



www.cm-melgaco.pt

PROMOTOR: **melgaco**

CO-FINANCIAMENTO: **uniao europeia**

COMO CHEGAR / HOW TO ARRIVE

O Centro de BTT dista 170 km do Porto, 130 km de Braga e 120 km de Viana do Castelo, podendo encontrar um dos trajetos ótimos vias de comunicação. Para chegar ao Centro de BTT tem várias alternativas. Pode utilizar a A1 desde o Porto, ou Braga ou Viana do Castelo, ou a IC1 (A28) do Porto via Vila Nova de Cerveira, passando por Viana do Castelo, seguindo depois pela N15 até Valença. A partir de Valença siga pela N101 direção Mondim e depois siga em frente pela N202 direção Melgaco. Ao chegar à rotunda de Melgaco siga em frente direção S Gregório, e saia à direita no cruzamento seguinte para o Centro Laboratório. Vire novamente à direita e siga pela EN202 direção Centro Laboratório. Ao chegar ao cruzamento de Lamas de Moura saia à direita seguindo a indicação de "Porta de Lamas de Moura".

The MTB Centre is a 170 km away from Porto, 130 km from Braga and 120 km from Viana do Castelo, you can find the best routes to reach the MTB Centre from all directions. You can use the Highway A1 from Porto, a Braga or Viana do Castelo, or the IC1 (A28) from Porto via Vila Nova de Cerveira, passing through Viana do Castelo and then following the national road N15 to Valença. From Valença take the national road N101 following the direction Mondim, and then continue straight ahead on the regional road N202 towards Melgaco. Arrive at the roundabout in Melgaco, go straight ahead following the direction S Gregório and exit right at the next intersection towards Centro Laboratório. Then turn right following the direction S Gregório and follow the regional road EN202 towards Centro Laboratório. When you reach the intersection of Lamas de Moura, turn right following the direction "Porta de Lamas de Moura".

GPS: 42°02'21"N 8° 11'44"W

A Câmara Municipal de Melgaco tem a responsabilidade de desenvolver e manter os circuitos de acordo com a realidade da população.

CENTRO DE BTT MELOCAO

MOUNTAIN BIKE CENTRE

4 NÍVEIS LEVELS

170 KM TRILHOS SINALIZADOS SIGNED TRAILS

ESTAÇÃO DE SERVIÇO PARA BICICLETAS BIKE STATION

melgaco município

NÍVEIS DE DIFICULDADE / LEVELS OF DIFFICULTY

1 **PERCORSOS / TRAILS**

Percurso circular acessível a todos os parâmetros de mobilidade a quem quer desfrutar da natureza. Duração média: 1h30min. Tempo: 30-40min. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m.

2 **PERCORSOS / TRAILS**

Percurso com um pequeno grau de dificuldade. Duração média: 2h30min. Tempo: 40-50min. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m.

3 **PERCORSOS / TRAILS**

Percurso com um grau de dificuldade médio. Duração média: 3h30min. Tempo: 50-60min. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m.

4 **PERCORSOS / TRAILS**

Percurso com um grau de dificuldade elevado. Duração média: 4h30min. Tempo: 60-70min. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m.

5 **PERCORSOS / TRAILS**

Percurso com um grau de dificuldade muito elevado. Duração média: 5h30min. Tempo: 70-80min. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m. Dificuldade: 1.000m.

LOJAS DE BICICLETAS / BIKE STORES

ONDE COMER / WHERE TO EAT

REGRAS DE CONDUÇÃO NOS TRILHOS / RULES OF THE TRAIL

CONTACTOS ÚTEIS / USEFUL CONTACTS

SINALIZAÇÃO DOS PERCORSOS / TRAIL SIGNAGE

DIFFICULT with several obstacles, steep (single < 0.1) technical sections and challenging climbs (long, grade 15% with average < 15%, wide range of surface types). Needs good off-road riding skills & fitness and good mountain bikes.

MUITO DIFÍCIL Grande variedade de obstáculos, grandes subidas (curtas < 0,1 e de rito técnico), grandes subidas (longas > 20%, média < 15%, grande variedade de tipos de superfície). Exige boas habilidades de ciclismo off-road e boa condição física e boas bicicletas de qualidade.

SEVERE A lot technical with some & unsuitable for less experienced riders.