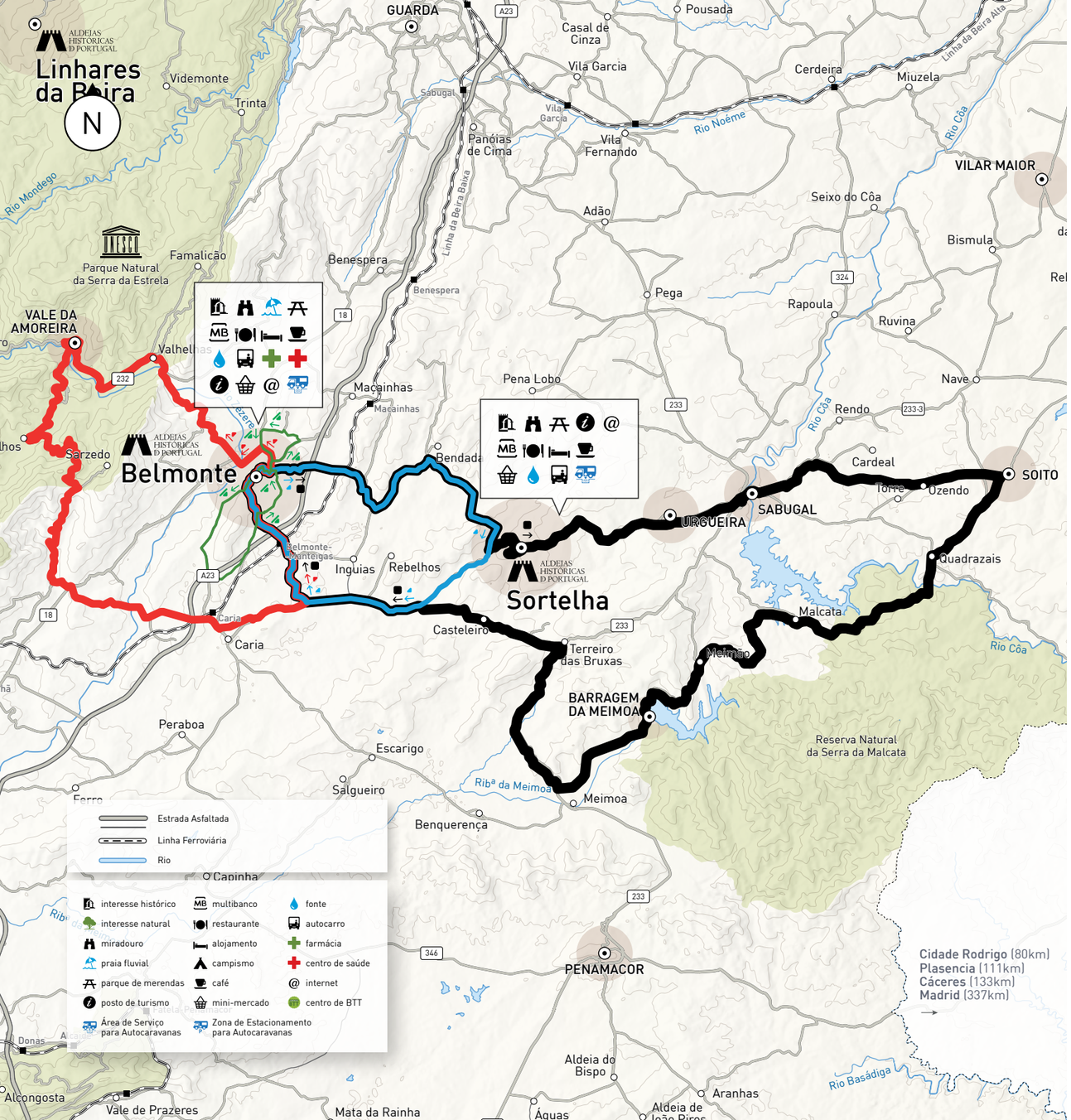


BELMONTE

GRAU DE DIFICULDADE
Fácil (0-40%) | Médio (40-60%) | Difícil (60-80%) | Muito difícil (80-100%)

Percurso VERDE — 20,06(Km) — 301(m) _ Desnível +
01:00 (min.) _ 01:30 (máx.) — Dificuldade: 39,00%

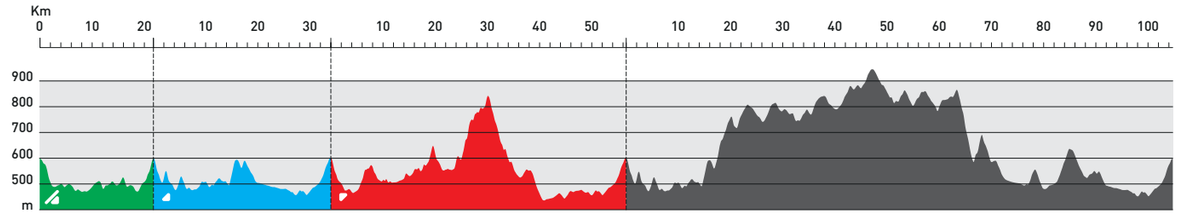
	BÁSICA	RAZOÁVEL	BOA	EXCELENTE
FORMA FÍSICA				
EXP. NO CICLISMO				

Percurso AZUL — 33,90(Km) — 568(m) _ Desnível +
01:45 (min.) _ 02:30 (máx.) — Dificuldade: 47,75%

	BÁSICA	RAZOÁVEL	BOA	EXCELENTE
FORMA FÍSICA				
EXP. NO CICLISMO				

Percurso VERMELHO — 59,49(Km) — 880(m) _ Desnível +
03:15 (min.) _ 04:45 (máx.) — Dificuldade: 69,75%

	BÁSICA	RAZOÁVEL	BOA	EXCELENTE
FORMA FÍSICA				
EXP. NO CICLISMO				

Percurso PRETO — 104,00(Km) — 2006(m) _ Desnível +
06:15 (min.) _ 09:30 (máx.) — Dificuldade: 82,00%

	BÁSICA	RAZOÁVEL	BOA	EXCELENTE
FORMA FÍSICA				
EXP. NO CICLISMO