



VII TRAIL STA LUZIA

Memoria descritiva do percurso

A sétima edição do Trail Sta Luzia, irá ter a partida e chegada no Campo da Agonia.

Este ano, a organização trabalhou no sentido de proporcionar algo diferente aos atletas e acrescentar potencial a modalidade, a pensar nas características dos trilhos e nas condições ideais que a cidade de Viana do Castelo reúne, criando pela primeira vez uma distância ultra de aproximadamente 50 quilómetros.

Atendendo as exigências que definem esta prática desportiva, a organização este ano prevê um evento que conta com as seguintes características:

UTSL – Ultra Trail Santa Luzia | 50 Km com 2400m de desnível positivo

LTSL – Longo Trail Santa Luzia | 30 Km com 1600m de desnível positivo

CTSL – Curto Trail Santa Luzia | 18 Km com 900m de desnível positivo

Caminhada – 12 Km

As distintas provas a decorrer no dia do evento vão percorrer os trilhos da encosta do monte de Santa Luzia, Outeiro, Afife e Carreço, sendo que, numa fase inicial os percursos são comuns. Com a marginal e a doca de pesca como pano de fundo os atletas seguem em direcção à Avenida dos Combatentes com vista privilegiada sobre o Navio Gil Eanes, subindo em direcção à Estação dos caminhos-de-ferro de Viana do Castelo. No cruzamento vira à direita para a Avenida Conde da Carreira, seguindo pela Rua dos Bombeiros em direcção ao Viaduto de Santo António onde se efectua a travessia da linha de comboio pela zona pedonal do lado esquerdo, seguindo depois em direcção ao escadório de Santa Luzia com destino ao Templo de Santa Luzia. A partir do templo a prova entra em trilho pedestre circundando o Jardim das Tílias até a entrada da Citânia seguindo pelo monte até a estrada de acesso a carreira de tiro militar.

Percorrendo mais uns quilómetros, e numa fase bem dura da prova onde os declives se fazem sentir, os atletas tomam a direcção nascente rumo ao Convento de São Francisco, atravessando-o e voltando novamente ao cimo do monte de Santa Luzia.

Luzia. Mais a frente vem a primeira divisão de percursos, junto da Casinha dos Aviões, onde as distâncias mais longas seguem a direita em direcção a encosta do monte da Cova e a distância mais curta segue em direcção a São Mamede.

Uma vez em São Mamede e passando pelo posto de controlo e abastecimento, os atletas da distância curta seguem novamente em direcção ao monte de Santa Luzia pelo lado poente onde encontram uma descida até aos canos de água do Fincão, atravessando os aquedutos e voltando a subir até a Pousada de Santa Luzia onde a ultima passagem pelo templo promete deixar saudades aos atletas seguindo então, novamente uma descida, até a cidade e chegada a meta.

As distâncias longas, logo após a divisão de percursos, iniciam uma descida até ao ribeiro que rasga a encosta do monte da cova, voltando a subir junto ao ribeiro até a estrada onde se encontra o posto de controlo e abastecimento. Seguindo em frente, e de novo em ascensão, os atletas vão em direcção a antiga pedreira do monte da cova entrando depois numa fase mais rolante pela encosta de Outeiro até atingirem o ponto mais alto do maciço montanhoso que é o Marco Geodésico de Outeiro. De seguida o rumo segue para a Fonte da Louçã onde os atletas encontram ponto de água e de lazer e que a organização poderá, caso assim o entenda, colocar reforço alimentar ou posto de controlo. Três quilómetros mais a frente os atletas vão encontrar novamente divisão de percursos e nesta fase a prova de Ultra distância vira para Norte em direcção a Afife e a prova de Longa distância segue em frente rumo a São Mamede. Uma vez chegado a São Mamede o trajecto até a meta é igual ao percurso da prova de Curta distância.

A Ultra distância percorre cerca de seis quilómetros até Afife onde os locais de maior destaque se prendem na passagem pelo Calvário, descida do rio junto ao Poço Negro e passagem pela casa Pedro Homem de Melo. Continuando pelos trilhos da encosta de Afife a prova entra em fase de declive acentuado e em constante subida e descida até ao alto de Carreço que por trilhos técnicos encaminha os atletas até São Mamede pela encosta da Areosa. Uma vez chegados a São Mamede o percurso é comum as outras distâncias e a chegada a Viana do Castelo completa a sétima edição do Trail de Santa Luzia.

**“Porquê ser só bom se
podes ser Olímpico?”**