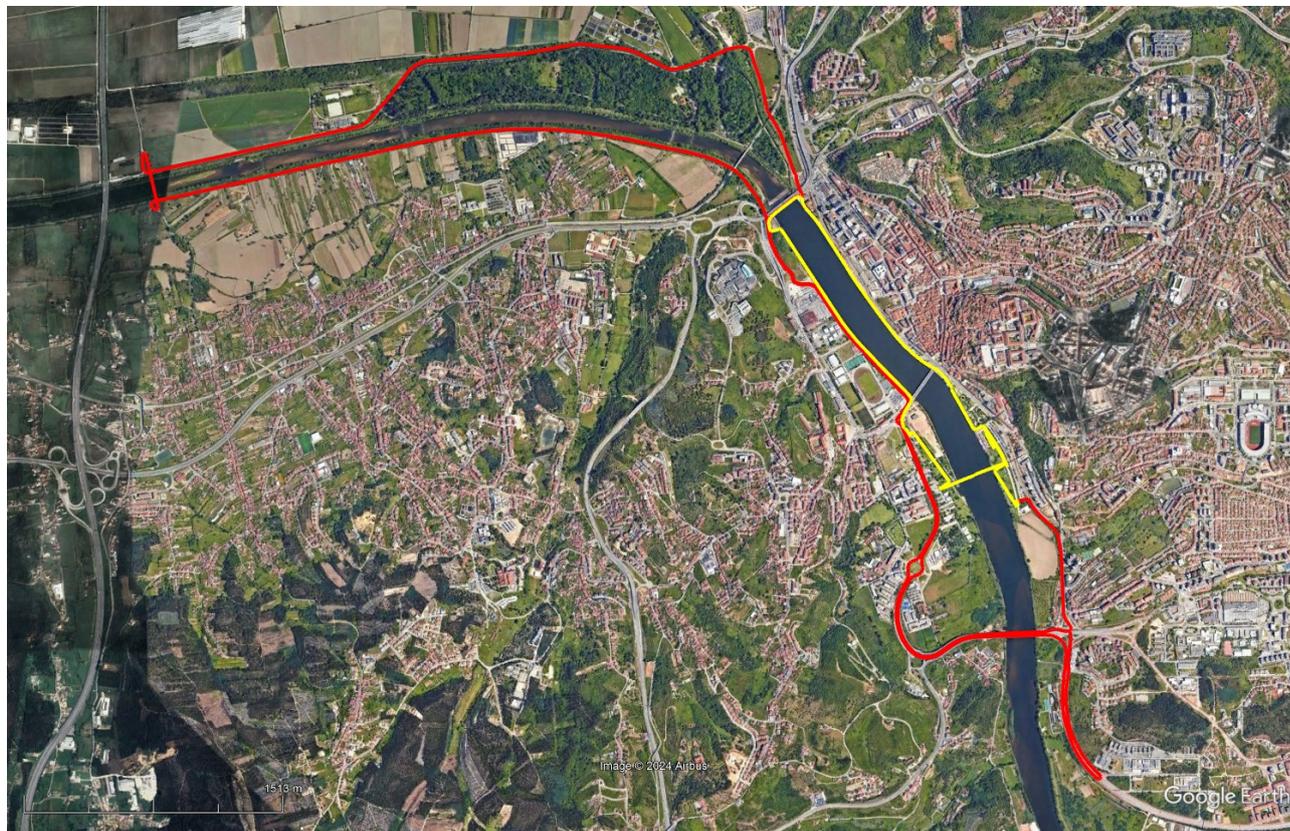
5. **IC2 (entre a rotunda das Lages e a Ponte Rainha Santa)** - totalmente fechada para a prova. É garantido o sentido ascendente para o trânsito automóvel, efetuando-se o acesso à Ponte Rainha Santa pela rotunda do Hotel D. Luís. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
6. **Av. Inês de Castro** – 3 vias ocupadas pela prova, sendo garantida a passagem de viaturas no sentido Sta. Clara – Lages, pela via mais à direita. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
7. **Rotunda Av. Inês de Castro/Av. João das Regras** – ficará assegurado acesso no sentido Av. João das Regras-Av. Inês de Castro através da via dedicada.
8. **Ponte de Santa Clara** - totalmente fechada ao trânsito.
9. **Av. Emídio Navarro** – entre a Estação Nova e a Portagem está garantida a circulação em ambos os sentidos apenas a trânsito local. É garantida a circulação no sentido Av. da Lousã - Portagem.



16/06/2024

Duatlo Standard

07:00 – 14h00



Percurso:

Av. Lousã; Av. Cónego Urbano Duarte; Ponte Rainha Santa; Rotunda Lajes; Av. Inês de Castro; Av. Conímbriga; Ponte Açude inferior; Av. Aeminium; Rua do Centro Hípico; Ponte dos Casais; Estrada do Rio; Av. Conímbriga; Av. Inês de Castro; Ponte Rainha Santa; Av. Portela (parcial); Av. Cónego Urbano Duarte

Condicionamentos:

1. **Av. da Lousã** - totalmente fechada ao trânsito.
2. **Ladeira do Batista** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Urbanização Terraços do Rio e Rua do Brasil. Vias separadas por cones.
3. **Av. Cónego Urbano Duarte** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Rua do Brasil e a rotunda da Boavista, através da circulação pelas vias ascendentes. Vias separadas por cones.
4. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem direita / margem esquerda)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova. O trânsito automóvel fica garantido, para acesso ao IC2 na rotunda do Hotel D. Luís, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
5. **IC2 (entre a rotunda das Lages e a Ponte Rainha Santa)** - totalmente fechada para a prova. É garantido o sentido ascendente para o trânsito automóvel, efetuando-se o acesso à Ponte



