

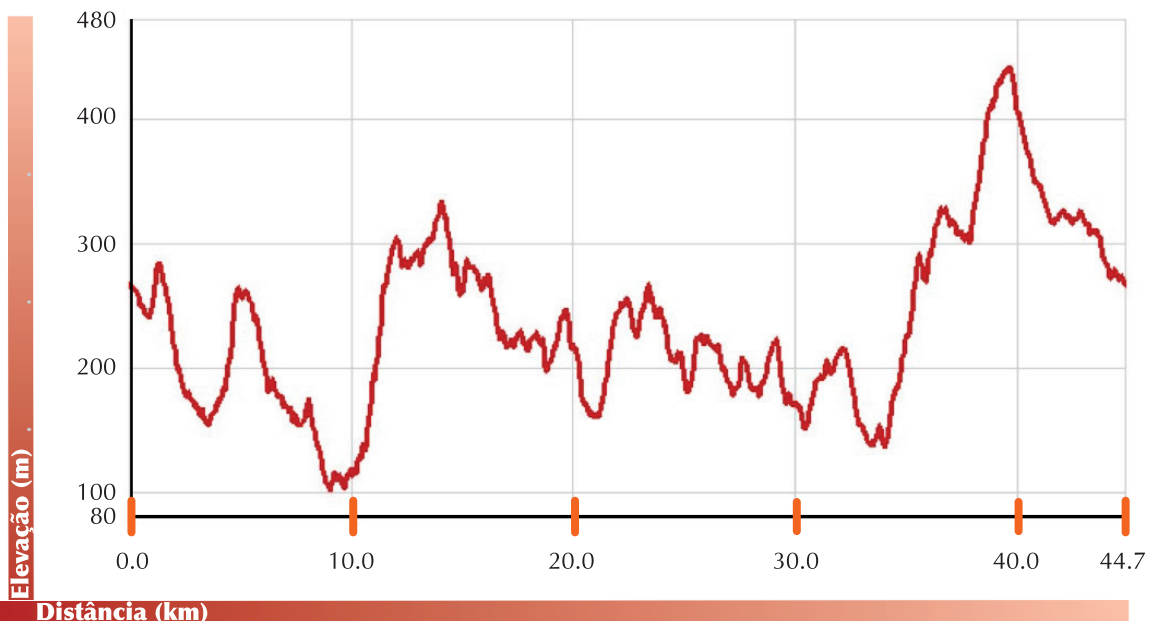
# 15ª Marcha dos Fortes

Arruda - 2019

## Tempos de Passagem

Localização	Dist. ao Início	Hora Ideal de Passagem	Hora limite
Sra da Ajuda	0 km	7h 00	7h 00
Jardim do Freixial - 1º Abast.	9,7 km	9h 36m - saída 9h 55	9h 50
Forte de Ribas	12,1 km	10h 50	
Parque de Montachique - Almoço	14,9 km	11h 20 - saída 12h 05	12h 05m
Forte da Prezinheira	18,5 km	12h 50	
Calvos - 2º Abast.	21,2 km	13h 40 - saída 13h 55	13h 50m
Forte de Enxara - 3º Abast.	29,0 km	15h 57m - saída 16h 15	16h 10
Malgas	34,0 km	17h 25m - 17h 35	17h 30
Forte do Alqueidão - 4º Abast.	39,9 km	19h 14m - 19h 30	19h 25
Sra da Ajuda	44,7 km	20h 35	

## Perfil Topográfico



Organização



# 15<sup>a</sup> MARCHA DOS FORTES<sup>®</sup>

12 de outubro 2019

A 15<sup>a</sup> Marcha dos Fortes<sup>®</sup> é uma actividade pedestre, de resistência, não competitiva, que se desenrola nos Concelhos de Arruda dos Vinhos, Sobral de Monte Agraço, Mafra e Loures, passando por algumas das fortificações mais representativas das Linhas de Torres.

- 1 A actividade é uma organização do Clube de Actividades de Ar Livre em parceria com a Câmara Municipal de Arruda dos Vinhos e apoios da C.M. do Sobral de Monte Agraço, C.M. de Mafra e C.M. Loures, no sábado, 12 de Outubro de 2019.
- 2 Pretende-se uma grande jornada desportiva e lúdica, de convívio e evocativa, tendo sido escolhido um percurso que se desenrola essencialmente em caminhos e trilhos rurais, com amplos horizontes, que proporcionarão aos participantes belas paisagens e um contacto com a ruralidade do Oeste.
- 3 Esta actividade tem um total de 44,7 km, inicia-se às 07h00 no centro da povoação da Sr<sup>a</sup> da Ajuda, na Freguesia de Arranhó e concelho de Arruda dos Vinhos e termina às 20h35 no mesmo local.
- 4 Nela poderão participar praticantes federados e não federados de desportos de montanha, nomeadamente o pedestrianismo, bem como todos aqueles que estejam interessados em desfrutar activamente do património natural, paisagístico, histórico e cultural.
- 5 A participação efectiva fica sujeita a uma inscrição prévia, a efectuar on-line, no site do CAAL.
- 6 A inscrição será efectuada por ordem de chegada da documentação requerida. Aos inscritos será fornecida documentação referente à prova.
- 7 Não são admitidos animais.
- 8 Haverá documento de participação (passaporte), necessário para participar no evento, aceder aos abastecimentos e que comprovará a efectivação (total ou parcial) do percurso.
- 9 A Marcha dos Fortes<sup>®</sup> assume a forma de uma marcha de regularidade. No intuito de assegurar a observância do horário pré-estabelecido, o ritmo da marcha será marcado por elementos da organização – batedores – devidamente identificados. É terminantemente proibido aos participantes ultrapassar os batedores.
- 10 A organização providenciará complementos alimentares e bebidas em pontos pré-determinados do percurso.
- 11 Haverá assistência com viaturas de apoio e pontos de saída, que funcionarão como escapatória aos que pretendam abandonar a Marcha.
- 12 O atraso por parte de um participante relativamente ao horário pré-estabelecido pela organização implicará o abandono da Marcha, que será efectivado no primeiro ponto de saída alcançado após constatação do referido atraso.
- 13 Aos participantes que abandonem a Marcha em qualquer dos pontos de saída será assegurado, no momento considerado mais adequado pela Organização, transporte de regresso à Sr<sup>a</sup> da Ajuda.
- 14 A Marcha não será suspensa devido a condições meteorológicas, salvo motivo de força maior.
- 15 A organização reserva-se o direito de modificar o percurso e/ou o presente regulamento, em virtude de alguma necessidade imprevista.
- 16 A participação na Marcha dos Fortes<sup>®</sup> subentende a aceitação deste regulamento.