



Versão PT

# ROTAS DA RESERVA DA BIOSFERA TRANSFRONTEIRIÇA MESETA IBÉRICA



ROTAS CAMINHADA



ROTAS DE BICICLETA DE MONTANHA



ROTAS FAMILIARES



**MESETA  
IBÉRICA**  
RESERVA DA BIOSFERA



# Índice

<b>Introdução</b>	<b>05</b>
<b>Recomendações e boas práticas</b>	<b>06</b>

## **Rotas de Bicicleta (B1-B12)**

Caminho de Santiago Português da Vía da Prata (1)	07
Caminho de Santiago Português da Vía da Prata (2)	09
Via Augusta XVII – Rio Tuela	11
Douro Internacional: entre Arribas e Planalto	13
Calçada Romana Mirandesa	15
Currais pastoris da Serra da Culebra	17
Rota de Aliste	19
Rota do Azibo	21
Amendoeiras de Trás-os-Montes	23
Transfronteiriça da Paisagem de Arribes do Douro	25
Paisagens de Trás-os-Montes	27
Rota por Caminhos Vinhateiros	29
Rota das aldeias transfronteiriças	31

## **Rotas de Caminhada (C1-C12)**

Rota dos barrocais de Montesinho	33
Entre castanheiros e carvalhos	35
Alta montanha sanabresa (Penha Trevinca)	37
Rota dos caminhos tradicionais do Lago de Sanabria	39
A Faia d'Água Alta	41
Rota raiana dos castros	43
Rota do Vale do Tua	45
Ribeiros entre os rios Sabor e Maçãs	47
Rota da Serra de Bornes e Trilho de Rabo de Burro	49
Rota Ornitológica	51
Rota de barcos do Douro	53

## **Rotas Familiares (F1-F12)**

Rota dos Lobos	55
Rota de Villardeciervos	57
Fraga dos Três Reinos	59
Pelas margens do rio Angueira	61
De Pedra em Pedra	63
Albufeira do Azibo	65
Rota Geológica (Ribeira do Mosteiro)	67
Rota dos socalcos	69
Campos, montados e castelos de fronteira	71
Rota das Cerejeiras da Terra Quente	73
Rota das Oliveiras - Trilho de Vale de Lobo	75
Rota da Água - Pozo de los Humos	77





## 2 PAÍSES, 5 PARQUES NATURAIS, 1 RESERVA DA BIOSFERA

Estendendo-se por um vasto território que abrange o Nordeste de Portugal e as províncias espanholas de Zamora e Salamanca, a Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica é a maior Reserva da Biosfera da Europa.

Das montanhas da Culebra e de Montesinho aos desfiladeiros dos rios Douro e Tua, passando pelo Lago de Sanabria ou pela Albufeira do Azibo, é um território com paisagens deslumbrantes e valores naturais únicos, que inclui cinco parques naturais e dezenas de outros espaços protegidos.

Uma geografia imponente e desafiadora, num território historicamente distante dos centros de decisão, exigiu das comunidades uma capacidade de adaptação e integração que é hoje visível no seu património construído, nas suas tradições, na sua gastronomia e na sua forte identidade.

Todos estes elementos contribuíram seguramente para o reconhecimento da Reserva pela UNESCO (Programa *Man and Biosphere*), num processo promovido pelo Agrupamento Europeu de Cooperação Territorial ZASNET, entidade que assume atualmente a sua gestão.



A olhar para o futuro, a RBTMI encontra-se certificada como Destino Turístico “Biosphere”, assumindo a liderança em temáticas atuais como o combate às alterações climáticas ou a prossecução dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS).

**Venha descobrir-nos.**

[www.biosfera-mesetaiberica.com](http://www.biosfera-mesetaiberica.com)



## RECOMENDAÇÕES E BOAS PRÁTICAS



Deposite o lixo em contentores ou leve-o consigo.



Não faça fogo e nunca atire beatas para o chão. Cuidado com os incêndios.



Não grite nem fale demasiado alto. Evite assustar os animais.



Caminhe sempre sem sair dos trilhos. Não pise os terrenos semeados.



Lembre-se de que a captura de animais ou a colheita de plantas não estão permitidas.



Respeite as pessoas locais, os bens e as propriedades privadas.



Feche sempre os portões e as grades de forma a evitar a entrada e a saída de animais.



Regra geral, os animais de companhia devem estar presos por correia de modo a não incomodar ou assustar o gado ou os animais selvagens.



Não faça campismo livre. Respeite as zonas de campismo.



Leve consigo água potável, vestuário e calçado adequado. Consulte a previsão meteorológica de forma a ir bem preparado. Tenha o telemóvel carregado. Leve o material e equipamento necessários para a sua segurança: mapa, GPS, bússola, boné, protetor solar e, acima de tudo, a sua medicação habitual e específica contra alergias, se for o caso. **Número de telefone de emergência ESPANHA / PORTUGAL 112**

**AJA COM PRUDÊNCIA. COMPROMETA-SE COM A DEFESA DO MEIO AMBIENTE E O PATRIMÓNIO E DÊ O EXEMPLO.**

# Caminho de Santiago Português da Via da Prata (1)



## DESCRIÇÃO GERAL

Esta rota permitirá combinar o exercício físico com o conhecimento de um importante itinerário cultural, como o Caminho de Santiago, especificamente o Caminho Português da Via da Prata, ideal para percorrer de bicicleta de montanha seguindo o ramal oficial que muitos peregrinos seguem a partir do sul peninsular, na Via da Prata (calçada romana originária utilizada pelos peregrinos na Idade Média) desviando-se em Zamora, em direção a Este para atalhar por Portugal, antes de confluir com o caminho francês.

O percurso de bicicleta da RBTMI inclui duas das etapas oficiais do caminho, a IV (de Alcañices a Quintanilha) e a V (de Quintanilha a Bragança) começando, portanto, em Alcañices, localidade onde foi assinado o Tratado de Paz de Alcañices, em 1272, entre os reinos de Castela e Portugal, vila que conta com monumentos notáveis para visitar, bem como albergue de peregrinos. A rota coincide, numa primeira secção, com uma Rota BTT pelo Noroeste de Zamora sinalizada (de Alcañices a San Martín de Pedroso) e depois pode seguir-se, não só através do track fornecido pela RBTMI, mas também seguindo a sinalização do Caminho de Santiago com setas amarelas pintadas em rochas, estacas de madeira ou até em troncos de árvores.

Além disso, nesta secção até Bragança, em todas as aldeias que atravessa vai encontrar placas com inscrições curiosas instaladas pela Associação Ramos de Castro de defesa do Caminho Jacobeu.

**Fotografe as placas de pedra existentes em certas aldeias do Caminho de Santiago. Algumas delas têm inscrições curiosas. Qual delas lhe chama mais a atenção?**

Depois de passar por outras três localidades zamoranas, Sejas de Aliste, Trabazos e San Martín del Pedroso, a rota entra em Portugal pela ponte internacional que atravessa o rio Maças, chegando posteriormente a Quintanilha, a entrada do Caminho de Santiago mais antiga de Portugal. O Caminho entra, a partir daqui, no Parque Natural de Montesinho, continuando em direção a Norte até Réfega e depois Palácios, para virar a Este em direção a Bragança, depois de contornar Babe o caminho atinge altitudes que nos permitem desfrutar de belas paisagens panorâmicas de Trás-os-Montes com a cidade de Bragança ao fundo. Atravessa-se Gimonde, localidade que conta com uma impressionante ponte medieval à entrada. Faltarão apenas 5 quilómetros para chegar à monumental Bragança, onde pode gozar de um merecido descanso enquanto desfruta do seu rico património.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



## DETALHES DA ROTA

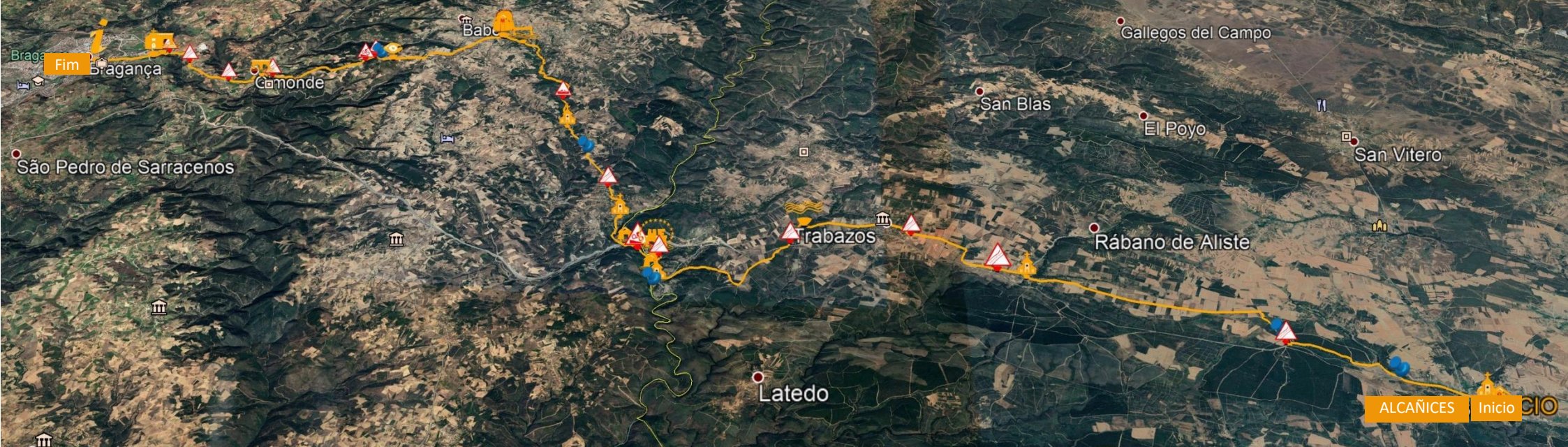
- **Área de localização**  
Zamora (ES) e Bragança
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Alcañices (Convento de San Francisco)  
N 41° 41.957' W 6°
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B1
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
50,7 km
- **Duração aproximada**  
4,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Elevado



## OBSERVAÇÕES

Trata-se de uma rota linear bastante longa com uma dificuldade média-alta que pode ser concluída num dia mas que não oferece a possibilidade de regressar no mesmo dia. Recomenda-se contar com o apoio de um veículo e, senão, dispor de dois dias para a sua realização, passando a noite numa das aldeias antes do regresso. Passa em parte pelo **Parque Natural de Montesinho**, pelo que devem ser respeitadas as restrições estabelecidas para a área protegida no seu plano de ordenamento (POPNM).





## LEGENDA

ROTAS DE BICICLETA DE MONTANHA (B1-B12)

Caminho de Santiago Português da Via da Prata (1)



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Alcañices:** Torreão da antiga muralha, Convento de San Francisco, Igreja e Palácio dos Marqueses de Alcañices. Centro de Interpretação de Aliste, Tábara e Alba.
- **Bragança:** Cidadela e Castelo de Bragança, Domus municipalis, Centro Histórico, Igreja de Santa Maria e Igreja da Sé. Museu Militar, Museu Ibérico da Máscara e do Traje e Rua dos Museus (Museu Abade de Baçal, Centro de Fotografia Georges Dussaud, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais), Centro Ciência Viva e Museu Nacional Ferroviário de Bragança. Centro Cultural Municipal e Teatro Municipal de Bragança. Festival do Butelo e das Casulas e Carnaval dos Caretos (período de Carnaval). Feira das Cantarinhas e Feira do Artesanato (primeiro fim de semana de maio). Festa da História (fim de semana anterior a 15 de agosto). Bragança, Terra Natal e de Sonhos (todo o mês de dezembro).

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

- **Romaria de N<sup>ª</sup>. Sr<sup>ª</sup>. da Riberina**, num santuário muito perto da ponte internacional da raia.
- **Gimonde:** ponte medieval.
- **Rota da Terra Fria Transmontana** - circuito turístico com 11 secções (455 km pelos concelhos de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O passeio pode ser feito a pé, de bicicleta ou de carro.

[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)





# Caminho de Santiago Português da Via da Prata (2)



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota permitirá percorrer a segunda parte da importante via de peregrinação e cultural do Caminho de Santiago Português da Via da Prata, um ramal que sai de Zamora e atravessa a Terra Fria Transmontana, de Portugal para seguir em direção a Santiago.

Esta segunda parte do Caminho de Santiago em território da Meseta Ibérica inclui as etapas oficiais do caminho jacobeu VI (de Bragança a Vinhais) e VII (de Vinhais a Segre), embora o track termine na praia fluvial do rio Mente, a cerca de 3 km da aldeia, mesmo no limite da RBTMI). Além do track poderá seguir-se a sinalização existente de setas amarelas e vários sinais jacobeus instalados para guiar o peregrino.

O percurso é essencialmente em floresta de maneira que uma grande parte do caminho decorre entre carvalhos (carvalho-negral e carvalho-robe), pinheiros ou castanheiros, embora também se encontrem outras espécies mais mediterrâneas, como azinheiras, sobreiros, ou medronheiros, entre outras. Poderá ver em primeira mão como a castanha é um dos pilares da economia destas terras, mas também chamarão à atenção, outros aproveitamentos agropecuários como as vinhas, hortas, campos de abóboras, prados, conhecidos na região por 'lameiros'.

A rota decorre segundo o contorno e fazendo pequenas incursões na parte Sul do **Parque Natural de Montesinho**, uma das maiores áreas protegidas de Portugal, que acolhe uma grande diversidade biológica e corresponde às zonas mais montanhosas do território português da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica; por esta razão, a rota terá de se desviar de desníveis acentuados que implicam uma maior dificuldade, especialmente em alguns pontos como a travessia do vale do rio Rabaçal entre Candedo e Edral, uma das partes mais duras do percurso, já no seu troço final.