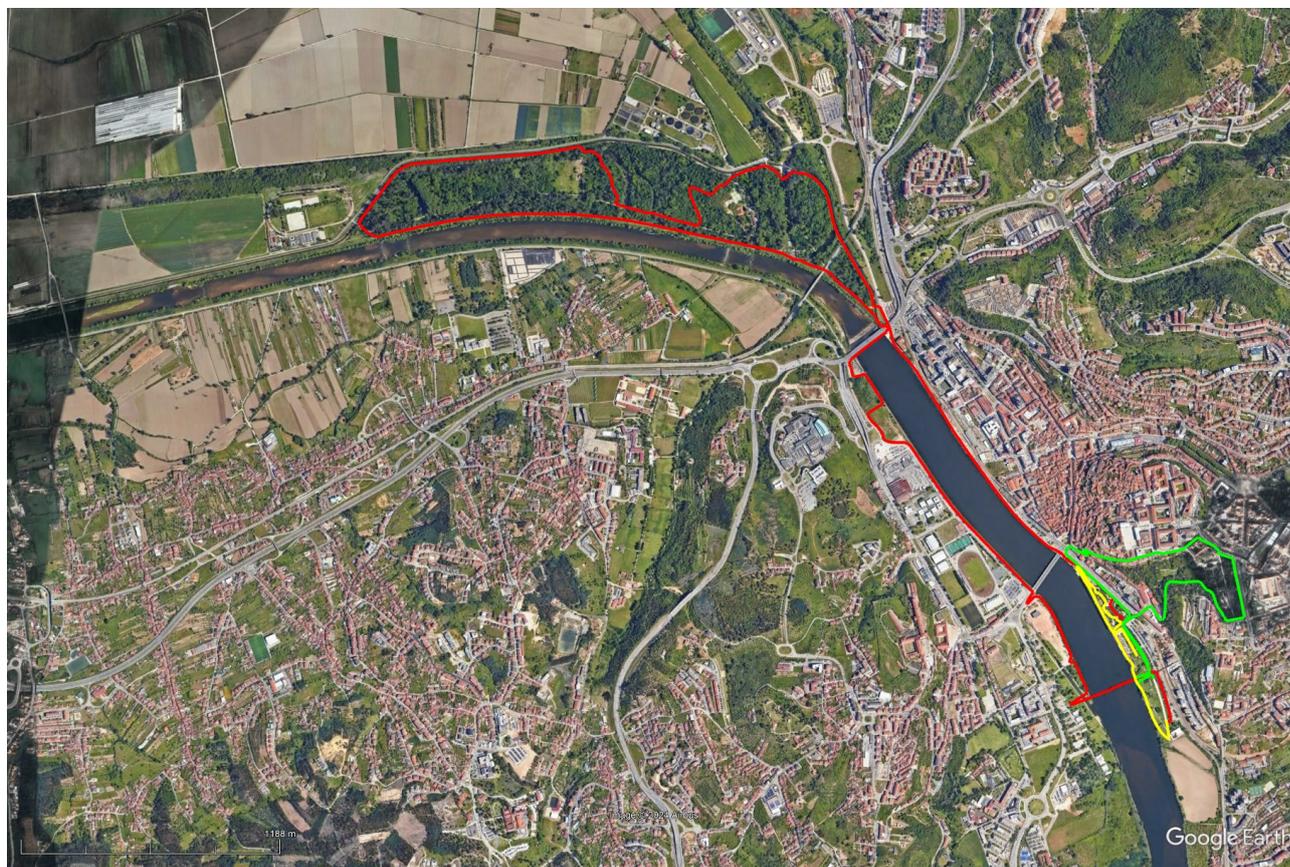
- Rainha Santa pela rotunda do Hotel D. Luís. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
6. **Av. Inês de Castro** – 3 vias ocupadas pela prova, sendo garantida a passagem de viaturas no sentido Sta. Clara – Lages, pela via mais à direita. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
 7. **Rotunda Av. Inês de Castro/Av. João das Regras** – ficará assegurado acesso no sentido Av. João das Regras-Av. Inês de Castro através da via dedicada.
 8. **Ponte de Santa Clara** - totalmente fechada ao trânsito.
 9. **Av. de Conimbriga** – cortada à circulação, sendo garantida uma via reservada à saída do estacionamento da Praça das Cortes e Estádio Universitário e à saída e entrada dos SMTUC através da Rua Luís António Verney. Estacionamento interdito em ambos os sentidos.
 10. **Rotunda do Fórum** – impedida a circulação em torno da rotunda, sendo garantido o cesso às bombas de gasolina, com saída para a Av. da Guarda Inglesa no sentido Norte/Sul, assim como a saída do Fórum para a Av. da Guarda Inglesa no mesmo sentido.
 11. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito.
 12. **Túnel do Choupal** - totalmente fechado ao trânsito.
 13. **Av. Aeminium** - totalmente fechada à circulação entre o tabuleiro inferior do Açude Ponte e a rotunda da Estação Velha.
 14. **Rotunda da Estação Velha** – garantida a circulação na rotunda, com acesso ao túnel da Estação Velha (circulação bidirecional e alternada no túnel)
 15. **Rua do Centro Hípico** - fechada entre a rotunda da Estação Velha e a Ponte dos Casais, sendo salvaguardado o acesso ao Centro Hípico, Estação de Tratamento de Águas Residuais do Choupal e Canil Municipal, controlado por agentes da PSP no local.
 16. **Ponte dos Casais** - totalmente fechada à circulação
 17. **Estrada do Rio** – totalmente fechada à circulação desde a Ponte dos Casais até à rotunda do Fórum.
 18. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem esquerda / margem direita)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova, sendo garantido o acesso em direção à Av. Mendes Silva, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
 19. **IC3 (Portela)** – vias exteriores desde a rotunda inferior da Ponte Rainha Santa e até à inversão de marcha no acesso ao Polo II, exclusiva aos ciclistas e sem tráfego rodoviário. É garantido a saída da Rua Teófilo Braga em direção à rotunda inferior da Ponte Rainha Santa e daí para a Av. Mendes Silva e Av. Urbano Duarte.
 20. **rotunda inferior da Ponte Rainha Santa Isabel** – garantida a passagem para a Av. Mendes Silva e Av. Urbano Duarte.



18/06/2024

Duatlo Cross Sprint

07:00 – 11h00



Percurso:

Corrida 1: Parque Verde (margem direita); Rua da Alegria; Jardim Botânico; Rua Arco da Traição; Couraça de Lisboa; Couraça da Estrela; Couraça de Lisboa; Portagem; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita);

Bicicleta: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Praça da Canção; Atravessamento da Ponte Santa Clara na margem esq.; jardim contíguo à ciclovia da margem esquerda; travessia pelo passadiço metálico da Ponte Açude; Mata Nacional do Choupal; Passeio Ribeirinho; Largo da Portagem; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita);

Corrida 2: Parque Verde (margem direita); Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita)

Condicionamentos:

1. **Av. Emídio Navarro** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas entre o Parque Manuel Braga e a Rua de Alegria para os atletas acederem ao Jardim Botânico.
2. **Rua do Arco da Traição** – ocupação apenas do passeio com interdição do estacionamento do lado direito da via.
3. **Couraça de Lisboa** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.



4. **Couraça Estrela** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
5. **Largo da Portagem** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para o interior do Parque Manuel Braga.
6. **Ponte Pedro e Inês** – impedida a circulação pedonal uma vez que há circulação de atletas em bicicleta em ambos os sentidos.
7. **Ponte Santa Clara (margem esquerda)** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Av. de Conimbriga, onde percorrerão as zonas pedonais até à Ponte Açude.
8. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito. O percurso segue pela Mata do Choupal e de seguida pela Passeio Ribeirinho sempre em zona pedonal sem condicionamentos.
9. **Ponte Santa Clara (margem direita)** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para o Parque Manuel Braga.

