






















4.^a etapa /4th Stage: Albufeira » Alto do Malhão, Loulé - 169,7km, Asc. - 3050m
22/02/2020 - Sábado / Saturday

Concentração / Meeting Point: Câmara Municipal de Albufeira (GPS: 37°05'29.1"N 8°14'44.9"W) - 11:00h
Chegada / Finish Line: Alto do Malhão - (Loulé) (GPS: 37°18'03.7"N 8°06'04.5"W)
Abastecimento Apeado / Feed Zone: GPS: 37°10'52.4"N 7°59'04.7"W

km Percorridos / From Start	Km A percorrer / To the	Alt.	Percurso / Route		i	Horários de passagem / Timetable		
						38 Km/h	40 Km/h	42 Km/h
	3,6	45	Partida Simbólica / Symbolic Start - Câmara Municipal de Albufeira			12:30	12:30	12:30
			À direita p\ Av. Dos Descobrimientos					
			Rotunda dos Relógios: em frente - Av dos Descobrimientos					
			Rotunda ds Minhocas: em frente - Av dos Descobrimientos					
			Rotunda do Globo - Av. Dos Descobrimientos - inervação de sentido					
			Rotunda ds Minhocas: em frente - Av dos Descobrimientos					
			Rotunda dos Relógios: em frente - Av dos Descobrimientos					
0,0	169,7	45	Partida Real / Km 0 - Av. Dos Descobrimientos			12:40	12:40	12:40
0,5	169,2	60	Rotuda em frente - Av dos Descobrimientos			12:40	12:40	12:40
1,2	168,5	33	Rotuda á Direita p/ Faro - N395			12:41	12:41	12:41
1,9	167,8	35	Rotunda em Frente - N395			12:43	12:42	12:42
2,3	167,4	35	Rotunda em Frente - N395			12:43	12:43	12:43
4,3	165,4	70	Rotunda em Frente - N395			12:46	12:46	12:46
4,5	165,2	75	Rotunda em Frente p/ Ferreiras - N395			12:47	12:46	12:46
4,6	165,1	80	Ferreiras			12:47	12:46	12:46
5,2	164,5	54	Rotunda em frente p/ Paderne			12:48	12:47	12:47
7,8	161,9	100	Cerro de Ouro			12:52	12:51	12:51
11,4	158,3	37	Purgatório			12:58	12:57	12:56
11,7	158,0	37	Pela direita para Paderene - N270			12:58	12:57	12:56
12,5	157,2	50	MV / Sprint - Paderne			12:59	12:58	12:57
19,7	150,0	92	Boliqueime			13:11	13:09	13:08
20,0	149,7	73	Cruzamento á esquerda p/ Faro - N270			13:11	13:10	13:08
20,8	148,9	45	Rotunda á esquerda p/ Faro - N125			13:12	13:11	13:09
21,1	148,6	40	Fonte de Boliqueima			13:13	13:11	13:10
21,2	148,5	40	separadores					
21,6	148,1	40	Rotunda em frente - N125			13:14	13:12	13:10
21,7	148,0	45	separadores			13:14	13:12	13:11
23,2	146,5	35	Rotunda á direita p/ Albufeira - M526			13:16	13:14	13:13
23,8	145,9	35	Cerca de Areia			13:17	13:15	13:14
24,4	145,3	25	Cruzamento á esq. p/ Vila Moura - Estrada de Albufeira			13:18	13:16	13:14

