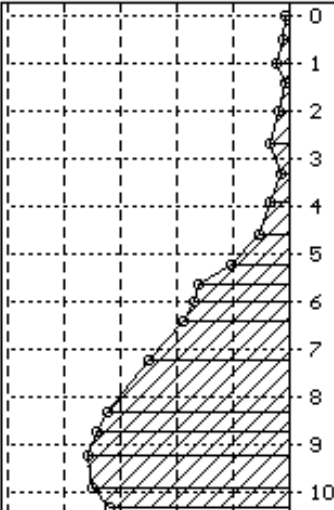


Blattbez.: 02PTN005.0WA		Blatt-Nr.: 02		* W A N D E R B L A T T *		Reisetag : 03-03			
Staat : PORTUGAL		Seite-Nr.: 01				Wandertag : 02			
Region : NORDOST/NORTE/DOURO				Wochentag von DONNERSTAG bis DONNERSTAG		Ruhetag : 00			
Wanderweg: VIA LUSITANA				Datum von 06.05.2010 bis 06.05.2010		Entfernung : 10.3 km			
Strecke : REGUA/BF. - LEMEGO/MITTE				Höch. Pkt.: 549 m		Wanderzeit : 267 Min.			
Ziel : LEMEGO/MITTE				Höhend. +: 533 m		Pausenzeit : 30 Min.			
Ausg./DM : 0.00				v Gehen : 4.0 km/h		Anz.d.Übern. : 01			
HÖHENDIAGRAMM IN METERN		km	Ort	Orts höhe	Bemerkungen		Pau- sen	Wan- zeit	Uhr- zeit
750 610 470 330 190 50									
		0	Regua/Bf.	63	Auf Straße zurück nach Südost.üb.Brücke		0	0	09:00
		0.5	Regua/N2/N108	67	T-Kreuz.- rechts weit.üb.Dourobrücke		0	8	09:08
		1.0	Kreisverkehr	85	rechts weit.,n.150m links		0	18	09:18
		1.4	T-Kreuzung	63	rechts weit.a.EN222 n.Nordwest.a.Douro e		0	24	09:24
		2.0	Kurve/Str.-abzu	78	weit.a.EN222 n.Südwest./Abzu.EN226 voraus		0	35	09:35
		2.7	Gebäude/Wegabzu	99	weit.a.EN222 d.Weinfeld		0	49	09:49
		3.3	EN222/EN1069	74	Str.-kreuz.- links weit.a.EN1069 n.Süd.		0	58	09:58
		3.9	Wegabzweig	100	weit.a.Str.n.Süd.d.Weinfeld.		0	71	10:11
		4.6	Rio Bom/Abzu.	125	Dorf/Kap.- weit.a.Str.n.Süd.		30	115	10:55
		5.2	Wegabzweig	198	links ab a.Wegn.Südost.d.Weinfeld.		0	135	11:15
		5.6	EN 226 (neu)	274	Hauptstr.überquer.- weit.aufwärts z.alt.		0	153	11:33
		6.0	Portelo	285	Dorf/T-Kreuz.- weit.a.Str.n.Südwest.		0	161	11:41
		6.4	Hauptstraße	316	Str.überquer.- geradeaus weit.a.alt.Str.		0	172	11:52
	7.2	Doppelkurve	399	weit.a.Landstr.n.Süden		0	197	12:17	
	8.3	Lamego-Nord	503	weit.a.recht.Str.i.südl.Richt.		0	229	12:49	
	8.7	Str.-Kreuzung	527	weit.geradeaus a.EN1073 n.Süd.		0	239	12:59	
	9.2	T-Kreuzung	549	geradeaus weit.a.EN1073 n.Südwest.		0	250	13:10	
	9.9	Lamego	540	weit.a.Rua de Almacave d.Altstadt		0	261	13:21	
	10.3	Lamego/Mitte	499	alle tour.Eintr./Bus		0	267	13:27	
B E M E R K U N G E N									
Peso da Regua: alle tourist. Einricht., Bus									
Lamego: Wallfahrtsstätte, alle tourist.									
Einricht. Bus									
www.spaziergaenger.de (c)Wolfgang Timmer 2010									
Schlafen: 0.00 DM		Essen: 0.00 DM		Fahren: 0.00 DM		Sonstiges: 0.00 DM		SUMME: 0.00 DM	