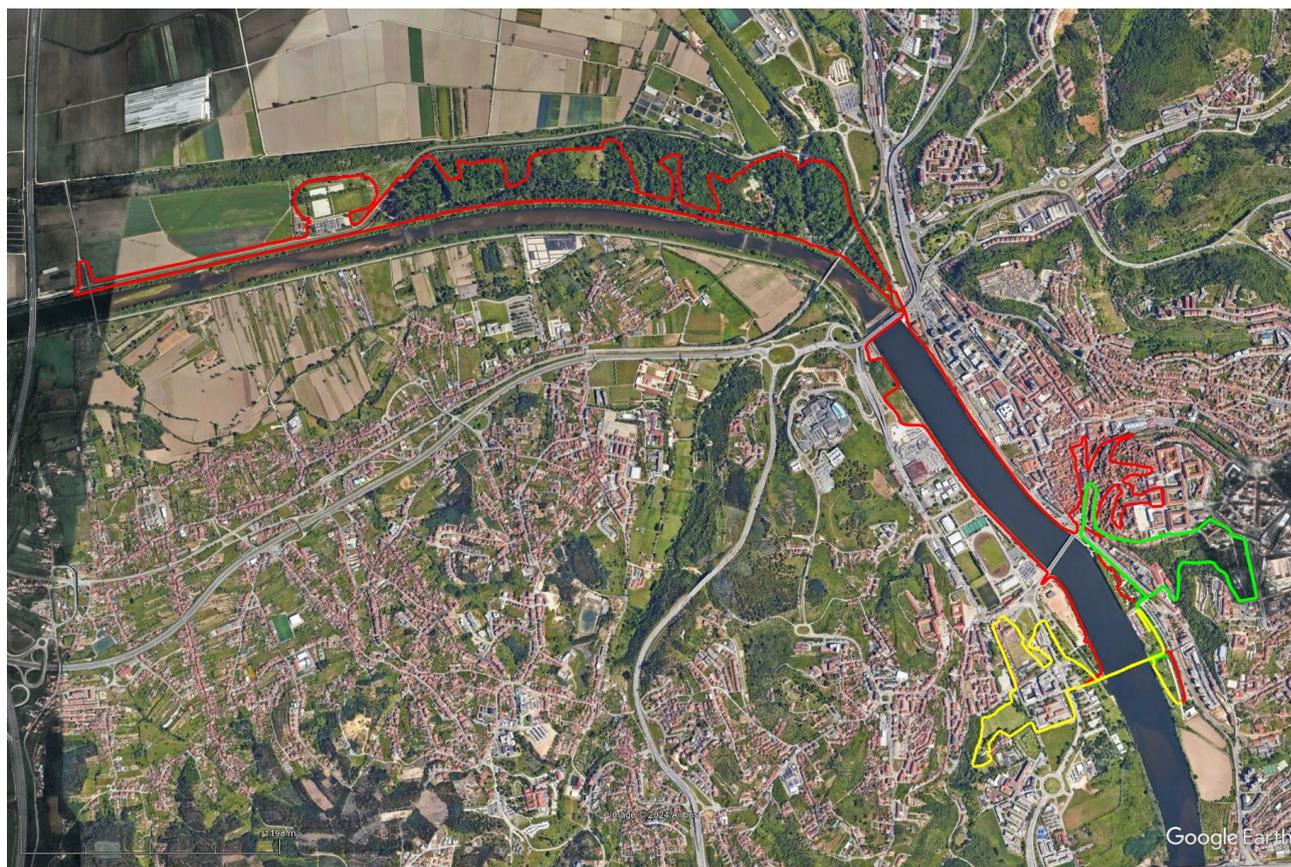


18/06/2024

Duatlo Cross Standard

11:00 – 16h30

NOTA: Ao longo de todo o percurso, especialmente na "alta", haverá voluntários com apitos, sinalizando perigos aos utilizadores e evitando contactos diretos com os atletas em prova. Será igualmente estabelecido um contacto direto por parte da organização, com todos os comerciantes e residentes de forma a minimizar os impactos da prova.



Percurso:

Corrida 1: Parque Verde (margem direita); Rua da Alegria; Jardim Botânico; Rua Arco da Traição; Couraça de Lisboa; Rua Fernandes Thomas; Rua Quebra Costas; Arco de Almedina; Rua Ferreira Borges; Largo da Portagem; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita)

Bicicleta: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Praça da Canção; Av. de Conimbriga; Ponte Açude; Mata do Choupal; Centro Hípico; Mata do Choupal; Ciclovía da Av. Aeminium; Passeio Ribeirinho; Largo da Portagem; Rua da Sota; Rua Sargento Mor; Praça do Comércio; Rua Eduardo Coelho; Rua do Corvo; Praça 8 de Maio; Rua Visconde da Luz; R. Corpo de Deus; Rua do Colégio Novo; Rua do Loureiro; Largo de São Salvador; Rua de São Salvador; Rua do Cabido; Largo da Sé Velha; Rua do Norte; Travessa da Rua do Norte; Rua São João; Largo da Porta Férrea; Rua Guilherme Moreira; Rua da Ilha; Largo da Sé Velha; Rua Joaquim António de Aguiar; Largo Anthero Alte da Veiga; Rua Fernandes Thomas; Rua Quebra Costas; Arco de Almedina; Rua Ferreira Borges; Largo da Portagem; Couraça da Estrela; Couraça de



Lisboa; Rua do Arco da Traição; Jardim Botânico; Rua da Alegria; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita);

Corrida 2: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Estrada das Lágrimas; Quinta das Lágrimas; Rua António Augusto Gonçalves; Convento de Santa Clara a Velha; Parque Verde (margem esquerda); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem direita)

Condicionamentos:

1. **Av. Emídio Navarro** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas entre o Parque Manuel Braga e a Rua de Alegria para os atletas acederem ao Jardim Botânico.
2. **Rua do Arco da Traição** – ocupação apenas do passeio com interdição do estacionamento do lado direito da via.
3. **Couraça de Lisboa** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
4. **Couraça Estrela** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
5. **Largo da Portagem** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para o interior do Parque Manuel Braga.
6. **Ponte Pedro e Inês** – impedida a circulação pedonal uma vez que há circulação de atletas em bicicleta em ambos os sentidos.
7. **Ponte Santa Clara (margem esquerda)** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Av. de Conimbriga, onde percorrerão as zonas pedonais até à Ponte Açude.
8. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito.
9. **Rua do Centro Hípico (junto à Ponte dos Casais)** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para o sentido inverso em caminho agrícola
10. **Rua do Centro Hípico (junto da entrada do Choupal)** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Mata do Choupal.
11. **Largo da Portagem** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Rua da Sota.
12. **Rua da Sota** – é garantida passagem de viaturas.
13. **Rua da Sota / Rua Sargento Mor** - controlada com voluntários espalhados estrategicamente, de forma que utilizadores dos estabelecimentos comerciais, moradores e público em geral não entrem na zona de passagem dos ciclistas. Se necessário colocam-se baias metálicas e fitas limitando o acesso ao corredor de passagem dos atletas.
14. **Praça do Comércio** - corredor com baias metálicas para passagem dos atletas. A cada 20m será criada uma passagem, controlada por voluntários, que permitem e orientam a passagem de pessoas no atravessamento deste corredor.
15. **Rua Eduardo Coelho / R. do Corvo** - voluntários com apitos em todas as entradas de estabelecimentos comerciais e residências, controlando os acessos à via, evitando dessa forma interferência com os atletas em prova. Serão ainda colocadas baias e fita sinalizadora nas zonas de maior probabilidade de interferência, reduzindo ou mesmo eliminando o risco de confronto e acidentes.
16. **Praça 8 de Maio / Rua Visconde da Luz** - corredor próprio delimitado por baias metálicas até ao início da R. Corpo de Deus.
17. **Rua Corpo de Deus** - interdita a circulação viária durante a prova. Voluntários a controlar a saída dos estabelecimentos comerciais e das residências, de forma que as pessoas não entrem no circuito de corrida e interfiram com os atletas, evitando assim acidentes. Se necessário serão utilizadas baias e fita para criar zonas de segurança para os utilizadores pedonais das ruas em causa.



