

DISTÂNCIAS

TRÓIA

STANDARD

Local Partida (Tróia Resort)	Run	Swim	D+	Dist. acumulada
TR1 (Praia Bico das Lulas)	2 300		5	2 300
SW1 (Ilha Banco de Areia)		1 100		3 400
TR2 (Ilha Banco de Areia)	1 500		3	4 900
SW2 (Tróia Mar)		800		5 700
TR3 (Marina - Ruínas Romanas) / Abast. 1 - 7 km	6 500		125	12 200
SW3 (Fuzileiros)		700		12 900
TR4 (Fuzileiros - Soltróia Rio) / Abast. 2 - 15,3 km	3 600		42	16 500
SW4 (Soltróia Rio)		500		17 000
TR5 (Soltróia - Praia da Galé) / Abast. 3 - 18,7 km	4 500		20	21 500
SW5 (Praia da Galé)		800		22 300
TR6 (Praia da Galé - Meta)	2 700		5	25 000
DISTÂNCIA TOTAL (METROS)	21 100	3 900	200 D+	25 000

06 Runs | 05 Swims (18% Swimming)