

Descrição do TRAIL ABRANTES 100K

Decorreu no passado sábado, dia 15 de outubro, mais uma edição do TRAIL ABRANTES 100. Prova em que a distância “ultra”, com partida à 1h de sábado do centro da cidade de Abrantes e que contou com a participação de 245 atletas, sendo 5 do CMBCP, fez jus mais uma vez ao lema “o nº de atletas à partida é igual ao nº de atletas à chegada”, tendo os nossos atletas progredido juntos, embora em dois grupos.

Pos	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Por Categoria	1º Sector	2º Sector	3º Sector	4º Sector	Tempo	Vel.Média
129.	290	Pedro Correia	Clube Millennium BCP	Masculino	M 45	22	3:19:14	4:32:16	4:18:47	4:49:27	16:59:46	10:00
130.	289	Helder Baptista	Clube Millennium BCP	Masculino	M 55	8	3:18:10	4:33:22	4:18:56	4:49:18	16:59:47	10:00
131.	291	Pedro Neves	Clube Millennium BCP	Masculino	M 55	9	3:18:07	4:33:24	4:18:52	4:49:23	16:59:48	10:00
212.	288	Pedro Fontinha	Clube Millennium BCP	Masculino	M 40	57	3:35:58	5:10:44	6:04:25	6:53:15	21:44:25	12:47
213.	287	Carla Olimpo	Clube Millennium BCP	Feminino	F 40	10	3:36:04	5:10:45	6:04:29	6:53:07	21:44:26	12:47

Com percurso desenhado dentro dos limites do concelho de Abrantes, contrariamente à primeira edição em que participámos, este ano o trajeto desenvolveu-se principalmente no lado nascente do concelho, percorrendo maioritariamente single-tracks e trilhos junto a cursos de ribeiras e na margem do Rio Tejo.

Os atletas partiram do centro da cidade, desceram até ao rio, atravessando a ponte, proporcionando com os seus frontais um espetáculo único de luzes sobre o rio.

Progredindo pela margem sul do Rio Tejo, cruzámos ainda de noite as localidades de Pego, Concavada e Mouriscas; já de dia contornámos a cidade de Abrantes pelas localidades de Casal das Mansas, Casais de Revelhos e Sentieiras, de onde partimos para a última etapa.

Todo o percurso estava excelentemente marcado, inclusivamente com setas nas mudanças de direção, não permitindo assim que os atletas se perdessem.

A meta foi instalada na cidade desportiva, mais concretamente no Estádio Municipal, proporcionando a todos os atletas as condições ideais para terminar a prova (banhos quentes, estacionamento ordenado e comida), bem como às famílias e restante assistência, pois podiam aguardar pelos seus atletas na bancada coberta do estádio.

Salienta-se a excelente qualidade e quantidade dos abastecimentos, da responsabilidade das coletividades locais, pautando-se por grande variedade de mantimentos.

Todos os abastecimentos estavam bem organizados, tendo inclusivamente um ponto de entrada e outro de saída.

Sentimentos de uma primeira três dígitos (Carla Olimpo):

“É um sentimento que quero guardar para mim... foi um desafio... fui ao extremo...

É rolante, é!

É pouca a altimetria, é!

