



5 DAYS DOURO

Foz Coa

ADVENTURE

BY CARLOS SÁ NATURE EVENTS

01 A 05 NOVEMBRO
2023



programma



Centro de Alto Rendimento do Pocinho



Quinta Vale Meão



Quinta Vale Meão

1º DIA

01 DE NOVEMBRO · QUARTA

13:00 Concentração no aeroporto do Porto

|

15:00 Check-in no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

|

15:40 Transfer para a Quinta Vale Meão

|

16:30 **Partida do Sunset 14k**

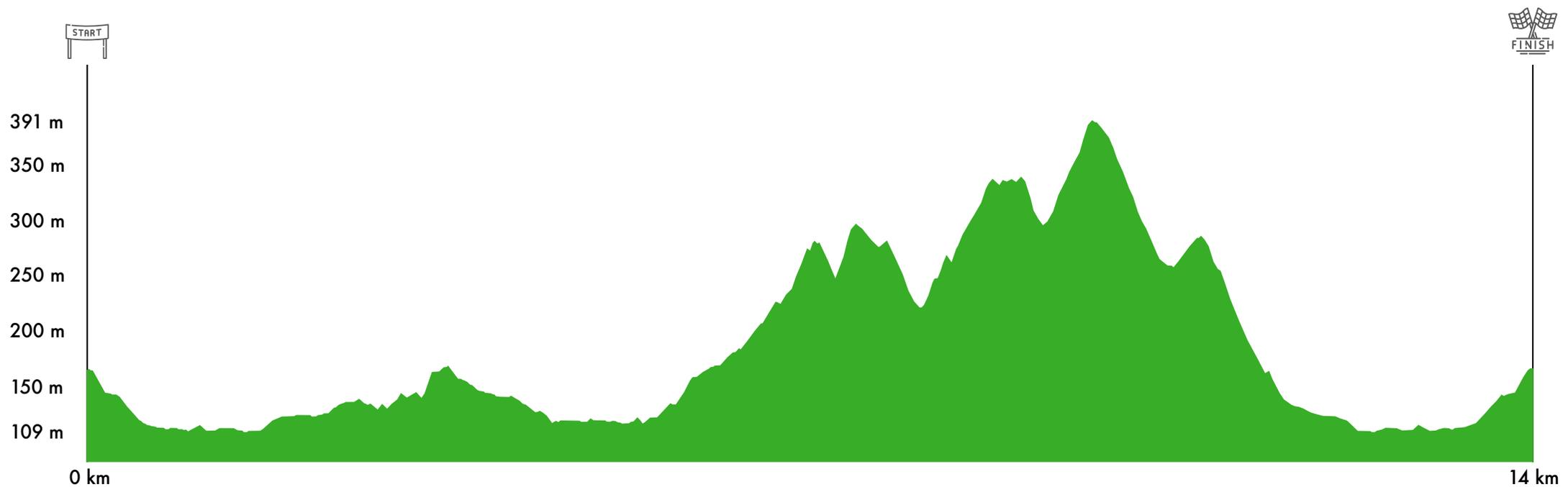
|

20:00 Jantar no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

1º Dia

📍 QUINTA VALE MEÃO >> CENTRO ALTO RENDIMENTO DO POCINHO

📊 14 km [682 D+ / 682 D-]





Castelo de Numão



2º DIA 02 DE NOVEMBRO · QUINTA

07:30 | Início do pequeno-almoço no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

08:30 | Transfer para Numão

09:00 | **Partida 30k Castelo de Numão**

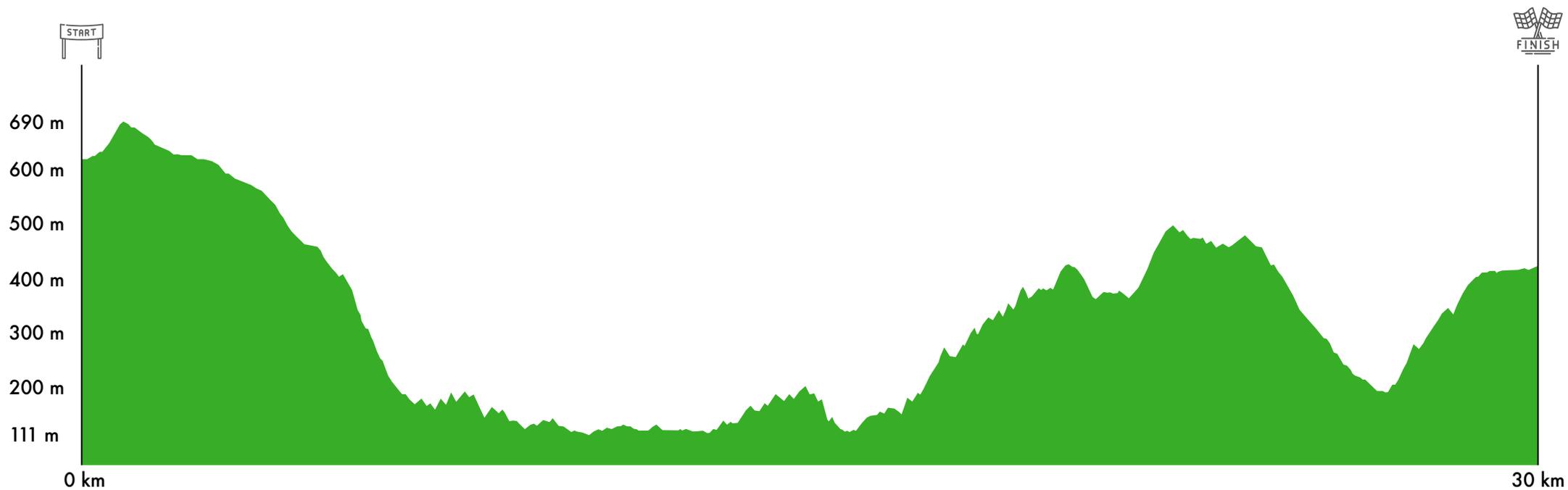
16:00 | Chegada dos últimos atletas do grupo