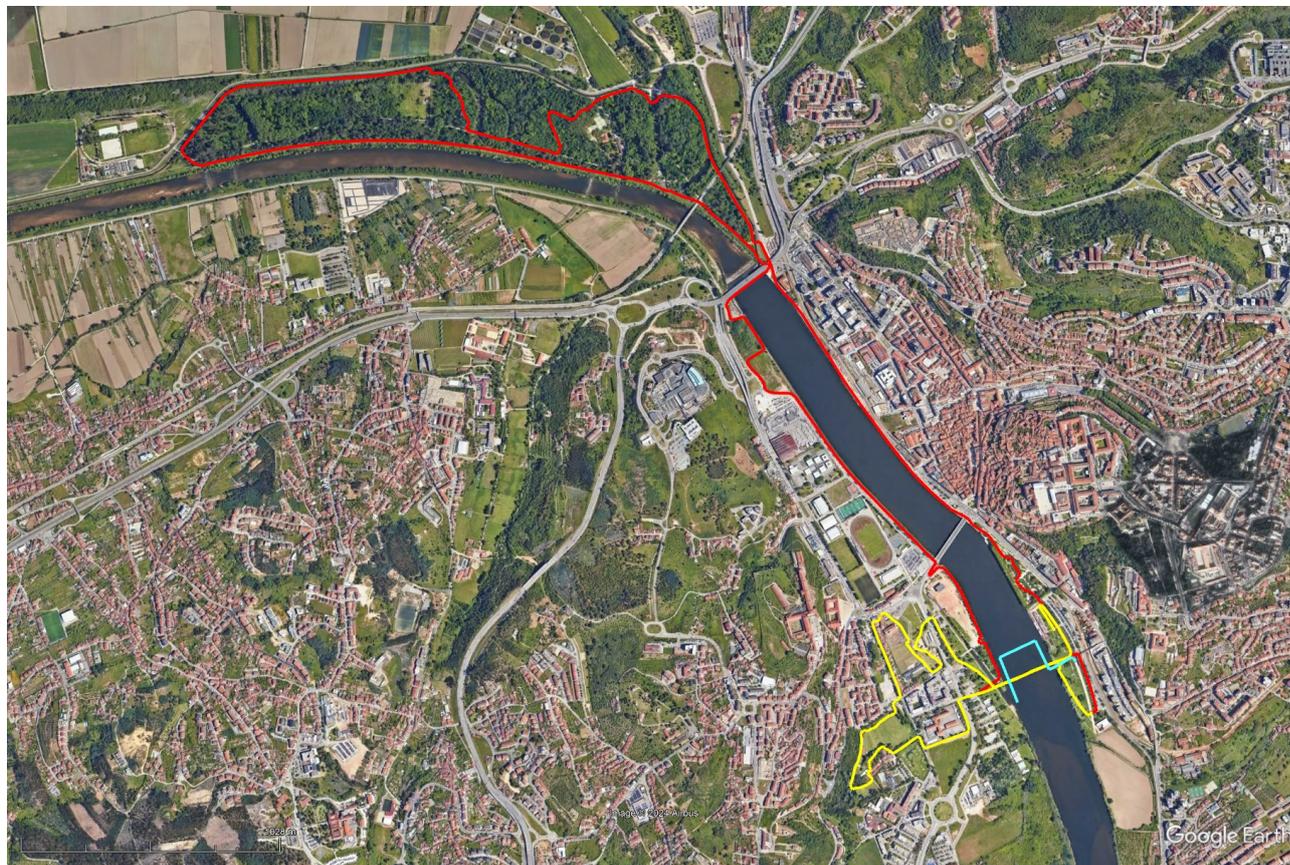
18. **Rua do Colégio Novo** - interdita a circulação viária durante a prova.
19. **Rua do Loureiro / Rua de São Salvador / Rua do Cabido** - ao longo deste percurso serão distribuídos voluntários com apitos, junto das entradas de casas e estabelecimentos comerciais, de forma a evitar o conflito das pessoas com os atletas em prova. Se necessário serão utilizadas baias e fita para criar zonas de segurança para os utilizadores pedonais das ruas em causa.
20. **Largo de São Salvador e Rua de São Salvador** – encerradas ao trânsito automóvel e estacionamento durante a prova
21. **Largo da Sé Velha** - corredor de passagem dos atletas com recurso a baias metálicas, orientando-os para a Rua do Norte. Serão distribuídos voluntários ao longo do percurso para orientar os utilizadores pedonais do espaço e permitir passagem sempre que não estiverem atletas em prova.
22. **Rua dos Coutinhos / Rua Borges Carneiro** – embora estejam incluídas no percurso da prova estarão encerradas ao trânsito automóvel uma vez que não é permitida a circulação nos arruamentos confinantes.
23. **Rua do Norte / Travessa da Rua do Norte** - encerradas ao trânsito automóvel.
24. **Rua São João** – interdição do estacionamento do lado direito.
25. **Rua José Falcão** – acesso reservado a veículos autorizados, efetuando-se a entrada e saída através da Rua de São Pedro. O estacionamento da Faculdade de Direito estará encerrado, sendo que qualquer eventualidade de saída de viaturas deverá ser realizada pela Rua José Falcão.
26. **Rua Guilherme Moreira / Rua da Ilha** - encerradas ao trânsito automóvel.
27. **Rua Joaquim António de Aguiar / Largo Anthero Alte da Veiga / Rua Fernandes Thomas** - encerrada ao trânsito automóvel. Ao longo desta rua serão colocados voluntários e se necessário baias e fitas, de forma a proteger os residentes e utilizadores do espaço junto de estabelecimentos comerciais e residências.
28. **Rua Quebra Costas / Arco de Almedina** - corredor com baias metálicas que protegerá os utilizadores do espaço e os atletas. Voluntários a alertar dos perigos e a proteger os utilizadores do espaço público.
29. **Rua Ferreira Borges / Largo da Portagem** - corredor com baias metálicas e fitas. Voluntários que sinalizam a passagem dos atletas.
30. **Couraça Estrela** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
31. **Couraça de Lisboa** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
32. **Rua do Arco da Traição** – garantida a circulação. Interdição do estacionamento do lado direito da via.
33. **Estrada das Lágrimas (junto da entrada do Hotel Quinta das Lágrimas)** - corredor com baias metálicas que protegem os atletas. Atravessamento da estrada controlado por um agente de autoridade que permite a passagem das viaturas quando não estiverem atletas em prova.
34. **Rua José Vilarinho Raposo** - atravessamento controlado pelas autoridades, deixando passar as viaturas quando não estiverem atletas em prova.
35. **Rua António Augusto Gonçalves** – interdição do estacionamento do lado esquerdo do arruamento. Criação de um corredor para os atletas, mantendo a circulação automóvel, existindo apenas um atravessamento controlado por agentes da autoridade.
36. **Rua de Baixo** - corredor de passagem dos atletas que os orienta para o recinto do Convento de Santa Clara a Velha.