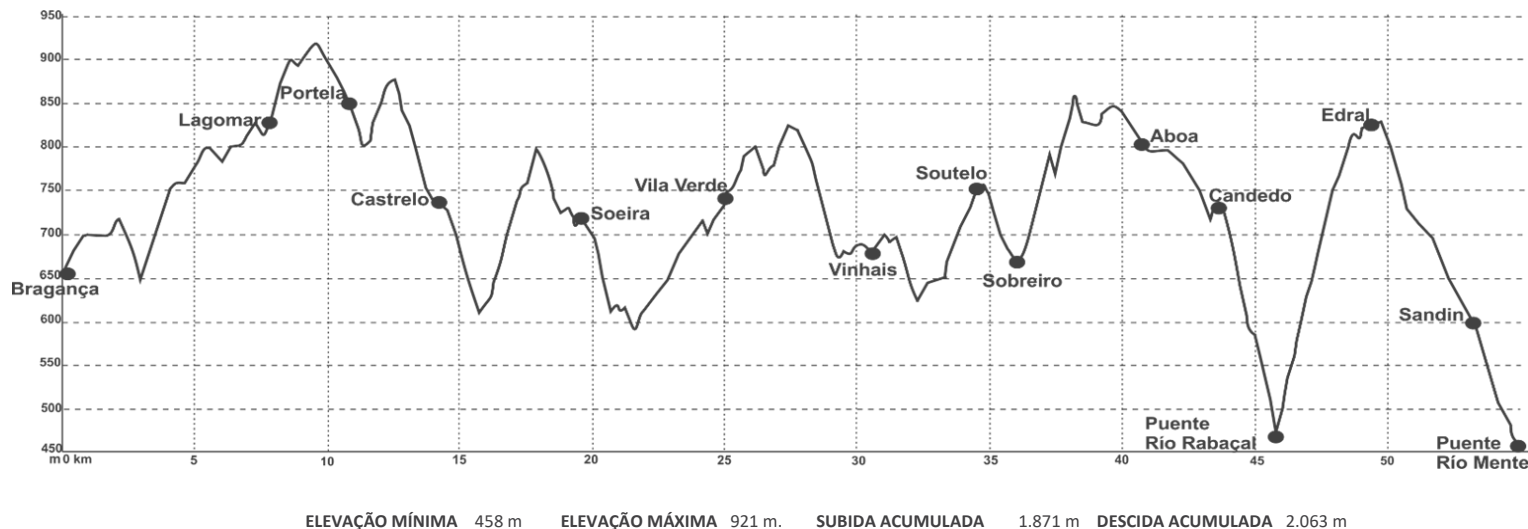
Mas esse esforço será compensado pelas impressionantes vistas panorâmicas que surgirão ao longo do percurso, além das pequenas joias patrimoniais a descobrir ao longo das 12 aldeias que percorre, como pontes romanas e medievais, antigas calçadas, cruzeiros, igrejas, capelas, ermidas...; além de poder visitar Vinhais, uma vila com antiguidade pré-histórica que conserva interessantes vestígios romanos e, sobretudo, medievais, como a sua cidadela amuralhada, bem como igrejas e outros edifícios notáveis.

## DETALHES DA ROTA

- Área de localização  
Bragança e Vinhais
- Ponto de partida/Coordenadas  
Bragança (Posto de Turismo)  
N 41° 41.957' W 6°
- Tipo de Percurso  
Bicicleta de Montanha ID. B2
- Tipo de circuito  
Linear
- Distância  
53,6 km
- Duração aproximada  
5 h
- Nível de dificuldade  
Elevado



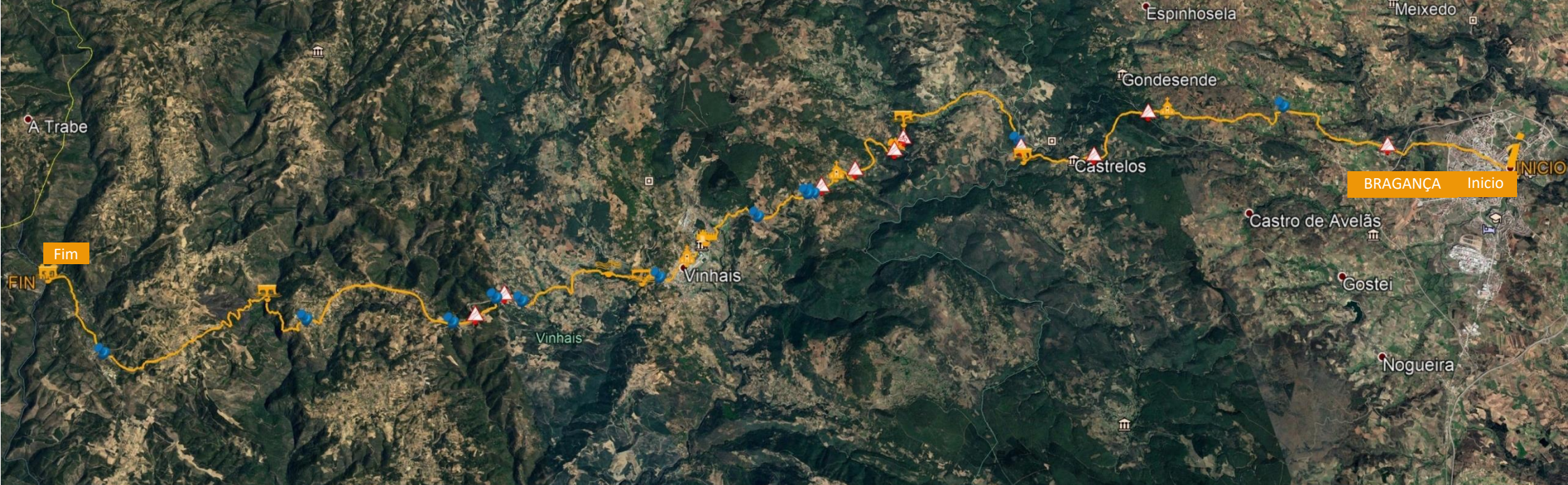
## PERFIL DE ALTIMETRIA



## OBSERVAÇÕES

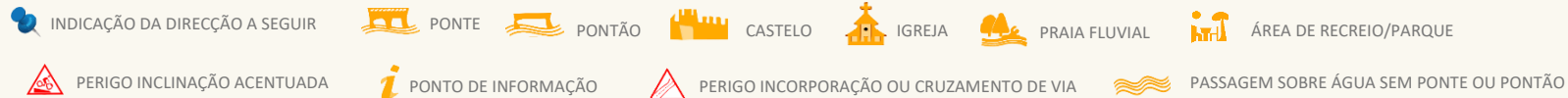
Trata-se de uma rota linear bastante longa e de dificuldade elevada, pelo que não oferece a possibilidade de percorrer ambas as direções, ida e volta, num único dia. Recomenda-se ter o apoio de um veículo e senão, dispor de dois dias para a sua realização, passando a noite numa das aldeias do percurso antes de proceder ao regresso. A rota decorre em parte pelo Parque Natural de Montesinho, pelo que devem ser respeitadas as restrições previstas no plano de ordenamento do território (POPNM).





## LEGENDA

ROTAS DE BICICLETA DE MONTANHA (B2)  
Caminho de Santiago Português da Vía da Prata (2)



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Arquitetura tradicional em todas as aldeias do percurso: Lagomar, Portela, Castrelos, Soeira, Vila Verde, Soutelo, Sobreiro, Aboa, Candedo, Edral, Sandim.
- **Vinhais:** jazigo pré-histórico, restos romanos e sobretudo medievais, como a sua cidadela amuralhada, bem como igrejas e outros edifícios importantes. Festa Rural Castanea (fim de outubro), Feira do Fumeiro (fevereiro), Carnaval 'Diabos à Solta'.
- **Bragança:** Cidadela e Castelo de Bragança, Domus municipalis, Centro Histórico, Igreja de Santa Maria e Igreja da Sé. Museu Militar, Museu Ibérico da Máscara e do Traje e Rua dos Museus (Museu Abade de Baçal, Centro de Fotografia Georges Dussaud, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais), Centro Ciência Viva e Museu Nacional Ferroviário de Bragança. Centro Cultural Municipal e Teatro Municipal de Bragança.
- Festival do Butelo e das Casulas e Carnaval dos Caretos (período de Carnaval). Feira das Cantarinhas e Feira do Artesanato (primeiro fim de semana de maio). Festa da História (fim de semana anterior a 15 de agosto). Bragança, Terra Natal e de Sonhos (todo o mês de dezembro).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** - circuito turístico com 11 secções (455 km pelos concelhos de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O passeio pode ser feito a pé, de bicicleta ou de carro.

[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Via Augusta XVII- Rio Tuela”



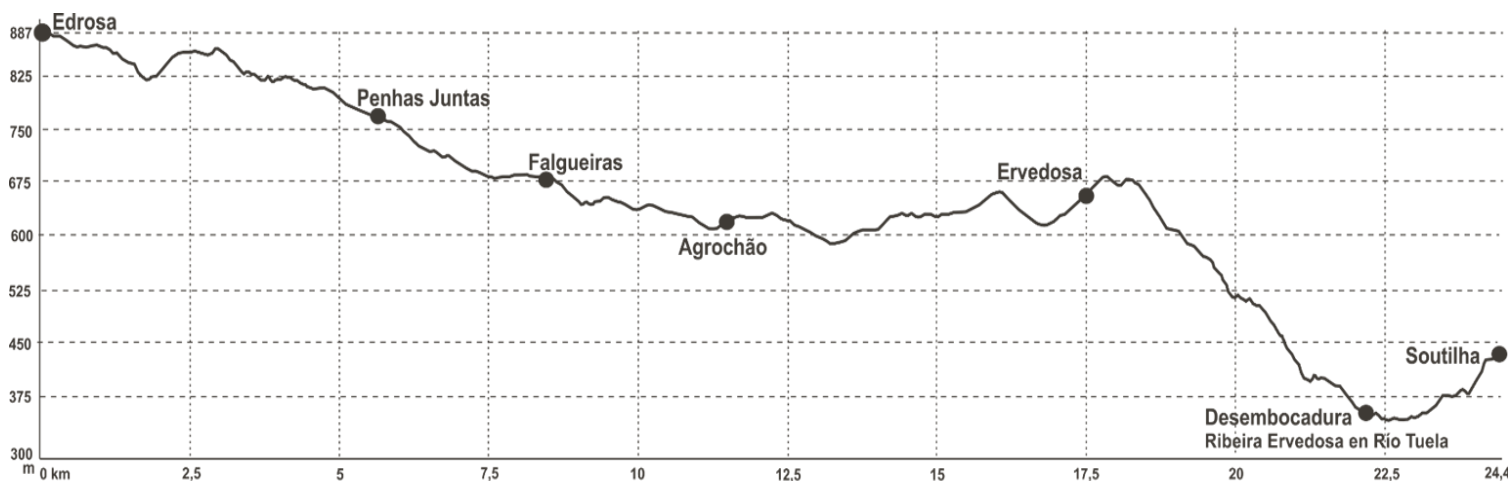
## DESCRIÇÃO GERAL

A rota beneficia de um interessante itinerário turístico cultural transfronteiriço, a GR-117 de Espanha e Portugal, que corresponde à rota romana denominada Via Augusta XVII, mandada construir pelo Imperador Augusto para unir a antiga Asturica Augusta (atual Astorga, em Espanha) com Braccara Augusta (Braga, em Portugal), que atravessa boa parte do território da RBTMI ao longo de várias aldeias de Zamora e dos municípios de Bragança e Vinhais, e da qual esta rota de bicicleta aproveita cerca de 18km de percurso a Sul do município de Vinhais.

A rota parte da aldeia de Edrosa até à aldeia de Penhas Juntas, atravessando a parte mais significativa deste troço da antiga via romana; continua até Figueiras e depois Agrochão, abandonando-a nesta última para se dirigir a Noroeste, até Ervedosa. Recomendamos na aldeia de Agrochão a visita ao Museu Etnográfico Rural (onde estão expostos utensílios associados à vida rural, mas também alguns restos arqueológicos romanos encontrados na zona, entre os quais se destaca uma ara ou altar romano), além de desfrutar de outros museus, elementos patrimoniais ou arquitetura popular nesta e em todas as aldeias ao longo do percurso.

Ao longo da rota poderá observar-se a fauna e flora selvagens específicas desta zona de Trás-os-Montes, sem grande esforço devido à baixa pressão antrópica destes locais, onde os bosques e matagais das encostas se interligam com os aproveitamentos tradicionais, de castanheiros, oliveiras, árvores de fruto e vinhas, dando forma ao interessante mosaico paisagístico transmontano, próprio de uma zona de transição entre a Terra Fria e a vizinha Terra Quente.

Contorna-se o Cerro de Penhas Juntas, grandioso afloramento geológico de xistos e quartzitos em forma de crista que se estende por vários quilómetros nas proximidades do Tuela, rio para o qual se dirige a rota depois de abandonar a Via Augusta. Nas proximidades do rio Tuela será possível usufruir da sensação impactante do silêncio e do isolamento de algumas paragens, especialmente depois de passar Ervedosa, à medida que se dirige para o ponto de confluência da ribeira com o mesmo nome com o rio Tuela, cujo o itinerário desce para a margem do rio, para o contornar durante vários quilómetros antes da rota voltar a ganhar altura e, assim, ter a oportunidade de observar as bonitas paisagens do vale e os meandros que forma o curso do Tuela em torno a Soutilha e Nuzedo de Baixo (cujas proximidades está, ligeiramente obstruído). Propomos o desafio de encontrar e fotografar uma ponte pitoresca sobre o rio Tuela que será visível num ponto do percurso (cuidado: observar apenas à distância dado que se encontra fora de serviço).



ELEVAÇÃO MÍNIMA 354 m. ELEVAÇÃO MÁXIMA 892 m. SUBIDA ACUMULADA 452 m. DESCIDA ACUMULADA -894 m.

