

Triatlo Ocean Lava Douro - Distâncias Olímpica e Half-Ironman

O Clube Millennium bcp esteve representado no Triatlo Ocean Lava Douro, realizado nos dias 26 e 27 de agosto, pelos associados Eduardo Ferreira e Fernando Feijão.

Eduardo Ferreira competiu no Trophy que era a soma dos tempos das provas de sábado e domingo, terminando no 4º lugar da geral com o tempo total de 9:11:19.

No sábado terminou a prova na distância olímpica no 13º lugar com o tempo de 3:13:02. No domingo terminou no 28º lugar no grupo de idade 40-44 na distância de Half-Ironman com o tempo de 5:58:17.

Fernando Feijão sagrou-se campeão nacional no grupo de idade 60-64 com o tempo de 5:28:11.

Destaque também para o nosso colega Pedro Silva, que terminou no 3º lugar no grupo de idade 50-54 com o tempo de 5:03:15 e para o seu filho, Pedro Silva, que ficou no 2º lugar da geral na distância olímpica com o tempo de 2:37:27.

Este foi mais um fim de semana espetacular, em que apesar da dureza das provas ainda houve tempo para desfrutarmos da região do Douro.

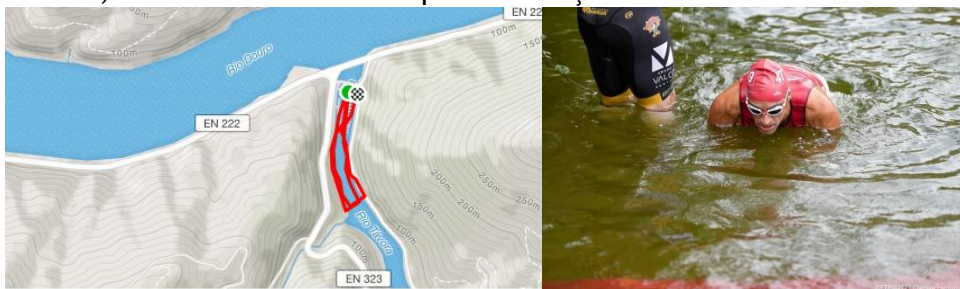
A prova estava bem organizada, tendo só alguns percalços no cumprimento do horário para a colocação do material nos postos de transição.

Sábado dia 26 - 9:00, prova Olímpica

Distâncias de 1.500m natação, 40 km no ciclismo e 10 km na corrida.

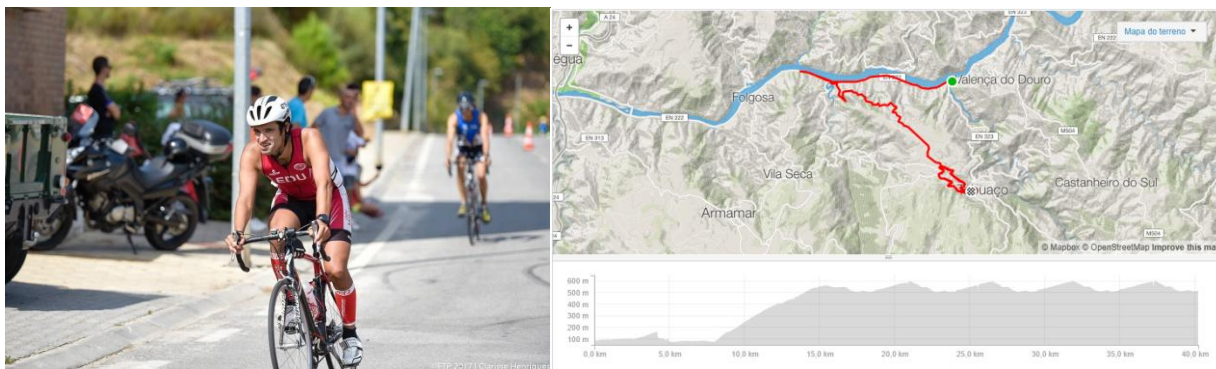


Partida da natação - Foz Távora, devido à temperatura da água estar a 24 graus não foi permitido o uso do fato; o cenário era fabuloso para a natação.