20/06/2024

Triatlo Cross Sprint

7:00 – 11h00



Percurso:

Bicicleta: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Praça da Canção; Atravessamento da Ponte Santa Clara na margem esq.; jardim contíguo à ciclovia da margem esquerda; travessia pelo passadiço metálico da Ponte Açude; Mata Nacional do Choupal; Passeio Ribeirinho; Largo da Portagem; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita);

Corrida: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Estrada das Lágrimas; Quinta das Lágrimas; Rua António Augusto Gonçalves; Convento de Santa Clara a Velha; Parque Verde (margem esquerda); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem direita)

Condicionamentos:

1. **Ponte Pedro e Inês** – impedida a circulação pedonal uma vez que há circulação de atletas em bicicleta em ambos os sentidos.
2. **Ponte Santa Clara (margem esquerda)** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Av. de Conimbriga, onde percorrerão as zonas pedonais até à Ponte Açude.



3. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito. O percurso segue pela Mata do Choupal e de seguida pela Passeio Ribeirinho sempre em zona pedonal sem condicionamentos.
4. **Ponte Santa Clara (margem direita)** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para o Parque Manuel Braga.
5. **Estrada das Lágrimas (junto da entrada do Hotel Quinta das Lágrimas)** - corredor com baias metálicas que protegem os atletas. Atravessamento da estrada controlado por um agente de autoridade que permite a passagem das viaturas quando não estiverem atletas em prova.
6. **Rua José Vilarinho Raposo** - atravessamento controlado pelas autoridades, deixando passar as viaturas quando não estiverem atletas em prova.
7. **Rua António Augusto Gonçalves** – interdição do estacionamento do lado esquerdo do arruamento. Criação de um corredor para os atletas, mantendo a circulação automóvel, existindo apenas um atravessamento controlado por agentes da autoridade.
8. **Rua de Baixo** - corredor de passagem dos atletas que os orienta para o recinto do Convento de Santa Clara a Velha.



20/06/2024

Triatlo Cross Standard

9:00 – 16h30

NOTA: Ao longo de todo o percurso, especialmente na zona da "alta", serão colocados estrategicamente voluntários com apitos, sinalizando perigos aos utilizadores e evitando contactos diretos com os atletas em prova. Será igualmente estabelecido um contacto direto e individual por parte da organização, com todos os comerciantes e residentes ao longo do percurso de forma a minimizar os impactos da prova.



Percurso:

Bicicleta: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Praça da Canção; Av. de Conimbriga; Ponte Açude; Mata do Choupal; Centro Hípico; Mata do Choupal; Ciclovia da Av. Aeminium; Passeio Ribeirinho; Largo da Portagem; Rua da Sota; Rua Sargento Mor; Praça do Comércio; Rua Eduardo Coelho; Rua do Corvo; Praça 8 de Maio; Rua Visconde da Luz; R. Corpo de Deus; Rua do Colégio Novo; Rua do Loureiro; Largo de São Salvador; Rua de São Salvador; Rua do Cabido; Largo da Sé Velha; Rua do Norte; Travessa da Rua do Norte; Rua São João; Largo da Porta Férrea; Rua Guilherme Moreira; Rua da Ilha; Largo da Sé Velha; Rua Joaquim António de Aguiar; Largo Anthero Alte da Veiga; Rua Fernandes Thomas; Rua Quebra Costas; Arco de Almedina; Rua Ferreira Borges; Largo da Portagem; Couraça da Estrela; Couraça de Lisboa; Rua do Arco da Traição; Jardim Botânico; Rua da Alegria; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita);



Corrida: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Estrada das Lágrimas; Quinta das Lágrimas; Rua Feitoria dos Linhos; Travessa da Rua feitoria dos Linhos; Calçada Santa Isabel; Largo do Convento de Santa Clara a Nova; Calçada Santa Isabel; Convento de São Francisco; Rua Carlos Pinto Abreu; Rua de Baixo; Convento de Santa Clara a Velha; Praça da Canção; Parque Verde (margem esquerda); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem direita)

Condicionamentos:

1. **Ponte Pedro e Inês** – impedida a circulação pedonal uma vez que há circulação de atletas em bicicleta em ambos os sentidos.
2. **Ponte Santa Clara (margem esquerda)** – apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Av. de Conimbriga, onde percorrerão as zonas pedonais até à Ponte Açude.
3. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito. O percurso segue pela Mata do Choupal e de seguida pela Passeio Ribeirinho sempre em zona pedonal sem condicionamentos.
4. **Rua do Centro Hípico (junto à Ponte dos Casais)** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para o sentido inverso em caminho agrícola
5. **Rua do Centro Hípico (junto da entrada do Choupal)** apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Mata do Choupal.
6. **Largo da Portagem** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Rua da Sota.
7. **Rua da Sota** – é garantida passagem de viaturas.
8. **Rua da Sota / Rua Sargento Mor** - controlada com voluntários espalhados estrategicamente, de forma que utilizadores dos estabelecimentos comerciais, moradores e público em geral não entrem na zona de passagem dos ciclistas. Se necessário colocam-se baias metálicas e fitas limitando o acesso ao corredor de passagem dos atletas.
9. **Praça do Comércio** - corredor com baias metálicas para passagem dos atletas. A cada 20m será criada uma passagem, controlada por voluntários, que permitem e orientam a passagem de pessoas no atravessamento deste corredor.
10. **Rua Eduardo Coelho / R. do Corvo** - voluntários com apitos em todas as entradas de estabelecimentos comerciais e residências, controlando os acessos à via, evitando dessa forma interferência com os atletas em prova. Serão ainda colocadas baias e fita sinalizadora nas zonas de maior probabilidade de interferência, reduzindo ou mesmo eliminando o risco de confronto e acidentes.
11. **Praça 8 de Maio / Rua Visconde da Luz** - corredor próprio delimitado por baias metálicas até ao início da R. Corpo de Deus.
12. **Rua Corpo de Deus** - interdita a circulação viária durante a prova. Voluntários a controlar a saída dos estabelecimentos comerciais e das residências, de forma que as pessoas não entrem no circuito de corrida e interfiram com os atletas, evitando assim acidentes. Se necessário serão utilizadas baias e fita para criar zonas de segurança para os utilizadores pedonais das ruas em causa.
13. **Rua do Colégio Novo** - interdita a circulação viária durante a prova.
14. **Rua do Loureiro / Rua de São Salvador / Rua do Cabido** - ao longo deste percurso serão distribuídos voluntários com apitos, junto das entradas de casas e estabelecimentos comerciais, de forma a evitar o conflito das pessoas com os atletas em prova. Se necessário serão utilizadas baias e fita para criar zonas de segurança para os utilizadores pedonais das ruas em causa.



