



Realiza-se no dia 8 de dezembro de 2021 pelas 10h45, na Cidade do Porto, Paranhos, a **64ª Volta a Paranhos**, com partida junto à Rua Alfredo Allen/junto à Faculdade de Psicologia e chegadas na Rua Alfredo Allen/junto à Faculdade de Psicologia, e o tempo máximo de duração desta prova é de 2 horas.

Corrida 10 Kms

Caminhada 4 Kms

INSCREVE-TE NO CLUBE PT ZONA NORTE ATÉ AO PRÓXIMO DIA 26 DE NOVEMBRO

PREÇOS:

	Corrida 10 Kms	Caminhada 4 Kms
Sócios Clube PT- Zona Norte (efetivos, auxiliares, praticantes):	8,00 €	2,00 €
Funcionários Grupo Altice P/Meo no ativo:	9,50 €	3,50 €
Não Sócios Clube PT:	10,00 €	4,00 €

PERCURSOS:

VOLTA A PARANHOS - 10 KM

Partida: Rua Alfredo Allen/junto à Faculdade de Psicologia, segue sentido norte/sul, vira à direita, rua Dr. Manuel Pereira da Silva, Largo da Igreja de Paranhos, segue em frente (sentido inverso ao trânsito) Rua Delfim Maia, Volta à direita Rua Dr. Leonardo Coimbra, vira à esquerda, rua Coronel Almeida Valente, vira à direita para rua Conde de Abranches, vira à esquerda rua António Bernardino de Almeida, vira à direita para rua Alfredo Allen, no final da rua, vira à esquerda, rua Dr. Manuel Pereira da Silva, vira à direita, rua Dr. Manuel Laranjeira, vira à esquerda, rua Augusto Lessa, vira à direita, rua Joaquim Pires de Lima, vira à direita, rua de Costa Cabral, vira à direita rua da Constituição, vira à direita rua Serpa Pinto, vira à direita, rua S.Dinis, vira à direita, rua Capitão Pombeiro, vira à esquerda rua Antero de Quental, vira à esquerda, rua Vale Formoso, Praça 9 de Abril, rua do Amial, vira à direita, rua Dr. Carlos Ramos, rua Conde de Abranches, vira à esquerda, rua Dr. António Bernardino de Almeida, vira à direita para a rua Alfredo Allen, META, na mesma rua junto à Faculdade de Psicologia e ao I3S.

2ª Volta: Rua Alfredo Allen/junto à Faculdade de Psicologia, sentido norte/sul, vira à direita, rua Dr. Manuel Pereira da Silva, Largo da Igreja de Paranhos, volta à direita rua Dionísio Santos Silva, Rua Coronel Almeida Valente, vira à direita Dr. António Bernardino de Almeida, vira à direita rua Alfredo Allen, Meta Final Frente à Faculdade Psicologia e I3S.

CAMINHADA PAIS E FILHOS - 4 KM

Partida: 1ª VOLTA: Rua Alfredo Allen/junto à Faculdade de Psicologia, sentido norte/sul, vira à direita, rua Dr. Manuel Pereira da Silva, Largo da Igreja de Paranhos, segue em frente (sentido inverso ao trânsito) Rua Delfim Maia, Volta à direita Rua Dr. Leonardo Coimbra, vira à esquerda, rua Coronel Almeida Valente, vira à direita para rua Conde de Abranches, vira à esquerda rua António Bernardino de Almeida, vira à direita para rua Alfredo Allen.

2ª Volta: Rua Alfredo Allen/junto à Faculdade de Psicologia, sentido norte/sul, vira à direita, rua Dr. Manuel Pereira da Silva, Largo da Igreja de Paranhos, volta à direita Rua Dionísio Santos Silva, Rua Coronel Almeida Valente, vira à direita Dr. António Bernardino de Almeida, vira à direita a rua Alfredo Allen, Meta Final Frente à Faculdade Psicologia e I3S.

INSCRIÇÕES E PAGAMENTOS:

Nº SÓCIO (Nº DE FUNCIONÁRIO,) NOME, DATA DE NASCIMENTO, Nº BI, TAMANHO DE T-SHIRT E CONTACTO.

PAGAMENTOS (ATÉ À DATA LIMITE DAS INSCRIÇÕES - 26 DE NOVEMBRO)

O pagamento poderá ser efetuado diretamente na secretaria do Clube PT Zona Norte ou por transferência bancária para o nib: 003520660008486913035.

Caso seja efetuada transferência bancária, deverá ser remetido o respetivo comprovativo para um dos e-mail 's: zn@clubept.pt OU cptnorte@sapo.pt.

LEVANTAMENTO DE DORSAIS:

O levantamento de dorsais será efetuado Cidade do Porto, Paranhos, junto ao do i3S - Instituto de Investigação e Inovação em Saúde, R. Alfredo Allen, 4200-135 Porto, Polo universitário de Paranhos
dia 6 de Dezembro das 15:00 às 20:00H
dia 7 de Dezembro, das 10:00H às 20:00H

**No dia 8 de Dezembro dia da competição, não haverá entrega de dorsais.
 É obrigatória a devolução dos chips.**