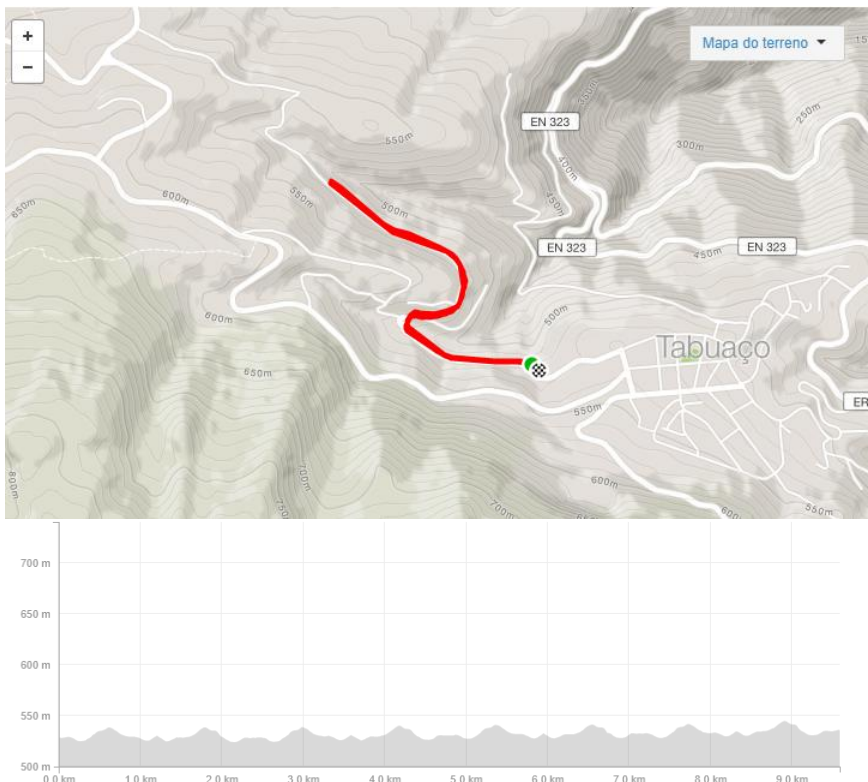


Ciclismo - O percurso começava na Foz do Távora e terminava em Tabuaço. Os primeiros 8 km eram planos na EN222 (considerada umas das estradas mais bonitas do Mundo). Em seguida tínhamos cerca de 10 km para subir 700m de desnível positivo até Tabuaço. A subida era complicada mas tinha paisagens deslumbrantes, os restantes 22 km eram percorridos em Tabuaço divididos em 4 voltas; para minha surpresa este percurso era bastante complicado - um sobe e desce com curvas bastante apertadas.

<https://www.relive.cc/view/1152780310>



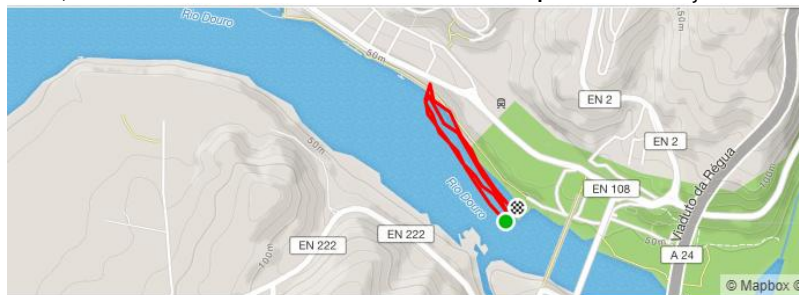
Corrida - 4 voltas num percurso novamente de sobe e desce.



Domingo dia 27 - 10:00, prova Half-Ironman

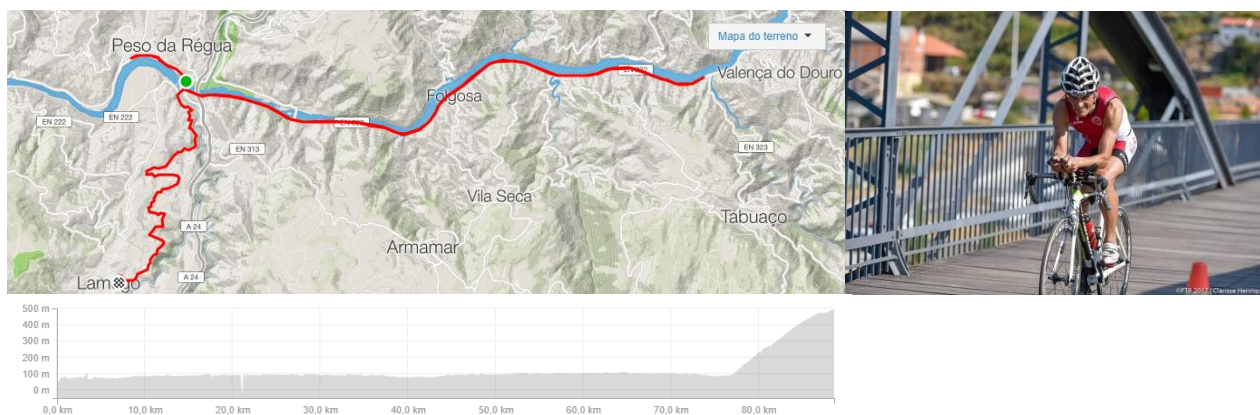
Distâncias de 1.900m natação, 90 km no ciclismo e 21,1 km na corrida.

Partida da natação - Régua, devido à temperatura da água estar a 23º graus não foi permitido o uso do fato; o cenário era novamente fabuloso para a natação.



Ciclismo - O percurso começava na Régua e terminava em Lamego. Os 75 km eram planos com duas voltas na EN222. Em seguida tínhamos cerca de 13 km para subir 700m de desnível positivo até Lamego.

<https://www.relive.cc/view/1155411731>



Corrida - 5 voltas num percurso no centro de Lamego.

