



Rota Longa – 40 km

Saída em frente a Barraca Alemã as 7h30.

Rode por 930 metros e vire a direita(Av Barão do Rio Branco)

Rode 600 metros e entre no Exercito.

Siga pela trilha dentro do exercito, total de 6,5km

Ponto de apoio 1 – Próximo a portaria Exercito – km aproximado 8 km

Ao sai do quartel vire a direita por mais 700 metros, ao lado da Unipar vire a esquerda.

Siga a rua Min Gabriel passos passando ao lado do Kartodromo.

Siga por 1200 metros e vire a direita. Sentido penitenciaria fazendo uma leve curva a esquerda, passando ao lado do presídio.

Ao chegar la no alto em um T, vire a direita segindo retor por 1700 metros, fazendo uma curva na estrada e mais 1400 metros chegando no asfalto(estrada da faxinha) vire a esquerda.

Siga pelo asfalto.. passe a ponte do rio taturi, suba a subida de aproximadamente 600 metros e siga reto pelo asfalto

Ponto de apoio 2 – Chaminé – Antiga Olaria – km 19

Ao sair do ponto de apoio siga pela rodovia por mais 1100 metros e vire a esquerda.. depois mais 950 metros e vire a direita

Siga pela estrada principal por mais 5,5 km fazendo leves curvas e saindo na Vila Rural Fernando Lopes Quintas

Vire a esquerda pela rodovia, sentido cruzeirinho

Ponto de apoio 3 – Bar do Cruzeirinho – km 29

Saída do ponto de apoio e siga retornando pela rodovia por mais 3500

Quase no fim da subida, ao lado da plantação de verduras(Dani)

Vire a direita seguindo por mais 2500 metros até chegar na BR 163

Ponto de Apoio 4 – Ao lado do Posto Shell e restaurante Paraná – km 35

Apos o ponto de apoio, siga retornando pela ciclovía em 1km vire a esquerda e em 800 metros chegara ao lado da na br 272, cruzando ela e em 100 metros virando a esquerda. Descendo ao lado da chacara da Federal, siga pela estrada de terra até chegar a cidade novamente. Passando ao lado do clube japonês, seguindo a Rotatoria da Rua Joaquim Dorneles Vargas. Siga pela esquerda, indo reto passando ao lado da Igreja Nossa Senhora dos Navegantes e na rodoviária vire a esquerda, seguindo sentido Marinas

Pare onde foi o inicio

Total de 40,5 km