## DETALHES DA ROTA

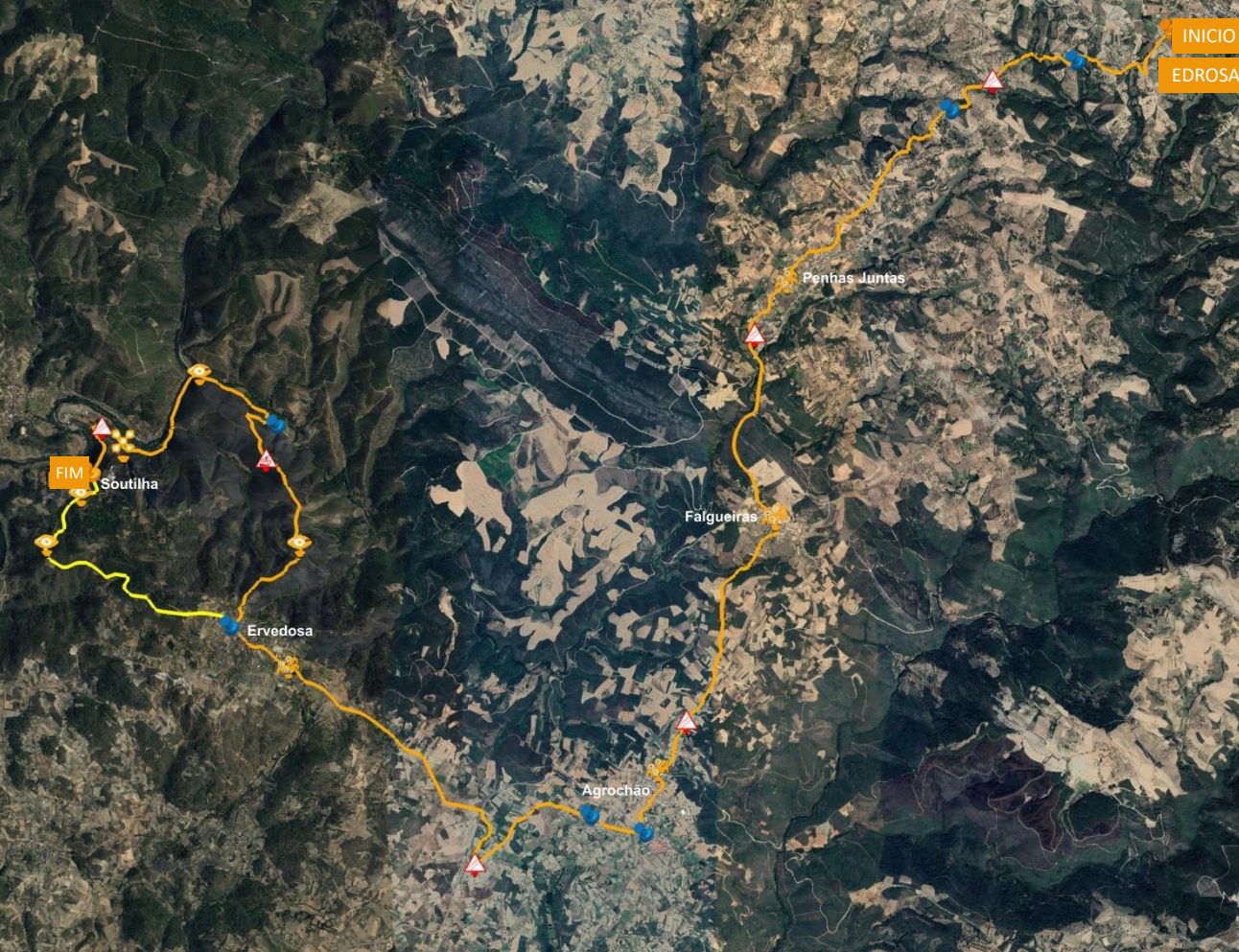
- **Área de localização**  
Vinhais (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Edrosa  
N 41° 45.860' W 6° 58.219'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B3
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
24,5 km (Ida)
- **Duração aproximada**  
2,5 h (Ida)
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## OBSERVAÇÕES

A rota pode realizar-se confortavelmente, ida e volta, num só dia, mesmo fazendo algumas paragens nas aldeias ao longo do trajeto. Trata-se de uma rota linear pelo que o regresso seria efetuado no mesmo caminho, exceto no troço de Soutilha a Ervedosa, que pode realizar-se pela secção alternativa proposta (indicada a amarelo no mapa). No primeiro troço é possível seguir-se a indicação a vermelho e branco da GR-117 de Espanha e Portugal (Via Augusta XVII). É ideal para as estações da primavera ou outono, embora possa realizar-se em qualquer época do ano.





## LEGENDA

- INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
- INÍCIO / FIM
- ELEMENTO SINGULAR
- ARQUITECTURA RURAL TRADICIONAL
- PONTO DE OBSERVAÇÃO
- PERIGO INCLINAÇÃO ACENTUADA
- PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Agrochão:** Igreja de Santa Bárbara, santuários e museu de N. Sra. da Piedade e N. Sra. Do Areal, fonte de Mergulho; museu do azeite, cruzeiro.
- Rota de Penhas Juntas:** Sítios de valor arqueológico: Buraco das Tintas, Castro Múrio, Castelo dos Mouros e Castro Mau.
- Ousilhão:** arquitetura tradicional e artesanato de máscaras. Caretos de Santo Estevão de Ousilhão (25-26 de dezembro).
- Torre de Dona Chama (Mirandela):** Ponte de pedra sobre o rio Tuela. Festa de Santo Estevão- Caretos (25-26 de dezembro).
- Vinhais:** jazigo pré-histórico, restos romanos e sobretudo medievais, como a sua cidadela amuralhada, bem como igrejas e outros edifícios importantes. Festa Rural Castanea (fim de outubro), Feira do Fumeiro (fevereiro), Carnaval 'Diabos à Solta'.
- Castro de Avelãs:** Igreja de São Bento, um mosteiro de estilo românico mudéjar (século XII), único em Portugal.
- Bragança:** Cidadela e Castelo de Bragança, Domus municipalis, Centro Histórico, Igreja de Santa Maria e Igreja da Sé. Museu Militar, Museu Ibérico da Máscara e do Traje e Rua dos Museus (Museu Abade de Baçal, Centro de Fotografia Georges Dussaud, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais), Centro Ciência Viva e Museu Nacional Ferroviário de Bragança. Centro Cultural Municipal e Teatro Municipal de Bragança Festival do Butelo e das Casulas e Carnaval dos Caretos (período de Carnaval). Feira das Cantarinhas e Feira do Artesanato (primeiro fim de semana de maio). Festa da História (fim de semana anterior a 15 de agosto). Bragança, Terra Natal e de Sonhos (todo o mês de dezembro).
- Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). A viagem pode ser feita a pé, de bicicleta ou de automóvel. [www.rotaterrafrica.com](http://www.rotaterrafrica.com)

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Douro Internacional: entre Arribas e Planalto



## DESCRIÇÃO GERAL

Rota pelo Parque Natural português Douro Internacional, que atravessa algumas das áreas mais representativas da RBTMI, permitindo conhecer uma boa amostra da essência transfronteiriça desta Reserva: tanto os seus ecossistemas, fauna, flora e paisagens mediterrânicas como os elementos ligados aos usos tradicionais (muros, pontes, fontes, picotas, troncos de contenção, tanques, etc.), que moldaram paisagens de grande beleza e interesse etnográfico que são comuns em ambos os lados do Douro, ou seja, tanto em território português como espanhol.

Na rota, vai encontrar muros e estruturas agropecuárias (de estabilidade incrível, graças a uma seleção e colocação cuidadosas de pedras, sem qualquer material de aglomeração) que são testemunha dos métodos utilizados pelas populações que habitaram estes locais desde a pré-história (das quais existem muitas amostras castrejas na região) até à era moderna. As comunidades rurais da RBTMI são, portanto, depósitos do património cultural e da arte da construção com base em conhecimentos e práticas seculares, cuja transmissão intergeracional está em risco e, portanto, em risco está também, a sua conservação.

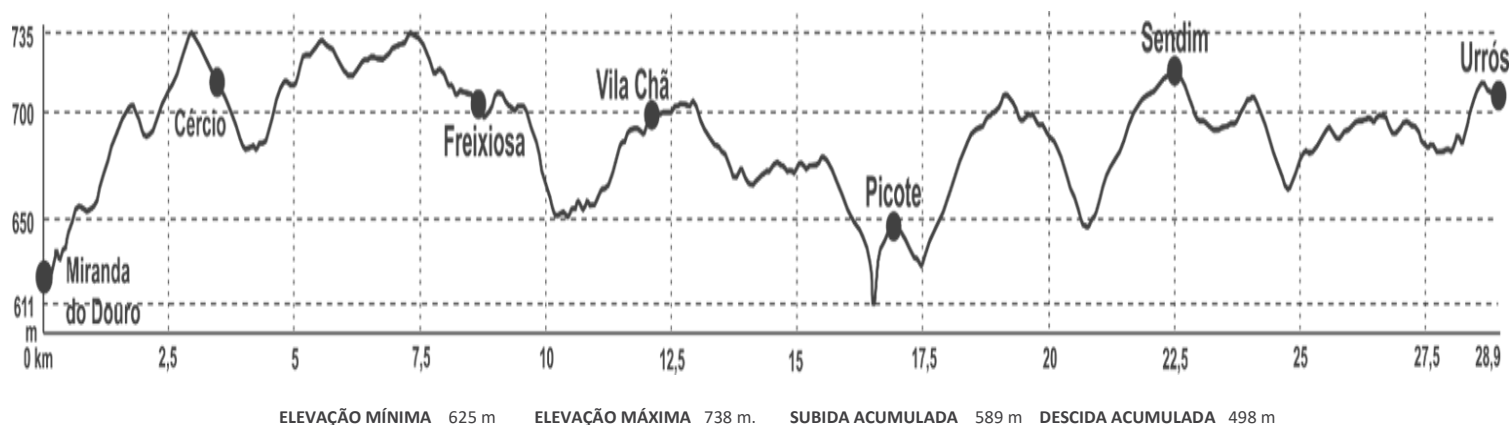
Estes muros e construções de pedra são um exemplo claro de uma relação equilibrada entre o homem e a natureza; desempenham um papel ecológico essencial (melhorando a biodiversidade, moldando novos biótopos e prevenindo a erosão dos solos), ao mesmo tempo que se criam condições microclimáticas propícias à agricultura e à pecuária, aproveitando ao máximo os recursos naturais locais.

A rota coincide com uma secção da **GR-36 do Douro Internacional e Douro Vinhateiro**, que se estende paralelamente ao rio Douro e, por isso, permite-o aproximar às arribas em certos pontos, por exemplo, em Miranda do Douro, antes do início da rota, ou no miradouro da Fraga do Puio, em Picote, para desfrutar das paisagens sobre as encostas íngremes, com cerca de 150 m. de desnível entre o leito do rio até à meseta ou planalto mirandês, com uma altitude média de cerca de 700 m., por onde decorre o resto do caminho, entre terras de cultivo (cereais, oliveiras, vinhas...) e bosques de azinheiras, carvalho-português, sobreiros e freixos, essencialmente.

Para além de Miranda do Douro será possível visitar algumas das freguesias do município (Cércio, Freixiosa, Vila Chã de Braciosa, Picote e Sendim) terminando em Urrós, que já pertence a Mogadouro. Em todos eles terá a oportunidade de fazer pequenas paragens para conhecer vários exemplos de locais de vida, de trabalho ou de culto construídos em pedra, alguns dos quais se encontram sinalizados no track da rota.

*Descubra qual é o outro importante espaço natural e paisagístico ligado ao Douro e declarado Património da Humanidade pela UNESCO, ao qual chegaria caso se seguisse a GR-36 rumo a Sul.*

## PERFIL DE ALTIMETRIA



## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelhos: Miranda do Douro e Mogadouro (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Miranda do Douro (Fonte dos Canos)  
N 41° 29.619' W 6° 16.721'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B4
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
29 km
- **Duração aproximada**  
2,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

A rota pode realizar-se completa e comodamente (ida e volta) num dia, mesmo fazendo pequenas paragens nas aldeias (em qualquer caso, tratando-se de um trilho linear, pode sempre atalhar-se facilmente). Pode seguir-se a sinalização da **GR-36** (branca e vermelha), que em alguns troços coincide também com PRs, pelo que se acrescenta às marcas pintadas uma banda amarela. Decorre pelo **Parque Natural Douro** Internacional devendo respeitar-se as condições do seu plano de ordenamento (POPNDI). Pode realizar-se a qualquer altura do ano, embora as estações mais aconselháveis sejam a primavera e o outono.





MIRANDO DO DOURO INÍCIO

## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Arquitetura tradicional em todas as aldeias ao longo da rota e outros dos arredores
- **Picote**: miradouro da Fraga do Puio; igrejas e ermida; porca de pedra; fontes: arquitetura tradicional; lagares e moinhos; toponímia bilingue (mirandês e português) nas ruas. Ecomuseu da Terra de Miranda (Terra Mater) e produtos da terra. Castro do Puio, Castro de Cigaduenha e Castro do Castelhar.
- **Barrocal do Douro**: arquitetura moderna portuguesa (Complexo de Interesse Público). Barragem de Picote e central hidroelétrica
- **Urrós**: Museu rural e torre do Sino, igreja, adegas, arquitetura tradicional, PR-3 Caminho de S. Facundo, necrópole medieval, Castelo de Picão de Bouça d'Aires (castro e miradouro).
- **Bemposta**: Igreja, pelourinho, casas brasonadas, miradouros, Faia d'Água Alta.
- Igreja românica de Algosinho.
- Castro de Vilarinho dos Galegos.
- Famoselle (conjunto histórico): muralhas e castelo; adegas; miradouros; cruzeiro pelo Douro; Casa do Parque Arribas del Duero.
- Festival Intercéltico de Sendim (agosto).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel. [www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Miranda do Douro**: castelo, fortaleza, catedral, igrejas, palácios e outro património; miradouros; Museu Terra de Miranda; Ecocentro Micológico; Estação Biológica Internacional Duero-Douro, cruzeiro ambiental pelo Douro, etc. Comércio têxtil. Gastronomia e produtos tradicionais. Festival de Sabores mirandeses (fevereiro), Festival Internacional de Pauliteiros de ES e PT (julho), Feira da bola doce mirandesa (abril), etc.