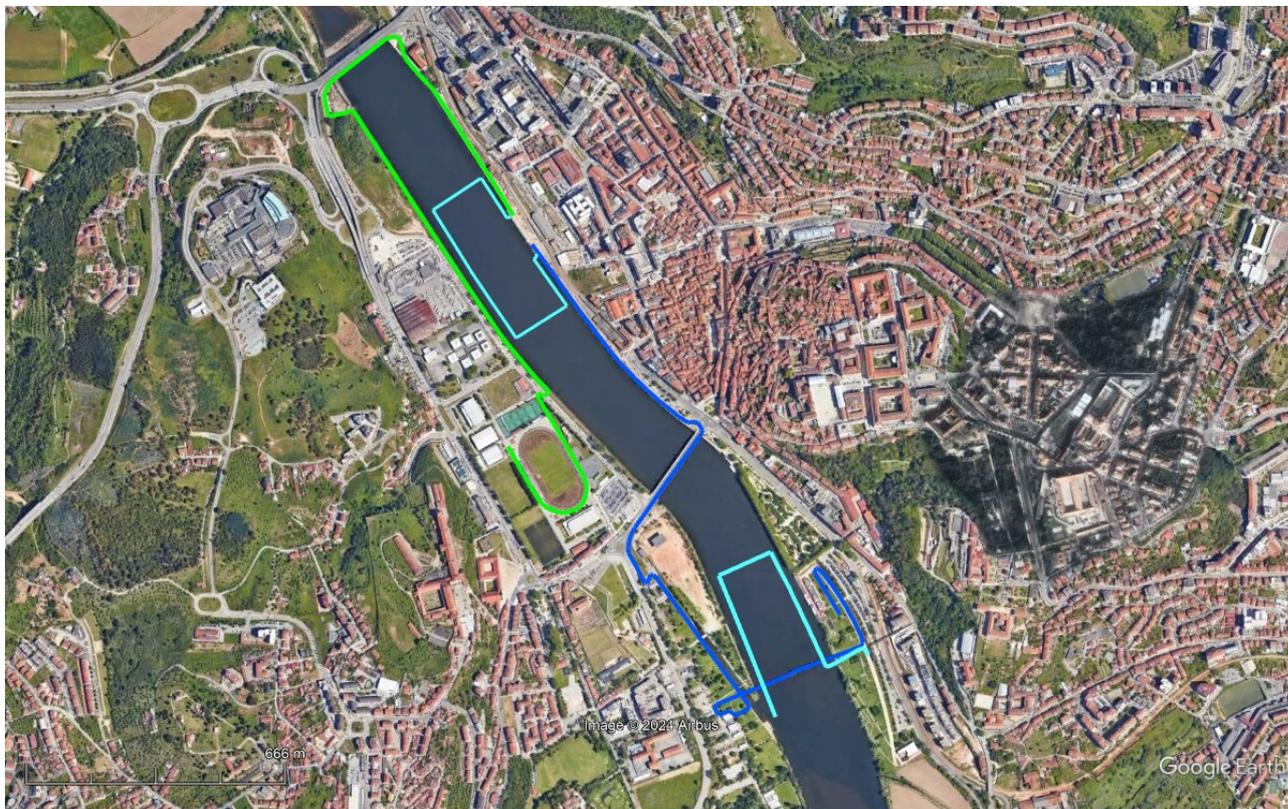
15. **Largo de São Salvador e Rua de São Salvador** – encerradas ao trânsito automóvel e estacionamento durante a prova
16. **Largo da Sé Velha** - corredor de passagem dos atletas com recurso a baias metálicas, orientando-os para a Rua do Norte. Serão distribuídos voluntários ao longo do percurso para orientar os utilizadores pedonais do espaço e permitir passagem sempre que não estiverem atletas em prova.
17. **Rua dos Coutinhos / Rua Borges Carneiro** – embora estejam incluídas no percurso da prova estarão encerradas ao trânsito automóvel uma vez que não é permitida a circulação nos arruamentos confinantes.
18. **Rua do Norte / Travessa da Rua do Norte** - encerradas ao trânsito automóvel.
19. **Rua São João** – interdição do estacionamento do lado direito.
20. **Rua José Falcão** – acesso reservado a veículos autorizados, efetuando-se a entrada e saída através da Rua de São Pedro. O estacionamento da Faculdade de Direito estará encerrado, sendo que qualquer eventualidade de saída de viaturas deverá ser realizada pela Rua José Falcão.
21. **Rua Guilherme Moreira / Rua da Ilha** - encerradas ao trânsito automóvel.
22. **Rua Joaquim António de Aguiar / Largo Anthero Alte da Veiga / Rua Fernandes Thomas** - encerrada ao trânsito automóvel. Ao longo desta rua serão colocados voluntários e se necessário baias e fitas, de forma a proteger os residentes e utilizadores do espaço junto de estabelecimentos comerciais e residências.
23. **Rua Quebra Costas / Arco de Almedina** - corredor com baias metálicas que protegerá os utilizadores do espaço e os atletas. Voluntários a alertar dos perigos e a proteger os utilizadores do espaço público.
24. **Rua Ferreira Borges / Largo da Portagem** - corredor com baias metálicas e fitas. Voluntários que sinalizam a passagem dos atletas.
25. **Couraça Estrela** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
26. **Couraça de Lisboa** - encerrada ao trânsito. Caso algum veículo estacionado necessite de sair, o movimento será controlado pela PSP no local.
27. **Rua do Arco da Traição** – garantida a circulação. Interdição do estacionamento do lado direito da via.
28. **Estrada das Lágrimas (junto da entrada do Hotel Quinta das Lágrimas)** - corredor com baias metálicas que protegem os atletas. Atravessamento da estrada controlado por um agente de autoridade que permite a passagem das viaturas quando não estiverem atletas em prova.
29. **Rua José Vilarinho Raposo** - atravessamento controlado pelas autoridades, deixando passar as viaturas quando não estiverem atletas em prova.
30. **Rua Feitoria dos Linhos** - interdição do estacionamento do lado direito do arruamento. Criação de um corredor para os atletas, mantendo a circulação automóvel.
31. **Travessa da Rua Feitoria dos Linhos** - interdição do estacionamento do lado direito do arruamento. Criação de um corredor para os atletas, mantendo a circulação automóvel.
32. **Rua Carlos Pinto de Abreu** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Calçada Santa Isabel;
33. **Calçada Santa Isabel** - encerrada ao trânsito. Os residentes deverão ser avisados pela organização para que as viaturas sejam retiradas até às 10h00, caso seja necessário.
34. **Rua Carlos Pinto de Abreu (junto ao Portugal dos Pequenitos)** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para passagem na zona da passadeira.
35. **Rua António Augusto Gonçalves** - apenas cortes de trânsito temporários, apenas para passagem dos atletas para a Rua de Baixo
36. **Rua de Baixo** - corredor de passagem dos atletas que os orienta para o recinto do Convento de Santa Clara a Velha.



21/06/2024

Aquatlo

9:00 – 14h00



Percurso:

Corrida: Estádio Universitário; Ciclovia (Av. de Conímbriga); Ponte Açude; Passeio Ribeirinho; Ponte Santa Clara; Praça da Canção; Parque Verde

Condicionamentos:

1. **Av. de Conímbriga** - apenas cortes de trânsito temporários para passagem dos atletas para a ciclovia.
2. **Ponte Santa Clara** - apenas cortes de trânsito temporários para passagem dos atletas para o a via direita (sentido Santa Clara-Portagem) a qual fica reservada, garantindo-se a circulação em ambos os sentidos nas vias opostas.