19:00 | Jantar no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

2º Dia

📍 CASTELO NUMÃO >> VILA NOVA DE FOZ CÔA

📊 30 km [1416 D+ / 1612 D-]





Castelo Melhor



Cidadelhe

3º DIA 03 DE NOVEMBRO · SEXTA

07:30 | Início do pequeno-almoço no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

08:15 | Transfer para Cidadelhe

09:00 | **Partida 22k Cidadelhe - Castelo Melhor**

15:00 | Chegada prevista dos últimos atletas do grupo

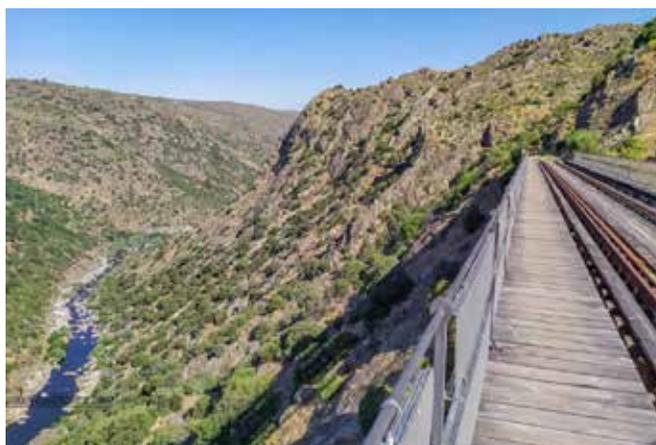
19:00 | Jantar no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

3º Dia

 CIDADELHE >> CASTELO MELHOR

 22 km [548 D+ / 638 D-]





4º DIA 04 DE NOVEMBRO · SÁBADO

07:30 | Início do pequeno-almoço no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

08:00 | Transfer para a Partida

09:30 | **Partida 42k Rota dos Túneis**

19:00 | Jantar no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

20:30 | Cerimónia de Entrega de Prémios do Circuito Best Trail Series



5º DIA

05 DE NOVEMBRO · DOMINGO

07:30 Início do pequeno-almoço no Centro de Alto Rendimento do Pocinho

|

08:30 Transfer para a Partida

|

09:00 **Partida 15k Vila Nova de Foz Côa**

|

12:00 Chegada prevista do último atleta

|

15:12 Fim das Atividades

5º Dia

 VILA NOVA DE FOZ CÔA

 15 km [670 D+ / 671 D-]



FCDTA 5 DIAS

01 A 05 DE NOVEMBRO DE 2023

FCDTA 5 DIAS / 5 ETAPAS - LIMITE DE 100 PARTICIPANTES

PREÇOS:

Até 25 de Outubro 2023 - 500€

*Possibilidade de pagar 50% no ato da inscrição e os restantes 50% no 1º dia do evento

INCLUI:

- Transfer para o Pocinho e de volta para o Porto;
- Transfers entre etapas todos os dias;
- 4 Noites no Centro de Alto Rendimento do Pocinho (CAR) com pequeno-almoço incluído, em quarto single ou duplo (quartos duplos têm número limitado 8);
- 4 Jantares;
- 1 almoço (dia 5 de Novembro);
- Seguro de acidente pessoal;
- Serviço de proteção e socorro;
- Abastecimentos líquidos e sólidos +/- a cada 10km;
- Prémio finalista;
- Oferta alusiva ao evento;
- Outras ofertas e serviços que a organização venha a conseguir.

NÃO INCLUI:

- Outros serviços não especificados acima.

(Não são permitidas alterações aos dados dos participantes após o dia 25 de Outubro.)