

Pedestrianismo | 25 Maio 2014 | Casais da Serra–Formosinho–Casais da Serra

# TRANSARRÁBIDA

Participem na comemoração do 32º aniversário CMA, juntando-se a nós para um dos percursos pedestres mais tradicionais (e sempre concorridos) do historial do clube – o 'TRANSARRÁBIDA'.

## Dados Técnicos

- Hora e Ponto de encontro: 09h00 | Casais da Serra em frente do Restaurante "Bom Petisco" Em Azeitão tomar direcção à Estrada Nacional nº 379-1 rumo à Serra da Arrábida
- GPS Lat - 38°28'41.54"N, - Long - 9° 1'47.38"W
- Início: 09h30 | Distância: 11 Kms
- Grau de dificuldade: Médio (Subida ao Alto do Formosinho)
- Topologia: Circular : Casais da Serra - Alto do Formosinho - Casais da Serra

## A não esquecer

- Calçado confortável com sola aderente, chapéu, roupa adequada ao tempo, protector solar, água q.b., merenda leve, câmara fotográfica e boa disposição.

## Custos inscrição

- Sócios CMA com quotas em dia; praticantes com Licença FCMP (seguro modalidade A,B, C, D ou E: gratuito
- Praticantes não associados CMA; sem Licença FCMP : 4€ (para activação seguro desportivo Liberty Seguros)

Inscrições limitadas e obrigatórias até 21 Maio (podem encerrar antes da data)

NIB CMA: 003600439910018875487

As inscrições podem ser pagas via transferência bancária, ou na sede CMA: 4ª. feira 19h às 21h.  
Em caso de pagamento por transf. bancária, envie-nos por email o comprovativo com o seu nome.

» As viaturas ficarão no Ponto de Encontro, onde terminará o percurso.

Inscrições online em <http://www.cmarrabida.org/inscricaoproxactividade.html>

## Clube de Montanhismo da Arrábida

Rua Alameda do Pinheiro, nº 6 cv-tz | 2910-901 SETÚBAL

Tel/Fax 265724345 | Tlm 925009184

[cma@cmarrabida.org](mailto:cma@cmarrabida.org) | [www.cmarrabida.org](http://www.cmarrabida.org) | [facebook.com/cmarrabida](https://www.facebook.com/cmarrabida)

