

Raid Atlético "30 kms Vale de Barris", na sua 4ª edição, é uma aventura desportiva em regime de auto-suficiência, sendo os participantes portadores do seu próprio abastecimento, sólido e líquido.

Actividade competitiva mais vocacionada a trepadores, será percorrida em estradões de terra batida e trilhos, num cenário de excepcional beleza natural que o Vale de Barris e as Serra do Louro e Gaiteiros nos proporcionam..

Com início às 9.00 h, do dia 22 de Abril, no Clube de B.T.T de Vale de Barris, em Palmela, a organização oferece no mesmo local de partida e chegada, estacionamento, banhos, e almoço convívio

A prova destina-se a atletas de ambos os sexos em escalão único, com idade superior a 20 anos.

Todos os participantes deverão reunir condições de saúde favoráveis á prática desportiva.

Haverá um abastecimento de sólidos e líquidos no final da prova.

Brevemente será disponibilizado o regulamento

Caminhada de 15kms Paralelamente, com partida às 09,15h, será realizada uma marcha pedestre de 15 kms, sensivelmente pela mesma região, acompanhada por um guia.

Tanto a competição como a marcha de lazer, carecem de inscrições prévias. No final, será oferecido um almoço a todos os participantes

As inscrições encontram-se limitadas a 150 participantes no conjunto das 2 actividades e encerram após atingido o número limite de inscritos.

Brevemente disponibilizaremos mais informações