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Calçada Romana Mirandesa

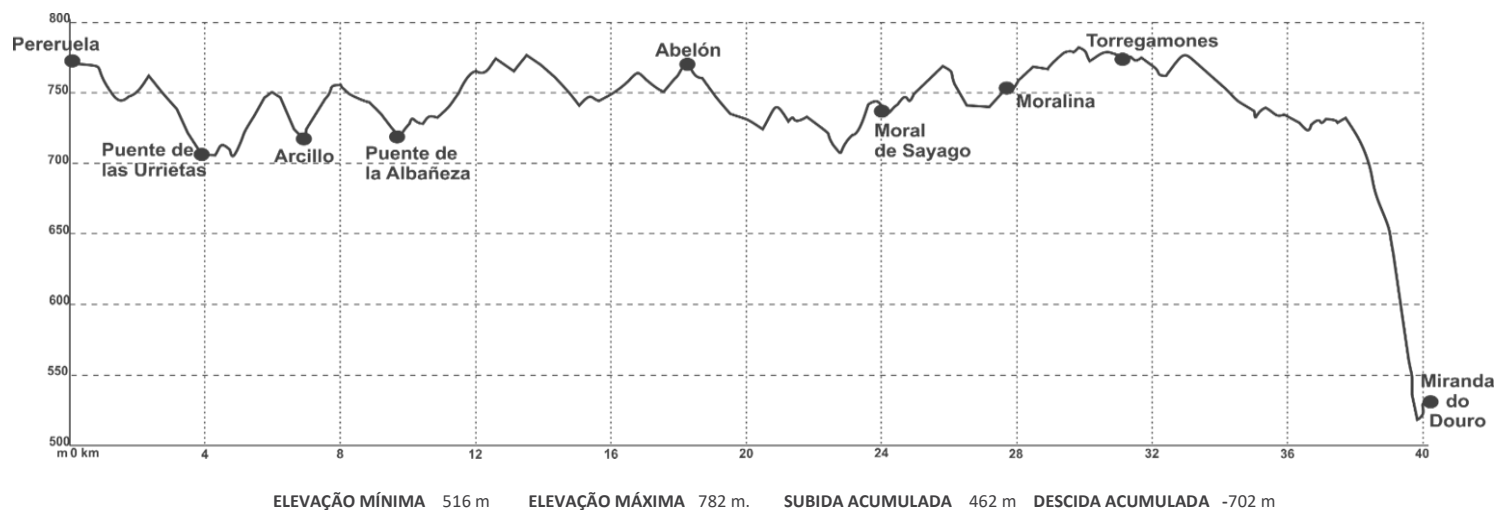
## DESCRIÇÃO GERAL

A rota segue o traçado da antiga calçada romana, denominada Mirandesa por ser, Miranda do Douro o seu destino, partindo da cidade de Zamora, embora a rota proposta comece, dentro da RBTMI, na aldeia de Pererueta, muito conhecida pela sua olaria tradicional.

Ao longo do trajeto existem troços que conservam a antiga calçada em pedra, bem como pontes e outros vestígios históricos, que farão recordar a sua antiguidade milenar e a importância das calçadas construídas durante o Império Romano, vias que mantiveram a comunicação entre estes territórios ibéricos durante quase dois mil anos. Entre outras pontes podem-se mencionar a das Urrietas em Pererueta e a de La Albañeza, numa das mais belas paragens do trajeto, com o mesmo nome, entre Arcillo e Abelón; ambas as pontes são bons exemplos de arquitetura civil romana.

Nesta rota será possível associar o desporto com o conhecimento do património cultural, ao mesmo tempo que percorremos sugestivas paisagens. Entre cortinas de pedra, prados, regatos, terrenos com azinheiras seculares e aldeias de pedra, entra-se nos Parques Naturais de Arribes del Duero e Douro Internacional. Nestas aldeias poderá descobrir uma abundante demonstração de arquitetura popular como fontes, cruzeiros, estelas funerárias, portadas, 'chiviteros', entre outros. As aldeias sayagueses são verdadeiros museus etnográficos ao ar livre.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



Além disso, no troço inicial, a rota coincide com a etapa 20 da Senda del Duero (GR-14), pelo que poderá seguir a sinalização desta, juntamente com os sinais de uma rota BTT que segue o traçado da GR até Moral de Sayago, aldeia que, juntamente com a de Moralina, é testemunha do antigo hábito de plantar amoreiras junto a igrejas e ermidas, como símbolo do terreno sagrado, pelo que em ambas será possível comprovar que, além do nome, se conservam estas árvores centenárias.

A calçada mirandesa separa-se da 'Senda del Duero' para se dirigir a Torregamones, de onde poderá espriear o desfiladeiro do Douro, com extraordinárias vistas panorâmicas de frente para Miranda do Douro e, após uma curta, mas dura secção final, terminar com a descida à, sempre sugestiva, localidade portuguesa.

- 1) *Fotografia das duas pontes romanas mais emblemáticas do trajeto. Imagine a quantidade de pessoas que as terão atravessado ao longo de quase dois milénios.*
- 2) *Pergunte em Moral de Sayago por onde seguia o caminho original até Torregamones. Porque deixou de se fazer?*

## DETALHES DA ROTA

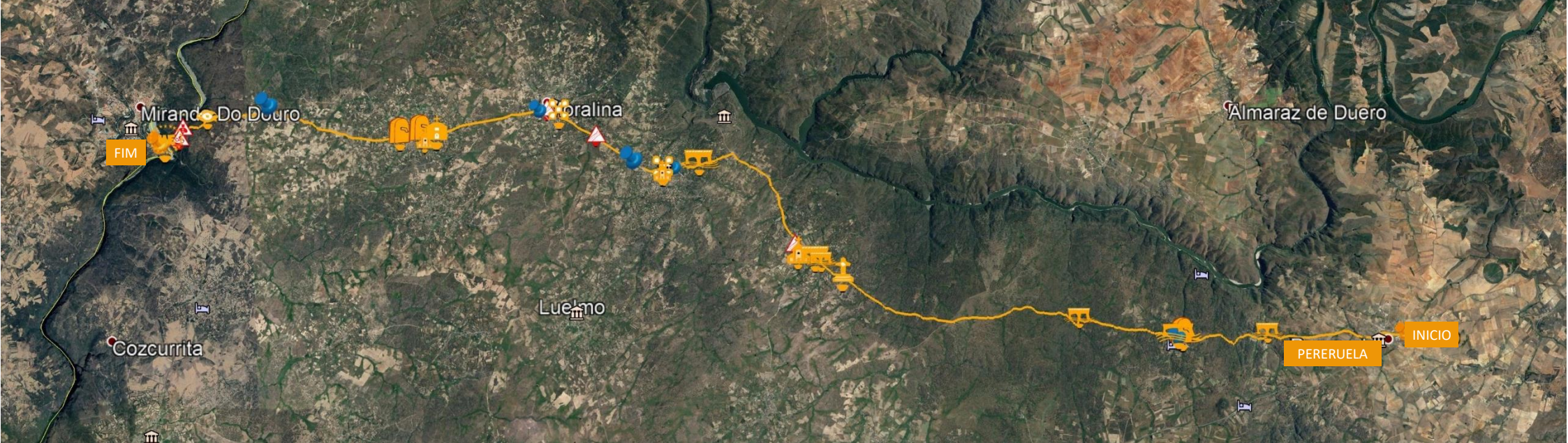
- **Área de localização**  
Zamora e Miranda do Douro (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Pererueta (Zamora)  
N41° 24.980' W5° 52.228'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B5
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
40 km
- **Duração aproximada**  
3,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## OBSERVAÇÕES

A rota pode realizar-se completa e comodamente num dia, mesmo fazendo o caminho de ida e volta após uma pausa em Miranda do Douro (uma vez que é um trajeto linear, também se pode atalhar com facilidade). Decorre pelo Parque Natural de Arribes del Douro, entrando num pequeno troço do Parque Natural do Douro Internacional, devendo ser respeitadas as condições estabelecidas nos planos de ordenamento de ambas as áreas naturais protegidas. A antiga calçada perdeu-se num troço entre Moral de Sayago e Torregamones, onde foi engolida por prados e explorações pecuárias, muitas vezes cercadas, que tinham de ser atravessadas, pelo que se optou por desviar o trajeto por uma estrada local com pouco trânsito, passando por Moralina. Há que ter muito cuidado nesta secção de estrada e na parte final de entrada em Miranda, bem como na descida do desfiladeiro em que devemos levar a bicicleta à mão nos últimos 200m. devido à complexidade da orografia do terreno.





## LEGENDA

ROTAS DE BICICLETA DE MONTANHA (B5)  
"Calçada Romana Mirandesa"



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Pereruela:** oficinas de artesanato, venda de olaria tradicional e Centro de Interpretação do Barro.
- **Restantes aldeias da rota e proximidades:** arquitetura tradicional e elementos etnográficos.
- Ponte Requejo ou Ponte Pino entre Pino del Oro e Villadepera.
- Zonas de Proteção Especial para as Aves dos desfiladeiros do Douro.
- **Abelón:** Cascata de Abelón, miradouros de la Poyata e San Vicente (foz do rio Esla no Douro).
- **Moralina:** Museu da tradição.
- **Torregamones:** As rotas de Chiviteros (construções em pedra para proteger os cabritos do lobo) e de Forte Nuevo (fortaleza de defesa do século XVIII); ambos os PRS partem da rota Mirandesa.
- **Miranda do Douro:** castelo, fortaleza, catedral, igrejas, palácios e outro património; miradouros; Museu Terra de Miranda; Ecocentro Micológico; Estação Biológica Internacional Duero-Douro, cruzeiro ambiental pelo Douro, etc. Comércio têxtil. Gastronomia e produtos tradicionais. Festival de Sabores mirandeses (fevereiro), Festival Internacional de Pauliteiros de ES e PT (julho), Feira da bola doce mirandesa (abril), etc.

[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Currais pastoris da Serra da Culebra



## DESCRIÇÃO GERAL

Contornando a parte oriental da Serra da Culebra pelo sopé desta, a rota permite, para além de desfrutar deste espaço natural, descobrir edifícios pastoris peculiares, típicos destas regiões de Aliste e Tábara: as 'corralas' ou currais pecuários. Trata-se de recintos de forma circular ou oval, construídos em pedra para manter o gado e, assim, protegê-lo dos lobos, abundantes nos bosques da serra (uma das espécies mais emblemáticas deste espaço natural, onde existe atualmente a maior população da Península e da Europa).

Este trilho permiti o aproximar-se de um número significativo destas pitorescas construções tradicionais que, em vários pontos, se encontram em grupos de até 10, criando complexos construtivos verdadeiramente interessantes. Embora estejam atualmente em desuso, muitos deles foram restaurados recuperando até a cobertura vegetal, o que lhes confere um aspeto ancestral muito peculiar, uma vez que correspondem a técnicas construtivas milenares.

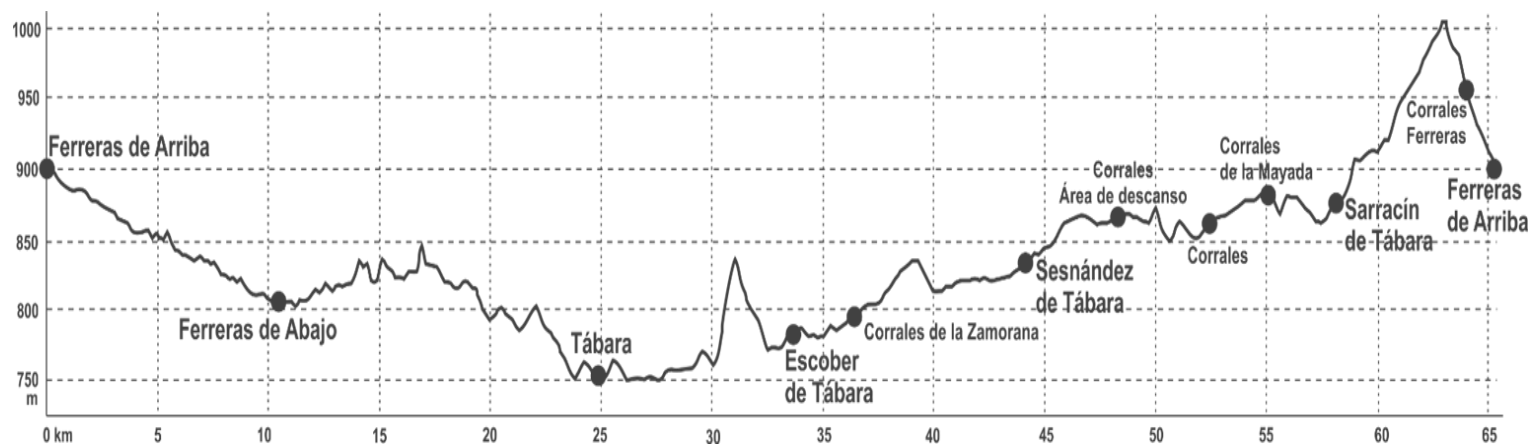
Outro exemplo da enraizada tradição pecuária da zona é a existência do Centro de Interpretação da Vida Pastoril (que funciona apenas para visitas organizadas) em Ferreras de Arriba, localidade onde esta rota começa e termina.

