

Pedestrianismo | 28 Maio 2023 | Azeitão – Arrábida

# TRANSARRÁBIDA

Participem na comemoração do 41º 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: 09h30 | Casais da Serra, – Estrada Nac. N°379-1 Azeitão/Arrábida (junto ao café restaurante “ O Bom Petisco)
- GPS lat= 38°28'41.54"N, lon= 9° 1'47.38"W
- Início: 09h30 | Distância: 12 Kms
- Grau de dificuldade: Médio (Subida e descida ao Alto do Formosinho)
- Topologia: Circular (Casais da Serra - Serra Arrábida – 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 Simpatizantes não associados CMA; sem Licença FCMP : 4€ (para activação seguro desportivo Liberty Seguros)

**Inscrições obrigatórias até 24 Maio – limitadas e prioritárias aos associados do CMA** (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.

**Inscrições online em** : [www.cmarrabida.org](http://www.cmarrabida.org)

## 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://facebook.com/cmarrabida)