24,8	144,9	18	Rotunda á esquerda - Estrada de Albufeira			13:19	13:17	13:15
25,0	144,7	18	Rotunda em frente - Estrada de Albufeira			13:19	13:17	13:15
25,7	144,0	25	Rotunda em frente - Estrada de Albufeira			13:20	13:18	13:16
26,0	143,7	25	Rotunda em frente - Estrada de Albufeira			13:21	13:19	13:17
26,5	143,2	20	Rotunda em frente - Estrada de Albufeira			13:21	13:19	13:17
27,0	142,7	20	Rotunda em frente - Estrada de Albufeira			13:22	13:20	13:18
27,7	142,0	10	Rotunda á direita - Av. Vila Moura XXI			13:23	13:21	13:19
28,6	141,1	10	Separador pela direita			13:25	13:22	13:20
30,8	138,9	5	Rotunda á esquerda - Estrada de Quarteira			13:28	13:26	13:24
30,9	138,8	5	Rotunda á direita p/ Centro			13:28	13:26	13:24
31,2	138,5	5	Rotunda em frente- Estrada de Quarteira			13:29	13:26	13:24
31,6	138,1	5	Cruzamento á direita / quarteira centro			13:29	13:27	13:25
31,9	137,8	0	Rotunda em frente			13:30	13:27	13:25
32,1	137,6	0	Rotunda á esquerda - Av. Dr. Carlos Mota Pinto			13:30	13:28	13:25
32,4	137,3	0	Rotunda em frente - Av. Francisco Sá Carneiro			13:31	13:28	13:26
32,7	137,0	0	Rotunda em frente - Av. Francisco Sá Carneiro			13:31	13:29	13:26
33,0	136,7	0	Rotunda em frente - Av. Francisco Sá Carneiro			13:32	13:29	13:27
33,3	136,4	0	Rotunda em frente - Av. Francisco Sá Carneiro			13:32	13:29	13:27
33,6	136,1	0	Rotunda em frente - Av. Francisco Sá Carneiro			13:33	13:30	13:28
34,1	135,6	5	Rotunda em frente - Av. Da Fonte Santa			13:33	13:31	13:28
34,7	135,0	5	Rotunda em frente p/ Faro			13:34	13:32	13:29
34,9	134,8	5	Fonte Santa			13:35	13:32	13:29
35,4	134,3	15	Rotunda em frente p/ Faro - M527-2			13:35	13:33	13:30
38,9	130,8	40	Rotunda á direita p/ Vale do Lobo - M527			13:41	13:38	13:35
40,2	129,5	40	Pela esquerda - M527			13:43	13:40	13:37
40,7	129,0	35	Rotunda em frente			13:44	13:41	13:38
41,5	128,2	45	Rotunda Valo do Lobo á esquerda p/ Quinta do Lago			13:45	13:42	13:39
41,8	127,9	45	Rotunda em frente			13:46	13:42	13:39
43,4	126,3	40	Rotunda á esquerda p/ Almancil			13:48	13:45	13:42
46,4	123,3	45	Cruzamento á direita - Rua da República			13:53	13:49	13:46
46,6	123,1	45	Pela direita (passagem estreita)			13:53	13:49	13:46
46,7	123,0	50	Cruzamento á esquerda			13:53	13:50	13:46
46,8	122,9	50	Rotunda á direita p/ Loulé - Estrada Vale Formoso			13:53	13:50	13:46
47,8	121,9	66	Passagem de nível			13:55	13:51	13:48
49,2	120,5	138	Areeiro			13:57	13:53	13:50
51,3	118,4	140	Rotunda á esquerda p/ Loulé			14:01	13:56	13:53
51,6	118,1	150	Rotunda em frente			14:01	13:57	13:53
51,7	118,0	160	Loulé			14:01	13:57	13:53
52,2	117,5	170	Rotunda em frente			14:02	13:58	13:54
52,6	117,1	165	Lombas			14:03	13:58	13:55

52,7	117,0	165	MV / Sprint - Loulé			14:03	13:59	13:55
52,9	116,8	170	Cruzamento á esq. p/ Boliqeime - Rua Eng. Duarte Pacheco	←		14:03	13:59	13:55
53,4	116,3	160	Rotunda em frente			14:04	14:00	13:56
53,5	116,2	160	Lombas			14:04	14:00	13:56
53,9	115,8	150	Rotunda á esquerda p/ Boliqeime - N270			14:05	14:00	13:57
55,0	114,7	160	Rotunda em frente - N270			14:06	14:02	13:58
58,6	111,1	125	Rotunda em frente - N270			14:12	14:07	14:03
62,7	107,0	135	Cruzamento á direita p/ Tenoca - M1180	→		14:19	14:14	14:09
64,1	105,6	180	Alfente			14:21	14:16	14:11
64,7	105,0	205	Inicio Subida / Start of Climb			14:22	14:17	14:12
66,0	103,7	310	PM 3ª Cat. / 3rd Cat. Climb - Picota			14:24	14:19	14:14
67,3	102,4	215	Cruzamento á esquerda - M524-1	←		14:26	14:20	14:16
70,6	99,1	100	Ribeira de Algibre			14:31	14:25	14:20
71,4	98,3	110	Cruzamento á direita p/ Tôr - M524	→		14:32	14:27	14:22
77,0	92,7	120	Cruzamento em frente p/ Querença - M524	↑		14:41	14:35	14:30
78,3	91,4	125	Querença			14:43	14:37	14:31
78,5	91,2	125	Rotunda em frente - M524			14:43	14:37	14:32
79,2	90,5	125	Estrada Estreita / Narrow Road			14:45	14:38	14:33
80,7	89,0	195	Pombal			14:47	14:41	14:35
82,6	87,1	165	Cruzamento á direita p/ Loulé - N396	→		14:50	14:43	14:38
84,2	85,5	170	Porto Nobre			14:52	14:46	14:40
85,0	84,7	180	Zona Verde / Green Zone			14:54	14:47	14:41
85,5	84,2	215	Cruzamento á esquerda p/ Amendoeira - M523	←		14:55	14:48	14:42
86,0	83,7	215	Abertura de abastecimento apeado / Start of the Feed Zone			14:55	14:49	14:42
87,5	82,2	210	Fecho de abastecimento apeado / End of the Feed Zone			14:58	14:51	14:45
91,7	78,0	290	Cruzamento á esquerda p/ Alportel - M1203	←		15:04	14:57	14:51
94,4	75,3	290	Cruzamento á esquerda - N2	←		15:09	15:01	14:54
94,8	74,9	302	Alportel			15:09	15:02	14:55
95,2	74,5	320	Inicio Subida / Start of Climb			15:10	15:02	14:56
104,0	65,7	190	PM 3ª Cat. / 3rd Cat. Climb - Barranco do Velho			15:24	15:16	15:08
105,2	64,5	460	Cruzamento á esquerda p/ Loulé - N124	→		15:26	15:17	15:10
116,2	53,5	220	Salir			15:43	15:34	15:26
116,9	52,8	206	Rotunda em frente - N124			15:44	15:35	15:27
120,5	49,2	260	Pena			15:50	15:40	15:32
123,5	46,2	280	Benafim			15:55	15:45	15:36
124,2	45,5	270	Rotunda em frente - N124			15:56	15:46	15:37
128,8	40,9	185	Alte			16:03	15:53	15:44
129,2	40,5	178	Lombas			16:04	15:53	15:44
129,9	39,8	177	Rotunda á direita p/ Centro - Av. 25 de Abril			16:05	15:54	15:45
130,0	39,7	180	Inicio Subida / Start of Climb			16:05	15:55	15:45