A massa florestal da **Serra da Culebra** (também declarada **Lugar de Interesse Comunitário e Reserva Regional de Caça**) está dominada por repovoamento de pinheiros, mas abundam também os bosques autóctones de carvalho-negral, bem como outras espécies arbóreas como castanheiros, carvalho-português, azinheiras ou até medronheiros que, juntamente com as áreas de matagal de urze, giestas, estevas ou alfazemas, criando habitats para uma variada fauna silvestre.

O trajeto é particularmente interessante para a observação de fauna, em especial de veados, sendo fácil observar e ouvir os impressionantes bramidos deste cervídeo na época de acasalamento, razão pela qual se chama 'brama', ou as pancadas dos seus cornos nos combates rituais, um belo espetáculo natural do qual se poderá desfrutar ao amanhecer ou entardecer (entre o final de setembro e o início de outubro) pelos próprios caminhos e trilhos de gado que constituem a rota.

Mas além disso, nas aldeias que se encontram no trajeto e, noutras próximas destas regiões existem ainda usos, arquitetura, tradições e festas ancestrais, um rico património cultural tradicional que o convidamos a conhecer aproveitando a visita.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 749 m ELEVACIÓN MÁXIMA 1005 m. SUBIDA ACUMULADA 664 m DESCIDA ACUMULADA -661 m

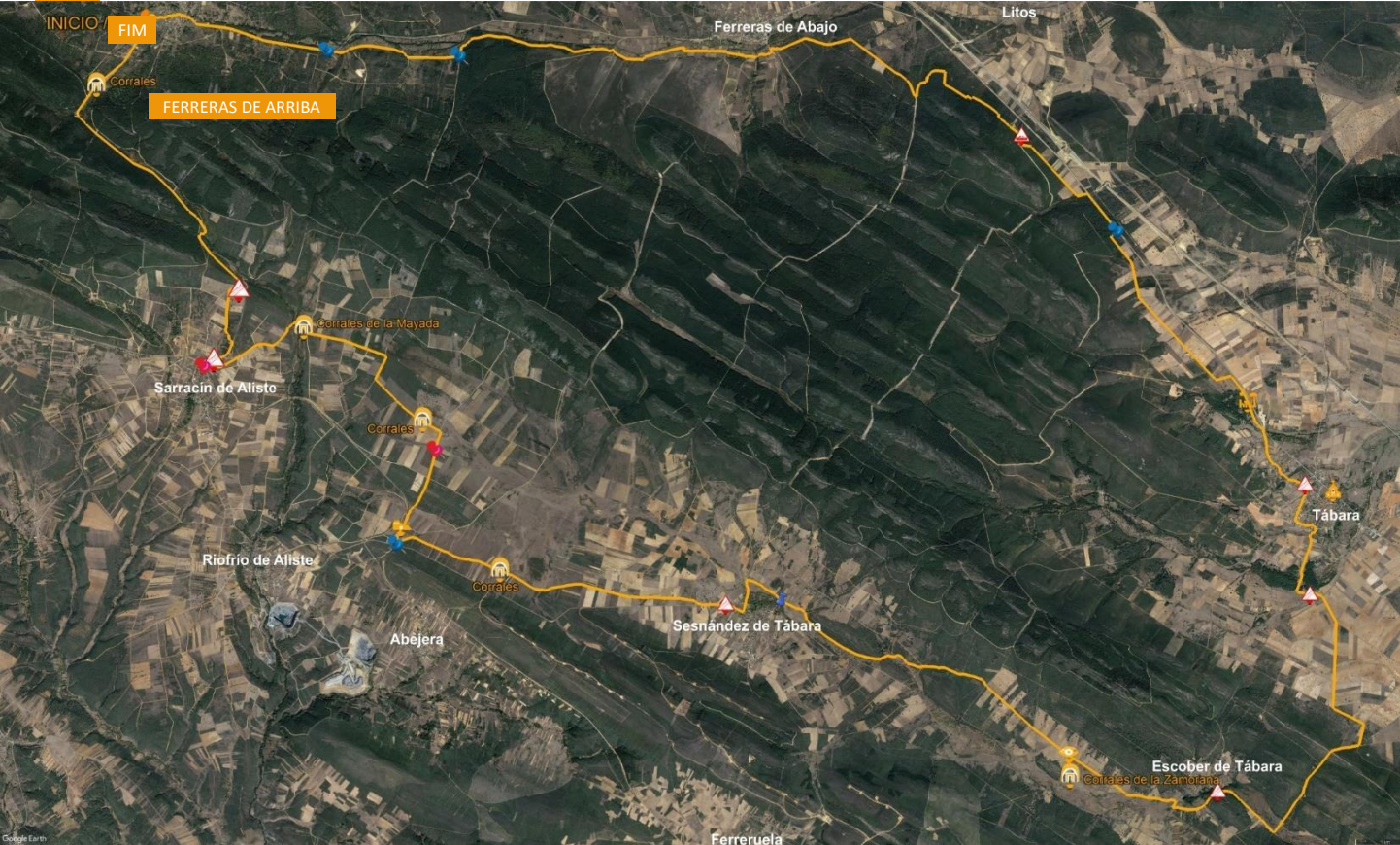
## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Sierra de la Culebra Zamara (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Ferreras de Arriba (Zamora)  
N 41° 53.911' W 6° 11.965'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B6
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
66,2 km
- **Duração aproximada**  
5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## OBSERVAÇÕES

A rota está sinalizada no terreno com marcas de rota BTT na maior parte do trajeto, com exceção de dois pequenos trechos em que se afasta da sinalizada, que é muito mais longa (rota BTT pelo Noroeste de Zamora 'Sierra de la Culebra'), mas nos quais se segue com a mesma facilidade graças ao track fornecido pela RBTMI. Uma vez que se trata de uma rota circular pode ter início em qualquer ponto do trajeto.  
Um pequeno trecho decorre por um 'corta-fogos' florestal, onde a prudência deve ser máxima.



## LEGENDA

- INÍCIO / FIM
- INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
- IGREJA
- LIGAÇÕES A OUTRAS ROTAS
- PONTO DE OBSERVAÇÃO
- EDIFÍCIO SINGULAR
- RUÍNAS
- ÁREA DE RECREIO/PARQUE
- CAMINHO DE PEDRAS - PERIGO ZONA COM PLACA DE PEDRAS SOLTAS DE GRANDE VOLUME
- PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Tábara:** Igreja românica de Santa Maria do séc. XII (declarada BIC). Centro de interpretação dos Beatos.
- **Ferreras de Arriba:** Centro de interpretação da vida pastoril 'los Corralones'.
- **Villardeciervos:** declarado BIC - conjunto histórico-artístico. Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Meseta Ibérica (em projeto).
- **San Vitero:** Ermida do Cristo del Campo com romarias e Feira do burro (a 19 de março e no segundo sábado de setembro). Igreja, touro pré-romano e miliário na Plaza Mayor. Feira do Pastor e da Trasmãncia e Feira de Raças autóctones de Aliste e Trás-os-Montes (setembro).
- **Festas de máscaras:** «La Filandorra» de Ferreras de Arriba (26 de dezembro); «Los Carochos» de Riofrío de Aliste (1 de janeiro — de Interesse Turístico Regional) e de Villanueva de Valrojo (terça-feira de Carnaval); "El Tafarrón" de Pozuelo de Tábara (25 e 26 de dezembro); «Diablos» de Abejera e Sarracín de Aliste (1 de janeiro); "La Obisparra" de Pobladura de Aliste (15 de agosto); «El Caballo y el Pajarico» de Villarino Tras la Sierra (26 de dezembro); «El atenizador» de San Vicente de la Cabeza (11 de agosto).
- Semana Santa em Bercianos de Aliste (procissão da sexta-feira santa declarada BIC).
- Brama de veados (final de setembro-início de outubro).
- Centro de interpretação do lobo ibérico de Robledo de Sanabria.
- **Alcañices:** Torreão da antiga muralha (Torre do relógio), Convento de San Francisco, Igreja e Palácio dos Marqueses de Alcañices. Centro de Interpretação de Aliste, Tábara e Alba. Passeio pelas fontes e tanques da aldeia.
- Rihonor de Castilla, Rio D'onor, Santa Cruz de los Cuérragos (conjunto etnográfico) e Riomanzanas: arquitetura tradicional.
- **Moveros:** olaria tradicional de barro. Romaria transfronteiriça da Virgen de la Luz (último domingo de abril).
- **Pino del Oro:** Ponte de Requejo; Itinerário romano minero-aurífero.
- Museo-oficina de bordados carbajalinos em Carbajales de Alba.
- Centro de interpretação de espécies micológicas de Rabanales.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota de Aliste

## DESCRIÇÃO GERAL

Zona agrícola por excelência, as terras de cultivo de Aliste coexistem na sua paisagem com formações montanhosas que ondulam o horizonte.

Planícies e colinas encontram-se salpicadas de carvalhos, azinheiras e matagais entre terrenos extensos de cultivo. Um território marcado pela proximidade da Serra da Culebra, a fronteira com Portugal, em grande parte marcado pelo transfronteiriço Rio Maças e pelos rios Douro e Esla, que recebe as águas do rio Aliste, que dá nome a toda a região.

Os trabalhos agropecuários desenvolvidos durante séculos criaram, não só uma paisagem característica, como também a povoaram de construções como pombais, azenhas, pontes, troncos de contenção, etc.

Construções únicas que constituem um importante património etnográfico, de valor inegável, que permitem conhecer os usos e costumes associados à história da região e a uma forma de entender a relação do homem com o ambiente.



Estes elementos da arquitetura rural, práticos e funcionais, misturam-se com as típicas cercas alistanas integradas na paisagem. Construídas com pedras planas, colocadas sem argamassa, delimitam os 'lameiros', prados e cultivos de cereais ou recintos para o gado, do qual se destaca indubitavelmente o bovino.

A vitela de Aliste é o motor do projeto de desenvolvimento rural da região, uma das melhores carnes bovinas de Espanha, com selo de Indicação Geográfica Protegida pelo sistema de produção artesanal. Embora não seja o único produto a destacar, na região também se salientam os queijos, derivados de porco, vinhos.

A grande produção agropecuária na região tem convivido com uma grande diversidade de espécies como javalis, corços, veados, coelhos, perdiz e uma considerável população de lobos, dada a proximidade da Serra da Culebra, bem como a águia real, mocho real, cegonha-preta, abutre-do-egito, grifo, etc.

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Comarca de Aliste Zamora (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
San Vitero de Aliste  
(Ermita do Cristo del Campo)  
N 41°46.58' W 6°20.48'O
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B7
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
21 km
- **Duração aproximada**  
2 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVACIÓN MÍNIMA 690 m ELEVACIÓN MÁXIMA 895 m SUBIDA ACUMULADA 402 m DESCIDA ACUMULADA -661 m











## OBSERVAÇÕES

Rota de percurso fácil, com caminhos geralmente bem marcados, à exceção de um troço de cerca de 350 m, no qual é necessário evitar um pequeno muro, levando a bicicleta à mão. A parte final do trajeto, cerca de 4,4 km, faz-se pela estrada comarcal de El Poyo a San Vitero.





## LEGENDA

-  OBSTÁCULO SUPERVÁVEL BICICLETA NA MÃO
-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  IGREJA
-  OUTRA INDICAÇÃO: PARQUE DE FEIRAS SAN VITERO
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO
-  PASSAGEM SOBRE ÁGUA SEM PONTE OU PONTÃO
-  PERIGO INDEFINIDO
-  PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **San Vitero de Aliste:** Ermida do Cristo del Campo com romarias e Feira do burro (a 19 de março e no segundo sábado de setembro). Igreja, touro pré-romano e miliário na Praça Principal. Feira do Pastor e da Trasmúncia e Feira de Raças autóctones de Aliste e Trás-os-Montes (setembro).
- Gallegos del Campo: núcleo com a típica arquitetura popular alistana. Igreja de San Jorge Mártir do séc. XVII, embora trasladada no séc. XX para a sua localização atual. Festival da Obisparra, festa de máscaras que se passou a celebrar na terça-feira carnaval.
- **Festas de máscaras:** «La Filandorra» de Ferreras de Arriba (26 de dezembro); «Los Carochos» de Riofrio de Aliste (1 de janeiro — de Interesse Turístico Regional) e de Villanueva de Valrojo (terça-feira de Carnaval); "El Tafarrón" de Pozuelo de Tábara (25 e 26 de dezembro); «Diablos» de Abejera e Sarracín de Aliste (1 de janeiro); "La Obisparra" de Pobladura de Aliste (15 de agosto); «El Caballo y el Pajarico» de Villarino Tras la Sierra (26 de dezembro); «El atenzador» de San Vicente de la Cabeza (11 de agosto).
- **Alcañices:** localidade onde se assinou o Tratado de Alcañices que marcou a fronteira luso-espanhola no séc. XIII, a mais antiga da Europa. Santuário do séc. XVI, com a imagem da N.ª Sr.ª da Salud, padroeira da comarca de Aliste, com festa a 3 de julho, Torre do relógio, percurso pelas fontes e tanques urbanos, Convento de San Francisco, Igreja e Palácio dos Marqueses de Alcañices. Centro de Interpretação de Aliste, Tábara e Alba.
- **Nuez:** Rio Manzanas, rio transfronteiriço cuja ribeira na parte espanhola foi designada LIC, tendo em conta a importância dos habitats que preserva. A localidade é um exemplo claro da arquitetura alistana e conserva também as ruínas de três Castros e várias ermidas.
- **Villardeciervos:** declarado BIC - conjunto histórico-artístico. Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Meseta Ibérica (em projeto). Serra da Culebra. Brama de veados (final de setembro - início de outubro).
- **Robledo de Sanabria:** Centro de interpretação do lobo-ibérico.



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Rota do Azibo



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota faz-se pelas encostas a Este do rio Azibo, contornando uma parte daquilo que é hoje a Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo, que surgiu na década de 80 aquando da construção da barragem que deu lugar ao reservatório de água para consumo humano e regadio agrícola.

