





TEMPOS DE PASSAGEM

LOCAL	Caminhada - K15				Passagem + rápidos 	Passagem + lentos 
	KMS	Altitude	Acum. D+	Acum. D-		
Partida (Junto à Câmara Municipal)	0,0	361	0	0	9:30:00	9:30:00
Cerejeira	2,0	310	20	-73	9:44:00	10:05:00
Fonte do Forjo	3,1	338	75	-93	9:51:42	10:24:15
Travessia da Estrada para a Pombeira - 1	4,0	345	114	-125	9:58:00	10:40:00
Travessia da Estrada para a Pombeira - 2	4,9	282	114	-192	10:04:18	10:55:45
Abastecimento da Reflorestação	5,4	339	163	-192	10:07:48	11:04:30
Descida da Serra do Posto de Vigia / Rocha do Vale Longo	7,0	360	223	-222	10:19:00	11:32:30
Rocha do Vale Longo (ABASTECIMENTO)	8,2	280	233	-311	10:27:24	11:53:30
Ribeira da Cabrieira (Lado de cima do Poço Escuro)	9,1	183	233	-401	10:33:42	12:09:15
Ribeira da Cabrieira (junto à Ponte de cimento)	10,1	234	276	-421	10:40:42	12:26:45
Penedo da Bica	10,6	236	302	-436	10:44:12	12:35:30
Azenha do Marmelo	11,3	233	312	-442	10:49:06	12:47:45
Casa da Muda (Lagar do Lombo)	11,9	249	337	-461	10:53:18	12:58:15
Cerejeira	13,3	316	429	-476	11:03:06	13:22:45
Meta (Pavilhão Municipal)	15,0	345	490	-500	11:15:00	13:52:30