



AGENDA DESPORTIVA

AQUI FICAM ALGUMAS SUGESTÕES PARA
COLOCAR EM PRÁTICA OS TREINOS

PORTO

Maratona do Porto

Prova principal com 42 195 metros, uma family race de 15 km e um passeio/caminhada de 6 km, disputados nas margens do rio Douro. ■
Data 4 de novembro (09h00)
site www.maratonadoporto.com
Preço 55 euros.

LISBOA

Corrida da Água

Prova de 10 km e caminhada de 5. Começa em Monsanto e permite a passagem pelo majestoso Aqueduto das Águas Livres. ■
Data 4 de novembro
site www.xistarca.pt
Preço desde 6 euros

LISBOA

Corrida das Castanhas

Corrida de 10 km e caminhada com 4 km de extensão. Partida no Palácio Nacional da Ajuda. No final há convívio com castanhas e água-pé. ■
Data 11 novembro (10h00)
Site www.xistarca.pt
Preço desde 9 euros com t-shirt

CADAVAL

Wine trail Run

Um trail (30 e 15 km) por vinhas da região oeste, com subida à serra de Montejunto. Há uma caminhada de 5 km na quinta do Gradil. ■
Data 11 de novembro (10h00)
Site www.werun.pt
Preço desde 15 euros (22 com almoço)

LISBOA

'Meia' dos Descobrimientos

'Meia' dos Descobrimientos na zona de Belém. Há uma prova de 10 km e uma caminhada de 4. ■
Data 2 de dezembro (10h00)
Site www.meiamaratonadosdescobrimientos.pt
Preço desde 10 euros

LISBOA

GP Natal

Uma das corridas mais antigas e emblemáticas de Portugal. Partida em Benfica e chegada aos Restauradores. ■
Data 9 de dezembro (10h30)
Site www.maratonacubportugal.pt
Preço desde 10 euros

FAMALICÃO

'Meia' de Famalicão

Prova principal com 21 095 metros e uma caminhada de 4 quilómetros pelas artérias de Famalicão. Partida na Av. do Brasil. ■
Data 25 de novembro (10h00)
site www.runporto.com
Preço 10 euros

LISBOA

S. Silvestre de Lisboa

11.ª edição da S. Silvestre de Lisboa que tem como palco a avenida da Liberdade. É limitada a 10 mil participantes. ■
Data 29 de dezembro (17h30)
Site www.saosilvestredelisboa.pt
Preço desde 12 euros. Inscrição gold: 50

NAZARÉ

44ª Meia Maratona da Nazaré

Uma das clássicas do atletismo nacional. Além da 'meia' há uma corrida de 10 km e caminhada. ■
Data 11 de novembro (10h30)
Preço desde 15 euros