O rio Azibo finaliza o seu curso de 50 km no concelho de Macedo de Cavaleiros, no rio Sabor, que leva depois as suas águas até ao Douro.

Os 410 hectares de extensão de Albufeira são compostos por três linhas de água: rio Azibo, ribeiras do Azibeiro e do Reguengo. Uma área em que se gera uma interessante mistura de flora mediterrânica e atlântica, sendo possível observar uma mistura de carvalho-português, castanheiros, oliveiras, vinhas e algumas das melhores zonas de sobral do Norte de Portugal. Um mosaico diversificado e valioso que se encontra parcialmente protegido pela **Rede Natura 2000 (sítio de 'Morais')**.

A estrada de Podence a Santa Combinha dá acesso ao cais e a duas melhores praias fluviais de Portugal, referenciadas pela sua qualidade ambiental e acessibilidade, em especial a Praia da Fraga da Pegada, que recebe o nome do afloramento de metavulcanitos ali presente, um dos geossítios referenciados dentro do GeoParque Terra de Cavaleiros, bem como outros que também se incluem na rota proposta (depressão de Salselas).

Depois de atravessar o rio Azibo, o percurso permite observar os usos agropecuários tradicionais desta zona, que criaram uma paisagem harmoniosa, salpicada de construções tradicionais como pombais e outras mais peculiares como antigos fornos para o fabrico de telhas, produção de cal ou cerâmica, entre outros. Hoje em desuso e embora, infelizmente, em bastante mau estado, a rota permite localizar pelo menos dois deles.

A proximidade ao valor patrimonial e cultural que as localidades conferem a este espaço protegido encontra uma das suas referências no Museu Rural de Salselas, com uma coleção etnográfica notável que permite conhecer os usos e costumes relacionados com o trabalho diário e os dias festivos, amenizados com as danças dos 'pauliteiros de Salselas' que mantêm até hoje a sua tradição graças à associação existente.

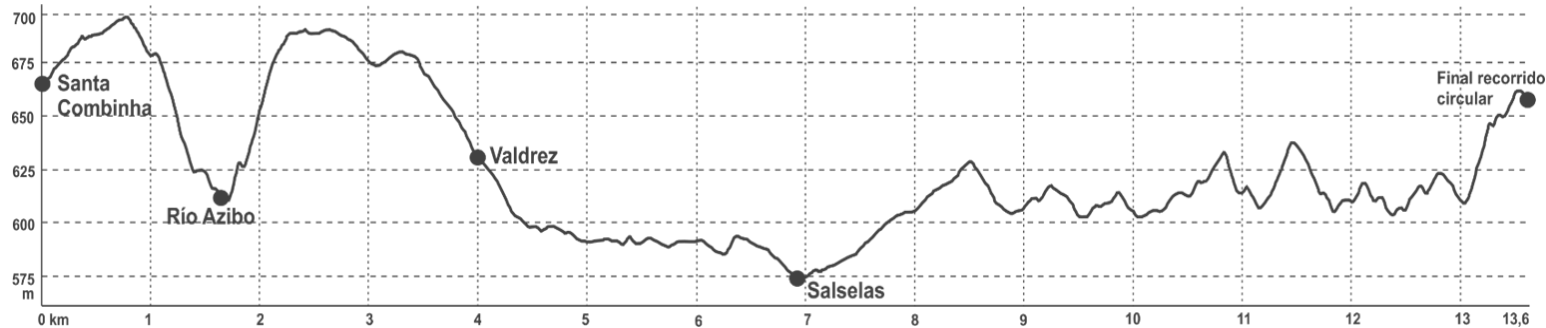
O trajeto circular, depois de percorrer as localidades vizinhas no sentido proposto, permite regressar, contornando os tranquilos meandros da albufeira, onde uma fauna abundante, diversificada e muito valiosa encontra tranquilidade e alimento. Sendo uma, as águias reais e outras espécies protegidas e endémicas de valor inegável, deve ser destacada como sendo uma das áreas mais importantes do Nordeste Transmontano devido à sua avifauna aquática, com o Mergulhão-de-crista, símbolo da paisagem protegida, fruto da diversificação de biótopos propiciados pela naturalização da albufeira.

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Macedo de Cavaleiros (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Albufeira do Azibo. Santa Combinha  
N 41°34.33' W 6°53.8'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B8
- **Tipo de circuito**  
Circular/Linear
- **Distância**  
13,6 km
- **Duração aproximada**  
1,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## PERFIL DE ALTIMETRIA



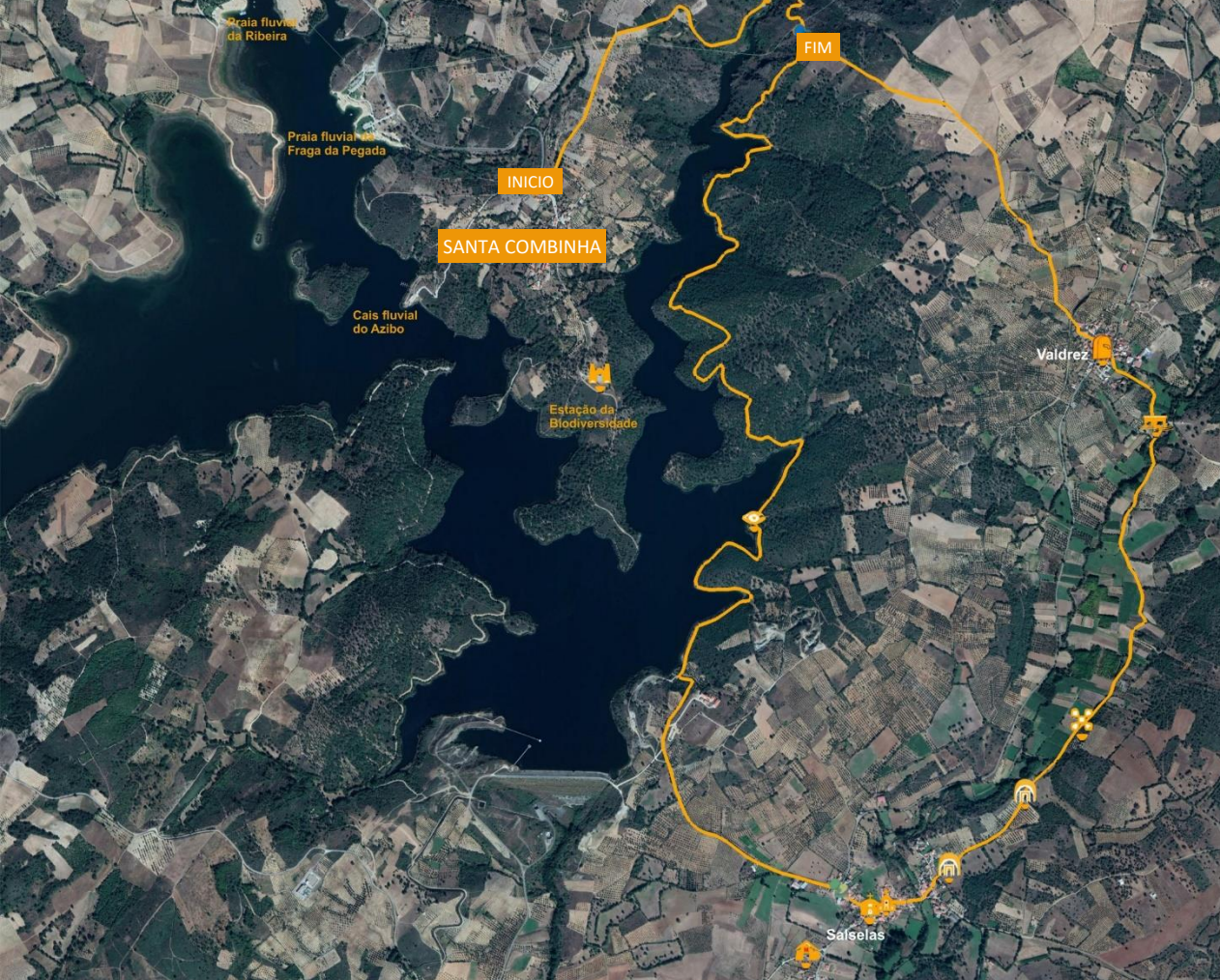
ELEVAÇÃO MÍNIMA 574 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 697 m.    SUBIDA ACUMULADA 391 m    DESCIDA ACUMULADA -399 m



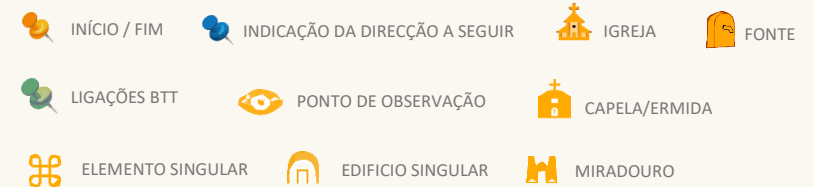
## OBSERVAÇÕES

A rota começa à entrada da aldeia de Santa Combinha, seguindo durante cerca de dois km pelo Caminho do Serro até pouco depois de atravessar o rio Azibo. Um breve trajeto linear que conduz ao início do caminho que pode ser realizado em sentido circular. A rota proposta passa pela Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo e sobrepõe-se, em diferentes momentos, à sinalização de outras preexistentes na zona, tais como: Trilho Quercus, Trilho Fornos Antigos e outros percursos BTT.





## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Santa Combinha:** Igreja de São Gonçalo (Festa em agosto). Acesso ao cais na Albufeira e à esplanada do miradouro, artesanato e o início da rota interpretativa da 'Estação de Biodiversidade do Azibo', Trilho Ricardo Magalhães, e dois postos de observação de aves.
- GeoParque Terra de Cavaleiros, entre outros: Geossítio metavulcanitos 'Fraga da Pegada' na praia fluvial à qual dá o nome.
- Praia fluvial e espaço recreativo do Azibo.
- **Podence:** Casa do Careto. Igreja Matriz de N.ª Sr.ª da Purificação. Arquitetura tradicional. Entrudo Chocalheiro e outros eventos relacionados com os caretos durante as mascaradas do inverno, incluindo o Trilho dos Caretos de Podence pelo Azibo (fevereiro).
- **Salsas:** Concentração de máscaras de Portugal e Espanha na celebração 'O Dia da Reis'
- **Macedo de Cavaleiros.**

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Amendoeiras de Trás-os-Montes



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota das amendoeiras pode ser realizada em qualquer época do ano, mas é entre fevereiro e março que se pode desfrutar daquilo que é um verdadeiro espetáculo natural, o florescimento das amendoeiras, um momento em que a paisagem se tingiu de cores branca e rosa e, que em diferentes localidades se organizam feiras e festivais em torno das amendoeiras em flor.

Diz a lenda que «o califa árabe, Ibn-Almundim, ao ver sua esposa Gila chorar amargamente de nostalgia pela neve que cobria seu país distante, ordenou plantar milhares de amendoeiras para que as flores brancas fizessem de flocos de neve e, assim, acalmassem a melancolia da sua amada».

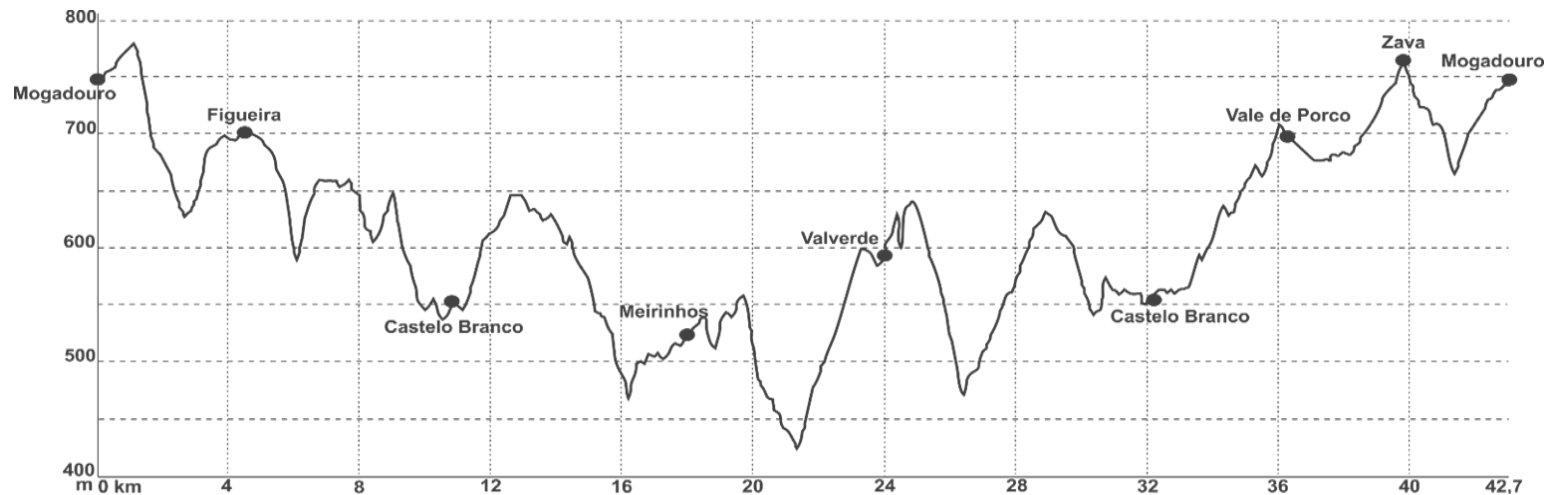
A amêndoa é um dos produtos mais cobiçados na zona meridional de Trás-os-Montes, pelo que abundam os campos de amendoeiras neste território, com especial incidência, dentro da RBTMI, nos municípios de Mogadouro, Alfândega da Fé, Vila Flor, Freixo de Espada à Cinta e Figueira de Castelo Rodrigo.