130,3	39,4	195	Pela esquerda (em contra mão)	←		16:05	15:55	15:46
130,4	39,3	200	Cruzamento á esquerda p/ Azinhal - Rua Nova da Igreja	←		16:05	15:55	15:46
130,4	39,3	200	Estrada Estreita / Narrow Road			16:05	15:55	15:46
132,2	37,5	350	PM 3ª Cat. / 3rd Cat. Climb - Alte			16:08	15:58	15:48
134,2	35,5	200	Cruzamento á esquerda p/ Monte Ruivo	←		16:11	16:01	15:51
135,2	34,5	270	Sarnadas			16:13	16:02	15:53
135,5	34,2	260	Cruzamento á direita p/ Benafim	→		16:13	16:03	15:53
135,5	34,2	260	Estrada Estreita / Narrow Road			16:13	16:03	15:53
138,1	31,6	260	Cruzamento á esquerda p/ Almodôvar	←		16:18	16:07	15:57
140,1	29,6	250	Sobradinho			16:21	16:10	16:00
140,2	29,5	245	Cruzamento á direita p/ Almodôvar	→		16:21	16:10	16:00
142,3	27,4	280	Cruzamento á esquerda p/ Malhão	←		16:24	16:13	16:03
143,9	25,8	265	Cruzamento á direita p/ Malhão	→		16:27	16:15	16:05
143,9	25,8	265	Início de subida / Start of Climb			16:27	16:15	16:05
145,7	24,0	510	PM 2.ª Cat. / 2nd Category Climb - Alto do Malhão			16:30	16:18	16:08
148,4	21,3	475	Cruzamento á direita p/ Loulé	→		16:34	16:22	16:12
153,0	16,7	400	Cruzamento á esquerda p/ Portela do Barranco	←		16:41	16:29	16:18
153,8	15,9	380	Estrada Estreita / Narrow Road			16:42	16:30	16:19
155,8	13,9	370	Cruzamento á esquerda	←		16:46	16:33	16:22
155,9	13,8	370	Cruzamento á direita p/ Barranco da Cabeça	→		16:46	16:33	16:22
156,0	13,7	370	Cruzamento á direita p/ Salir	→		16:46	16:34	16:22
156,8	12,9	300	Descida Perigosa / Dangerous Descent			16:47	16:35	16:24
157,7	12,0	240	Cruzamento á direita p\ Salir - E.M. 1096-1	→		16:49	16:36	16:25
159,2	10,5	330	Cruz. Á Direita - Descida Perigosa / Dangerous Descent	→		16:51	16:38	16:27
160,4	9,3	265	Pela esquerda p\ Barrosas	←		16:53	16:40	16:29
163,5	6,2	275	Cruzamento em frente para Almodovar - E.M. 503			16:58	16:45	16:33
163,8	5,9	250	Zona Verde / Green Zone			16:58	16:45	16:34
167,1	2,6	270	Início de subida / Start of Climb			17:03	16:50	16:38
169,7	0,0	510	Meta Final / Finish Line - PM 2.ª Cat. / 2nd Category Climb - Alto do Malhão			17:07	16:54	16:42