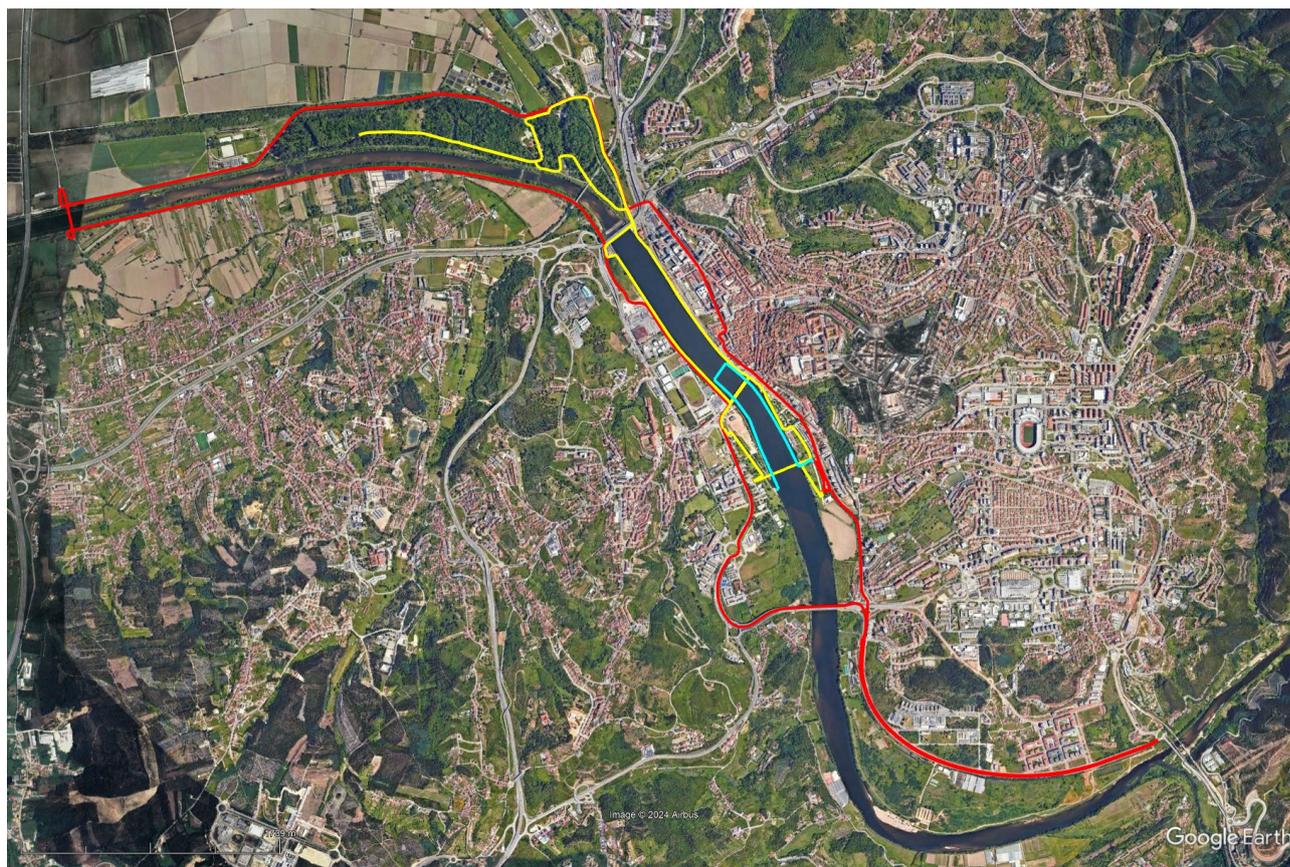


22/06/2024

Triatlo Half Distance

4:00 – 17h30

NOTA: Por estarem muitos atletas previstos, as partidas serão desfasadas temporalmente. Face aos "andamentos" dos atletas em prova, o circuito de bicicleta, com exceção da Ponte de Santa Clara e o tabuleiro inferior da Ponte Açude, todas os restantes condicionamentos acima referidos ficarão libertos por volta das 16h30.



Percurso:

Bicicleta: Av. Lousã; Av. Cónego Urbano Duarte; IC3 (ida e volta até à Portela); Ponte Rainha Santa; Rotunda Lajes; Av. Inês de Castro; Av. Conímbriga; rotunda inferior da Ponte Açude (margem esq.); Estrada do Rio; Ponte dos Casais; Rua do Centro Hípico; Av. Aeminium; Túnel do Choupal; Av. Fernão de Magalhães; Rua António Granjo; Av. Emídio Navarro; Av. da Lousã; Parque Verde (margem direita)

Corrida: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Av. Inês de Castro; Av. de Conímbriga; Tabuleiro inferior da Ponte Açude; Ciclovía da Via Aeminium; Mata do Choupal; Rua do Centro Hípico; Ciclovía da Via Aeminium; Passeio Ribeirinho; Ponte de Santa Clara; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita)

Condicionamentos:

1. **Av. da Lousã** - totalmente fechada ao trânsito.
2. **Ladeira do Batista** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Urbanização Terraços do Rio e Rua do Brasil. Vias separadas por cones.



3. **Av. Cónego Urbano Duarte** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Rua do Brasil e a rotunda da Boavista, através da circulação pelas vias ascendentes. Vias separadas por cones.
4. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem direita / margem esquerda)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova. O trânsito automóvel fica garantido, para acesso ao IC2 na rotunda do Hotel D. Luís, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
5. **IC2 (entre a rotunda das Lages e a Ponte Rainha Santa)** - totalmente fechada para a prova. É garantido o sentido ascendente para o trânsito automóvel, efetuando-se o acesso à Ponte Rainha Santa pela rotunda do Hotel D. Luís. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
6. **Av. Inês de Castro** – 3 vias ocupadas pela prova, sendo garantida a passagem de viaturas no sentido Sta. Clara – Lages, pela via mais à direita. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
7. **Rotunda Av. Inês de Castro/Av. João das Regras** – ficará assegurado acesso no sentido Av. João das Regras-Av. Inês de Castro através da via dedicada.
8. **Ponte de Santa Clara** - totalmente fechada ao trânsito.
9. **Av. de Conimbriga** – cortada à circulação, sendo garantida uma via reservada à saída do estacionamento da Praça das Cortes e Estádio Universitário e à saída e entrada dos SMTUC através da Rua Luís António Verney. Estacionamento interdito em ambos os sentidos.
10. **Rotunda do Fórum** – impedida a circulação em torno da rotunda, sendo garantido o cesso às bombas de gasolina, com saída para a Av. da Guarda Inglesa no sentido Norte/Sul, assim como a saída do Fórum para a Av. da Guarda Inglesa no mesmo sentido.
11. **Estrada do Rio** – totalmente fechada desde a rotunda do Fórum até à Ponte dos Casais.
12. **Ponte dos Casais** - totalmente fechada ao trânsito.
13. **Rua do Centro Hípico** - fechada entre a rotunda da Estação Velha e a Ponte dos Casais, sendo salvaguardado o acesso ao Centro Hípico, Estação de Tratamento de Águas Residuais do Choupal e Canil Municipal, controlado por agentes da PSP no local.
14. **Rotunda da Estação Velha** – garantida a circulação na rotunda, com acesso ao túnel da Estação Velha (circulação bidirecional e alternada no túnel)
15. **Av. Aeminium** - totalmente fechada à circulação entre a rotunda da Estação Velha e o tabuleiro inferior do Açude Ponte.
16. **túnel do Choupal** - totalmente fechado à circulação.
17. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado à circulação.
18. **Av. Fernão de Magalhães (entre a Casa do Sal e a Rotunda Cindazunda)** – entrada na avenida orientada por agentes de autoridade, os quais controlam a passagem das viaturas e dos atletas na zona do atravessamento. Corredor para a prova será criado na via mais interior, garantindo-se dessa forma a circulação e acessos às garagens. Nas rotundas será garantida a passagem das viaturas controlada por agentes da autoridade. Os autocarros da Transdev saem da garagem pelo portão localizado nas traseiras e pela Rua Padre Estevão Cabral.
19. **Rotunda Cindazunda** – garantida a circulação controlada por agentes de autoridade.
20. **Av. Fernão de Magalhães (entre a Rotunda Cindazunda e a Portagem)** - corredor dedicado à provava na via mais à direita. A circulação automóvel é garantida no sentido Portagem-Rotunda Cindazunda. Os acessos às garagens e propriedade privada é salvaguardado, efetuando o atravessamento do corredor quando não houver atletas e sob indicação das forças de segurança.
21. **Rua António Granjo** - totalmente fechada ao trânsito. Estacionamento interdito.
22. **Av. Emídio Navarro (entre a Estação Nova e a Portagem)** - vias BUS e via automóvel no sentido da Portagem reservadas à prova. Circulação automóvel no sentido da Estação Nova garantido,