Esta rota permitirá admirar as belas paisagens transmontanas do Sudoeste do município de Mogadouro, emoldurado no 'planalto mirandês' em direção aos desfiladeiros do rio Sabor. Partindo da parte de cima do município, a rota atravessa também as freguesias de Vale do Porco, Castelo Branco, Meirinhos e Valverde, ao longo de uma sucessão de colinas, vales e afloramentos quartzíticos que se erguem na paisagem.

A rota decorre através de um mosaico de parcelas de cobertura vegetal abundante e diversificada, no qual o cultivo de amendoeiras, oliveiras, cereais e/ou vinhas alternam com áreas florestais de sobreiro, azinheira, freixo, eucalipto, coníferas e matagal, conferindo à paisagem um manto de cores bonitas que mudam de acordo com a estação do ano.

As belas aldeias com fachadas brancas, granito e telhados vermelhos enriquecem estas fantásticas paisagens panorâmicas, acrescentando um considerável valor cultural, patrimonial e etnográfico ao percurso, que atravessa na sua totalidade seis povoações e aldeias.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 424 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 779 m.    SUBIDA ACUMULADA 1.429 m    DESCIDA ACUMULADA -1.433 m

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Mogadouro (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Mogadouro (praça principal)  
N 41° 20.480' W 6° 42.948'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B9
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
43 km
- **Duração aproximada**  
4 h
- **Nível de dificuldade**  
Elevado

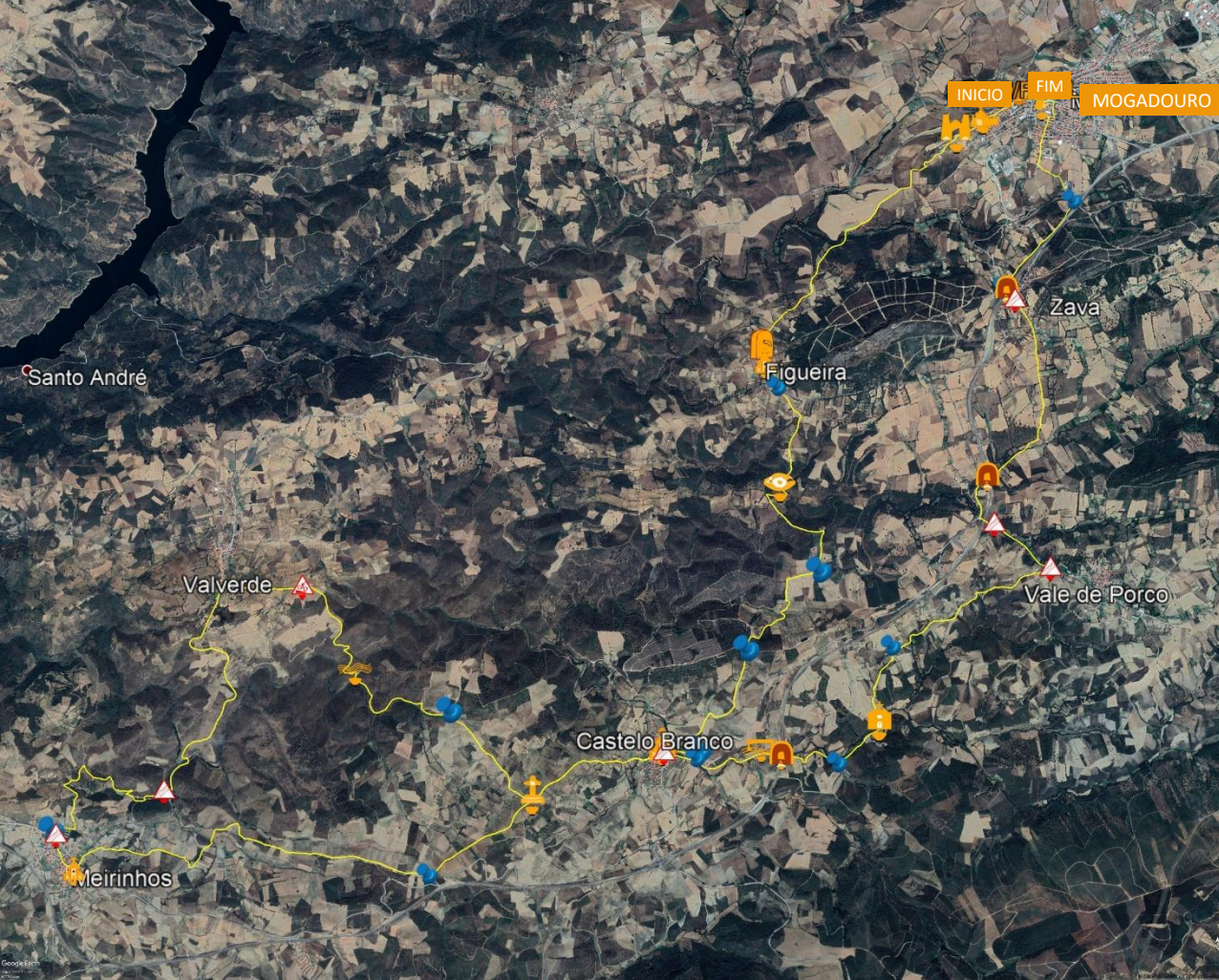


## OBSERVAÇÕES

A rota é circular mas em forma de 8, o que oferece diferentes possibilidades de execução: a realização completa ou apenas uma das duas metades que, por sua vez, são circulares. Coincide num pequeno troço inicial com o PR1 MGD - Trilho de São Cristovão. Recomenda-se a sua realização em fevereiro e março caso se pretenda desfrutar das amendoeiras em flor, mas pode ser feito em qualquer época do ano. Numa pequena secção (de Castelo Branco ao Vale de Porco) entra no Parque Natural do Douro Internacional devendo respeitar-se as condições estabelecidas no seu plano de ordenamento (POPNDI).



## LEGENDA



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Lagos do rio Sabor (Barragem do Baixo Sabor Sabor): paisagens e atividades aquáticas.
- **Mogadouro:** Castelo, Torre do Relógio, Pelourinho, Sala Arqueológica, Igreja principal e Igreja de São Francisco, etc.
- Castelo de Penhas Róias.
- Igreja românica de Algosinho.
- Bemposta.

- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel.
- **Feiras em Mogadouro:** Feira de Gorazes (fim de semana de 15 de outubro), Feira das 'Amendoeiras em flor' (fins de semana de março) e a Feira dos Cogumelos (segundo fim de semana de novembro).
- **Mascaradas de inverno:** Chocalheiro de Vale do Porco (25 de dezembro e 1 de janeiro) e Chocalheiro de Bemposta (26 de dezembro e 1 de janeiro). Festa dos 'Velhos' de Bruçó (25 de dezembro). Encontro de Máscaras de Mogadouro (final de dezembro).

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)



# Transfronteiriça da Paisagem de Arribes do Douro



## DESCRIÇÃO GERAL

Esta rota transfronteiriça percorre ambos os lados do Douro relativamente aos últimos quilómetros em que o rio deixa de ser fronteira entre Espanha e Portugal e passa a dirigir-se à foz, atravessando território português. O percurso permitirá combinar o exercício físico com o lazer e o conhecimento das impressionantes paisagens desta zona, que constituem a parte meridional dos Parques Naturais Arribes del Duero e Douro Internacional, respetivamente espanhol e português, à volta do espetacular desfiladeiro que o Douro formou, o maior e mais profundo da Península Ibérica.

Ao longo da rota, o visitante poderá também ver de perto alguns afluentes, Águeda, Huebra e Camaces, que também proporcionam imagens fabulosas de abruptas gargantas e desfiladeiros, de cujas vistas o turista poderá tirar proveito a partir de vários miradouros integrados na rota -como o do Cachón de Camaces (aludindo à cascata que forma o rio a seus pés, pouco antes de se juntar ao Huebra), o miradouro do Salto e o do Llano-Picón del Moro - além de muitas outras atalaias naturais ao longo do percurso.

Esta rota permite descobrir estas paisagens naturais formadas pelos rios na planície os enormes blocos de granito arredondados que salpicam encostas e prados, como as paisagens resultantes da intervenção humana, que foi capaz de aproveitar o microclima especial, abrigado do vento e ensolarado, para o cultivo de vinhas, oliveiras ou laranjeiras, dando forma a algumas paisagens de incrível beleza que o irão surpreender agradavelmente, é o caso da paisagem de vinhas nas encostas do Douro que descreve belas linhas de cor em torno das quintas dispersas, é o prelúdio das paisagens que abundam na região do Alto Douro Vinhateiro, declarada Património da Humanidade na categoria de paisagem cultural. A esta imagem une-se a sempre atraente beleza da água em torno da barragem de Salto de Saucelle.

O itinerário segue partes dos **GR-14 e 14.1 (Sendas del Duero e Águeda, respetivamente)** e inclui várias aldeias, completando assim a sua oferta com uma interessante arquitetura tradicional e outros elementos patrimoniais e etnográficos, sem esquecer as diversas raças de gado autóctones, parte fundamental também destas paisagens, das quais podes desfrutar igualmente.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 145 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 697 m.    SUBIDA ACUMULADA 1560 m    DESCIDA ACUMULADA -1502 m

## DETALHES DA ROTA

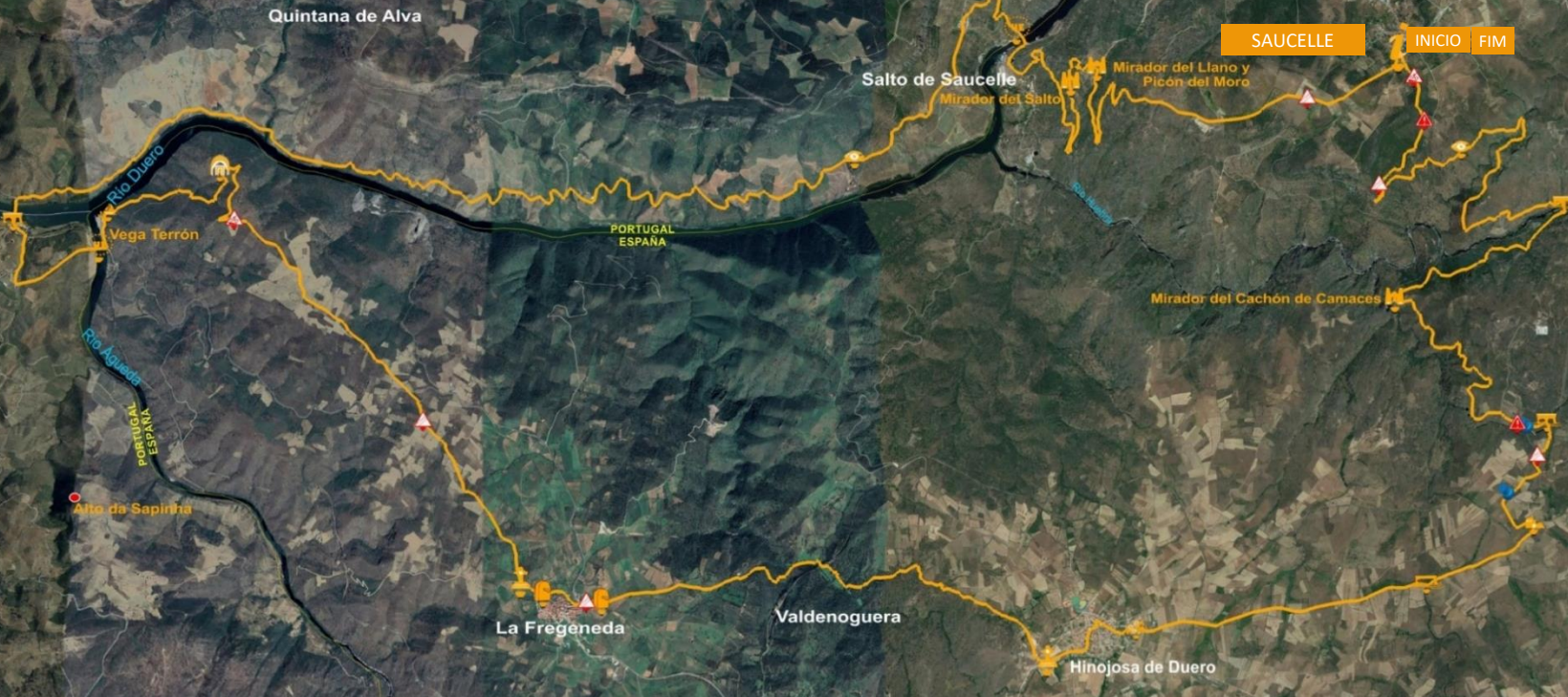
- **Área de localização**  
Salamanca (ES) e Freixo E. à Cinta/Figueira C.R. (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Saucelle (SA) – Posto de Turismo  
N 41° 02.776' W 6° 45.179'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B10
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
66 km
- **Duração aproximada**  
5,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Elevado



## OBSERVAÇÕES

Rota circular longa de dificuldade elevada que requer bastantes horas a pedalar, pelo que devem calcular-se bem os tempos e horas de luz para que seja possível completá-la. Pode atalhar-se optando pela estrada SA-CV-4 de Hinojosa de Duero em direção a Aldeaduro ou à barragem de Saucelle, de onde intersecta com a track da rota para regressar ao ponto de partida em Saucelle. Primavera e outono são as melhores épocas para realizar este percurso.