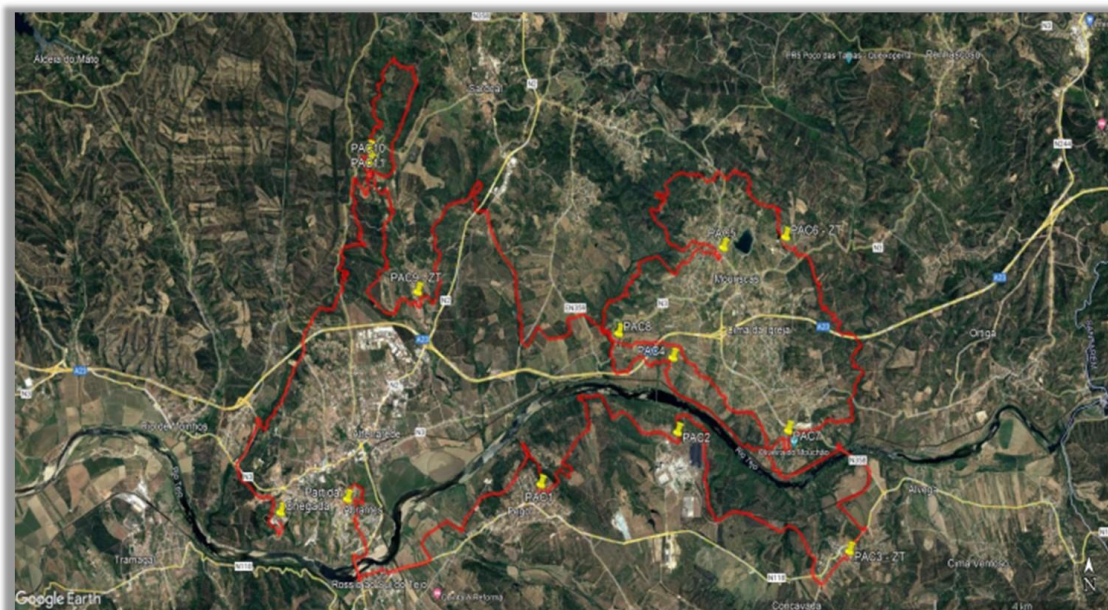
Estava preparada, talvez!

O corpo não se ressentiu... não!

A cabeça não quer mais... nunca mais... talvez!

Fiquei triste e feliz ao mesmo tempo...”.

Em suma, uma “ultra” relativamente perto e de qualidade, por isso a repetir.



		LOCAL	Distância	Altitude	
PAC 1		Pego (Junta de Freguesia)	11,1 km	90m	3
PAC 2		Central Pego (Casas Brancas)	17,4 km	105m	3
PAC 3	ZT1	Concavada (Campo de futebol)	26,4km	117m	3
PAC 4		Mouriscas (Varandas)	35,2 km	104m	3
PAC 5		Mouriscas (Filarmónica)	43,2 km	181m	3
PAC 6	ZT2 / (Partida K 50)	Mouriscas (EPDRA)	51,6 km	166m	3
PAC 7		Mouriscas (Oliveira Milenar)	59,3 km	82m	3
PAC 8		Casal das Mansas (Fonte)	65,2 km	82m	3
PAC 9	ZT3 / (Partida K 25)	Casais de Revelhos (Campo de futebol)	77,6 km	105m	3
PAC 10		Sentieiras (campo de futebol)	83,3 km	144m	3
PAC 11		Sentieiras (Campo de futebol)	90,5 km	144m	3
PAC 12	Meta	Cidade Desportiva	102,6 km	126 m	3

- Começaram 245 atletas (de 284 inscritos);
- Terminaram 214 atletas;
- Nós fizemos as posições entre o 129º e o 131º;
- Vocês fizeram top 10 do escalão M55 (eu fiquei em 22º de 43).

	Tempo de Corrida	Tempo Percurso	Pos
Intermedio 25km	3:19:14	04:19:14	199°
Intermedio 50km	7:51:30	08:51:30	164° 🏆 35
Intermedio 75km	12:10:18	13:10:18	141° 🏆 23
Chegada	16:59:46	17:59:46	129° 🏆 12

Pos	Num	Nome	Equipa	Sx	Cat	Por Categoria	1° Sector	2° Sector	3° Sector	4° Sector	Tempo	Vel_Média
129.	290	Pedro Correla	Clube Millennium BCP	Masculino	M 45	22	3:19:14	4:32:16	4:18:47	4:49:27	16:59:46	10:00
130.	289	Helder Baptista	Clube Millennium BCP	Masculino	M 55	8	3:18:10	4:33:22	4:18:56	4:49:18	16:59:47	10:00
131.	291	Pedro Neves	Clube Millennium BCP	Masculino	M 55	9	3:18:07	4:33:24	4:18:52	4:49:23	16:59:48	10:00
212.	288	Pedro Fontinha	Clube Millennium BCP	Masculino	M 40	57	3:35:58	5:10:44	6:04:25	6:53:15	21:44:25	12:47
213.	287	Carla Olimpio	Clube Millennium BCP	Feminino	F 40	10	3:36:04	5:10:45	6:04:29	6:53:07	21:44:26	12:47