assim como os estacionamento e paragens de autocarros existentes. Salvaguardado o acesso às Clínicas e Hotéis.

23. **Av. Emídio Navarro (entre o Largo da Portagem e a Av. da Lousã)** – duas vias serão reservadas à prova, ficando as outras duas vias para circulação automóvel, no sentido da Portagem.



23/06/2024

Triatlo Long Distance

4:00 – 18h00

NOTA: A hora de término dos condicionamentos de trânsito respeita a todo o circuito da prova sendo que à medida que o último atleta no percurso termina o mesmo, imediatamente as vias vão sendo libertadas. Especial atenção ao circuito de bicicleta, que é o que provoca maiores condicionamentos, sendo expectável que o último atleta em prova o termine por volta das 17h. Após o fim da prova de bicicleta, ficará ainda limitado e sem acesso automóvel o troço entre a rotunda do acesso ao Túnel do Choupal, o tabuleiro inferior da Ponte Açude, o acesso à Ponte de Santa Clara pela Av. Inês de Castro e a Ponte de Santa Clara até ao final do Evento, o qual tem como limite máximo as 23h59.



Percurso:

Bicicleta: Av. Lousã; Av. Cónego Urbano Duarte; IC3 (ida e volta até à Portela); Ponte Rainha Santa; Rotunda Lajes; Av. Inês de Castro; Av. Conímbriga; rotunda inferior da Ponte Açude (margem esq.); Estrada do Rio (inversão no limite do Concelho e retorno); Ponte dos Casais; Rua do Centro Hípico (inversão junto ao Centro Hípico e retorno); Ponte dos Casais; Estrada do Rio; rotunda inferior da Ponte Açude (margem esq.); Av. Conímbriga; Av. Inês de Castro; Rotunda das Lajes; Ponte Rainha Santa; IC3 (ida e volta até à Portela); Av. Cónego Urbano Duarte; Av. Lousã; Parque Verde (margem direita)

Corrida: Parque Verde (margem direita); Ponte Pedro e Inês; Parque Verde (margem esquerda); Av. Inês de Castro; Av. de Conimbriga; Tabuleiro inferior da Ponte Açude; Ciclovía da Via Aemínium; Mata



do Choupal; Rua do Centro Hípico; Ciclovia da Via Aeminium; Passeio Ribeirinho; Ponte de Santa Clara; Parque Manuel Braga; Parque Verde (margem direita)

Condicionamentos:

1. **Av. da Lousã** - totalmente fechada ao trânsito.
2. **Ladeira do Batista** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Urbanização Terraços do Rio e Rua do Brasil. Vias separadas por cones.
3. **Av. Cónego Urbano Duarte** – circulação garantida em ambos os sentidos entre a Rua do Brasil e a rotunda da Boavista, através da circulação pelas vias ascendentes. Vias separadas por cones.
4. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem direita / margem esquerda)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova. O trânsito automóvel fica garantido, para acesso ao IC2 na rotunda do Hotel D. Luís, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
5. **IC2 (entre a rotunda das Lages e a Ponte Rainha Santa)** - totalmente fechada para a prova. É garantido o sentido ascendente para o trânsito automóvel, efetuando-se o acesso à Ponte Rainha Santa pela rotunda do Hotel D. Luís. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
6. **Av. Inês de Castro** – 3 vias ocupadas pela prova, sendo garantida a passagem de viaturas no sentido Sta. Clara – Lages, pela via mais à direita. Separação entre a via da prova e a via aberta ao trânsito com cones.
7. **Rotunda Av. Inês de Castro/Av. João das Regras** – ficará assegurado acesso no sentido Av. João das Regras-Av. Inês de Castro através da via dedicada.
8. **Ponte de Santa Clara** - totalmente fechada ao trânsito.
9. **Av. de Conimbriga** – cortada à circulação, sendo garantida uma via reservada à saída do estacionamento da Praça das Cortes e Estádio Universitário e à saída e entrada dos SMTUC através da Rua Luís António Verney. Estacionamento interdito em ambos os sentidos.
10. **Rotunda do Fórum** – impedida a circulação em torno da rotunda, sendo garantido o cesso às bombas de gasolina, com saída para a Av. da Guarda Inglesa no sentido Norte/Sul, assim como a saída do Fórum para a Av. da Guarda Inglesa no mesmo sentido.
11. **Tabuleiro inferior do Açude Ponte** - totalmente fechado ao trânsito.
12. **Estrada do Rio** – totalmente fechada desde a rotunda do Fórum e o limite do Concelho.
13. **Ponte dos Casais** - totalmente fechada ao trânsito.
14. **Rua do Centro Hípico** - totalmente fechada ao trânsito entre a Ponte dos Casais e o Centro Hípico.
15. **Túnel do Choupal e Av. Aeminium** - com circulação rodoviária no sentido Coimbra-Bolão
16. **Ponte Rainha Santa Isabel (sentido margem esquerda / margem direita)** - via mais junto ao separador central fica reservada à prova, sendo garantido o acesso em direção à Av. Mendes Silva, controlado por agentes da PSP no local para permitir a passagem de viaturas nos intervalos das passagens dos atletas. Via com redução de velocidade para 30km/h, delimitada com cones e PMP's na zona de cruzamento entre veículos e atletas.
17. **IC3 (Portela)** – desde a rotunda até à Rotunda da Portela, onde será efetuada a inversão de marcha no topo do separador, regressando igualmente pelas vias interiores. A rotunda da Portela fica totalmente circulável, assim como as vias exteriores.
18. **rotunda inferior da Ponte Rainha Santa Isabel** – garantida a passagem para a Av. Mendes Silva e Av. Urbano Duarte.