Decorre ao longo do **Parque Natural de Arribes del Duero** e o **Parque Natural do Douro Internacional**, de modo que devem ser repetidas as condições estabelecidas e as zonas de proteção dos Planos de Ordenamento de ambos os espaços naturais (ZPE,



## LEGENDA

	INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR		FONTE
	OUTRA INDICAÇÃO: PARQUE DE FEIRAS SAN VITERO		PONTE
	PONTE		PONTÃO
	PONTE		CRUZEIRO
	PONTO DE OBSERVAÇÃO		RUÍNAS
	MIRADOURO		EDIFÍCIO SINGULAR
	PASSAGEM TRANSFRONTEIRIÇA		RUÍNAS
	ARQUITETURA RURAL TRADICIONAL		PERIGO INDEFINIDO
	PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA		PERIGO INCLINAÇÃO ACENTUADA

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Cais de Barca d'Alva e Vega Terrón: cruzeiros pelo rio Douro.
- Vega Terrón: Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Meseta Ibérica (em projeto).
- **La Fregeneda**: 'Caminho de Ferro', antiga linha ferroviária declarada BIC, atualmente recuperada para uso turístico cujo itinerário atravessa 20 túneis e 10 viadutos.
- Outros miradouros próximos: Las Janas, Penedo Durão, etc. Rota de miradouros Paisagens de Las Arribes.
- Clube de Viajantes Arribes, portal de experiências da comarca de El Abadengo (Salamanca).
- Feira Internacional de Queijo de Hinojosa de Duero (primeiro fim de semana de maio).
- Feira da amêndoa e produtos artesanais (outubro) e Festas de San Lorenzo (10 de agosto) em Saucelle.
- Território Vetón: Rota dos castros vetones, Lumbrales (Salamanca).
- **Freixo de Espada à Cinta**: conjunto monumental com importantes exemplos de estilo manuelino, castelo, Museu da Seda, etc. Mercado Manuelino realizado no final de junho.
- Praia fluvial La Congida: passeios de barco e área de lazer com zona de piquenique, zona de banhos e outras instalações.
- **Castelo Rodrigo**: aldeia histórica medieval, Miradouro da Marofa, mosteiro de Santa Maria de Aguiar (século XII).
- Zona Arqueológica de Siega Verde (Património da Humanidade pela UNESCO).
- **Vale do Côa (Vila Nova de Foz Côa)**: Parque Arqueológico (Património da Humanidade pela UNESCO).



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Paisagens de Trás-os-Montes

## DESCRIÇÃO GERAL

«Vou falar-lhes dum Reino Maravilhoso. Embora muitas pessoas digam que não, sempre houve e haverá reinos maravilhosos neste mundo. O que é preciso, para os ver, é que os olhos não percam a virgindade original diante da realidade, e o coração, depois, não hesite. Ora, o que pretendo mostrar, meu e de todos os que queiram merecê-lo, não só existe, como é dos mais belos que se possam imaginar...» (Um Reino Maravilhoso, Miguel Torga).

A região de Trás-os-Montes combina uma bela paisagem com um vasto património histórico e cultural.

A rota atravessa a Terra Quente Transmontana, caracterizada por um clima mais quente e altitudes mais baixas do que a Terra Fria, mas especificamente por uma zona de transição onde se faz notar a influência climática e territorial desta, a norte de Mirandela.

Ao longo dos quase 37 km da rota será possível percorrer um exemplar representativo das paisagens trasmontanas dado que, embora o relevo seja suave, sem grandes inclinações no terreno, permite aceder a zonas elevadas de onde se pode apreciar o belo mosaico agroflorestal típico de Trás-os-Montes e característico da Meseta Ibérica: encostas e vales de cultivo de oliveiras,

principal motor da economia local, em torno das aldeias brancas; áreas florestais, dominadas por sobreiros e matagal mediterrâneo de estevas, alfazemas, giestas e zimbros, com as mais altas serras transmontanas ao fundo.

A paisagem é sempre o resultado da ação e interação de fatores naturais e humanos, e isto verifica-se especialmente na Terra Quente cujas paisagens são o reflexo de uma intensa, mas harmoniosa atividade humana no território, com usos compatíveis com as características do terreno e enraizados num conhecimento acumulado ao longo do tempo.

A rota começa e termina em Mirandela, nas margens do rio Tua, junto das quais será possível descansar ao terminar a rota, recuperando forças nas suas agradáveis praias ou jardins. A ponte de pedra, o imponente palácio dos Távoras, atual sede da Câmara Municipal, a Igreja da Misericórdia ou o Solar dos Condes de Vinhais são alguns dos monumentos que poderão ser visitados. Além disso, a rota permite a visitar um total de 11 aldeias: aldeias pequenas onde o tempo passa lentamente e os poucos habitantes, têm sempre uma palavra amigável para o visitante e, onde não deixará de se surpreender com a herança arquitetónica e etnográfica rural, que por ser humilde, não é menos bonita.



## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Mirandela (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Mirandela (Rua da Republica-Avda. Comunidades Europeas)  
N 41° 29.161' W 7° 10.992'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B11
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
38,5 km
- **Duração aproximada**  
4 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 217 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 573 m.    SUBIDA ACUMULADA 971 m    DESCIDA ACUMULADA -971 m



## OBSERVAÇÕES



A rota é circular mas em forma de 8, o que oferece Rota circular que atravessa o território do Parque Natural Regional do Vale do Tua.

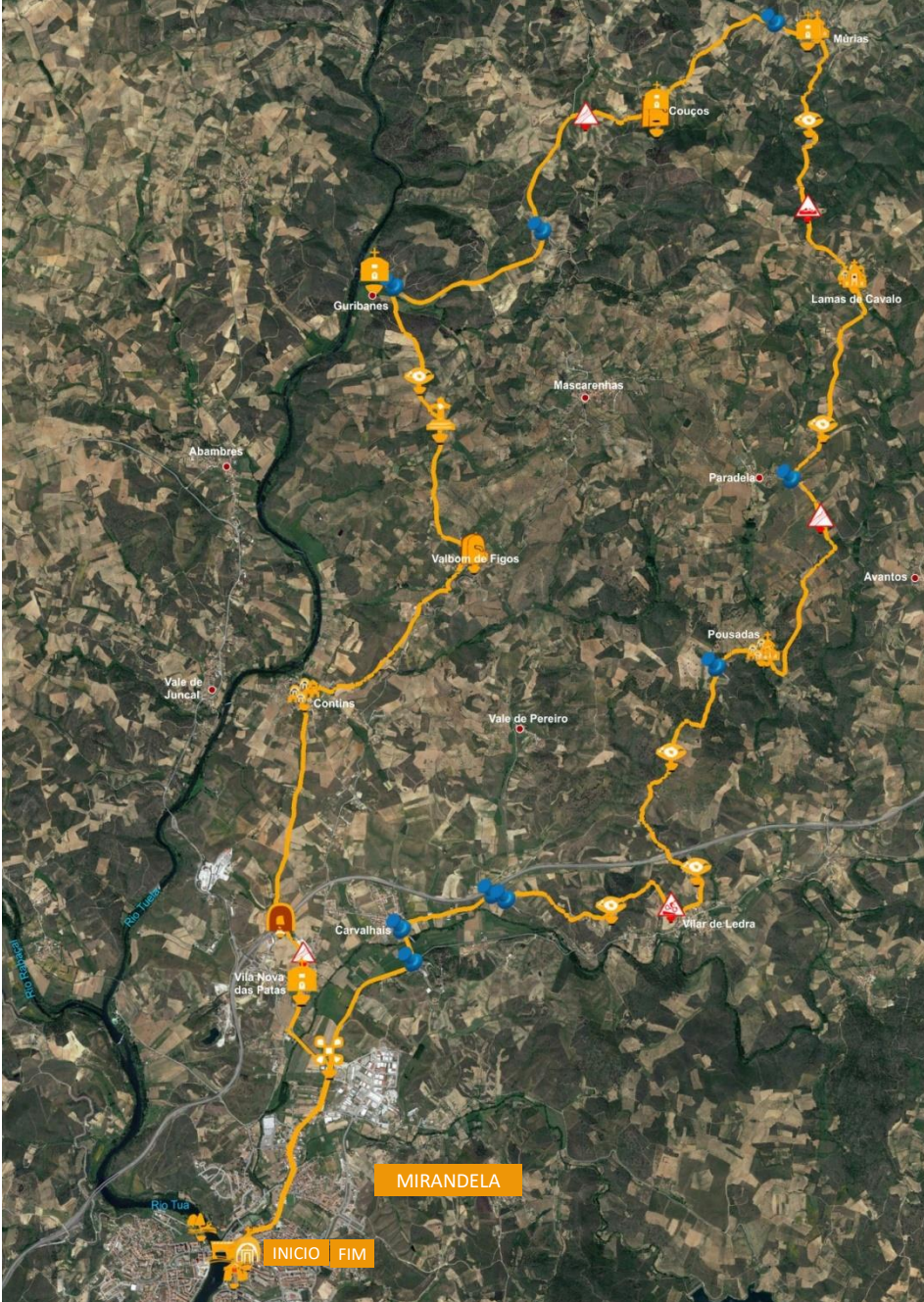
Percorre na sua maioria caminhos agrícolas, embora uma pequena secção passe por estrada, onde devemos ter o máximo de cuidado.

Pode realizar-se em qualquer época do ano mas a primavera, quando as cores são mais intensas e as flores embelezam a paisagem, pode ser a época mais recomendável.



LEGENDA

-  INÍCIO / FIM
-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  CAPELA/ERMIDA
-  PONTE
-  FONTE
-  CRUZEIRO
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO
-  TÚNEL
-  IGREJA
-  MUSEU
-  PRAIA FLUVIAL
-  CONSTRUÇÃO SINGULAR
-  ARQUITETURA RURAL TRADICIONAL
-  ELEMENTO SINGULAR
-  PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA
-  PERIGO ZONA COM PLACAS DE PEDRA SOLTAS DE GRANDE VOLUME
-  PERIGO INCLINAÇÃO ACENTUADA



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Torre de Dona Chama:** Ponte de pedra sobre o rio Tuela. Pelourinho, berrão, igreja matriz. Festa de Santo Estêvão (25-26 de dezembro).
- **Mirandela:** Ponte sobre o rio Tua, Zona antiga de Mirandela, Paço dos Távoras, Igreja da Misericórdia, Museu da Azeitona e do Azeite, Parque do Império, Museu Municipal Armindo Teixeira e outros, Miradouros cénicos, Praias fluviais. Festas de N.ª Senhora do Amparo (25 de julho, dia de Santiago- primeiro domingo de agosto), Festival Nacional del Folclore, Feira da 'Alheira', Festival de Sabores do Azeite Novo. Festa dos Reis - Festa dos Rapazes em Vale de Salgueiro. Festa de Santo Estêvão em Abreiro (26 de dezembro).
- **Romeu:** Arquitetura tradicional trasmontana, Museu das curiosidades.
- Paisagem protegida da Albufeira do Azibo e localidades próximas como Podence e Macedo de Cavaleiros.
- **Caretos de Podence:** Entrudo chocalheiro e outros eventos de Carnaval.
- **Vila Flor:** Igreja Matriz, Fonte Romana, Rua Nova, Solar dos Aguilares (Museu Municipal) e outras casas brasonadas, Arco de D. Dinis, Paço dos Lemos, Igreja da Misericórdia e várias capelas.
- Miradouro de N.ª Sr.ª da Assunção em Vilas Boas.
- **Alfândega da Fé:** Itinerários da história e da arte pública. Igreja Matriz, Capela da Casa dos Ferreira, Largo do Castelo, Igreja da Misericórdia, Torre do Relógio, Lagar d'El Rei, Solar do Visconde de Valpereiro, Capela de São Sebastião, Casa Malfaia, Casa do Adro, Casa Grande, Casa do Tribunal a Câmara Municipal. Festa das Cerejas, Festival Sete Sóis Sete Luas, Festival de Teatro Alfândega da Fé, Festival de Artes de Vanguarda- PAN.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





## Rota por Caminhos Vinhateiros

### DESCRIÇÃO GERAL

No concelho de Carrazeda de Ansiães pode explorar o **Parque Natural Regional do Vale do Tua**, bem como o 'Alto Douro Vinhateiro', uma das mais importantes regiões vitivinícolas do mundo, berço do vinho do Porto, cujas paisagens culturais foram declaradas **Património da Humanidade pela UNESCO**. Se há algo representativo da paisagem do município são as infinitas extensões de cultivo nas encostas dos vales profundos que formam os rios Tua e Douro, cujas margens servem para produzir, além de vinho, frutas e azeite.

Estas paisagens diversificadas demonstram a sabedoria na adaptação do uso das potencialidades naturais, dominando o cultivo permanente de vinhas e oliveiras que, seguindo harmoniosamente as variações do relevo, se encontram dispostas em socargos, suportados com muros de pedra impecáveis em algumas áreas, formando impressionantes desenhos geométricos nas encostas que dão à paisagem uma espetacularidade incrível.

Embora este percurso decorra em parte através do Planalto de Ansiães, a sua paisagem também se encontra marcada pelo mosaico de ocupação agrícola que contrasta com encostas da serra cobertas por manchas de bosque, acentuando ainda mais a beleza equilibrada das áreas agrícolas circundantes.

### PERFIL DE ALTIMETRIA



Esta rota de BTT é de grande interesse paisagístico e cultural dado que oferece uma gama diversificada de recursos ao longo do trajeto sinalizado, como: pequenos núcleos rurais com muito encanto, onde se pode admirar a arquitetura tradicional em pedra, bem como de bonitas igrejas, fontes, cruzeiros, etc; Zonas com importantes **formações geológicas (Vale Covos)**; Vestígios importantes das povoações que fazem parte da história do município, como o monumento megalítico funerário denominado Casa da Moura ou **Anta de Zedes**, ou as calçadas romanas e pontes (**Calçada de Pombal**); miradouros de onde é possível desfrutar de paisagens panorâmicas intermináveis; além do interessante património cultural e artístico de Carrazeda de Ansiães. Património este, que está incluído nesta rota: o **CICA, Centro Interpretativo do Castelo de Ansiães**, excelente local para conhecer a história do município; a **fonte de Sireias, o pelourinho e a igreja de Santa Águeda**.

Para além disso, é possível visitar outros elementos da arte antiga e moderna, desde as esculturas contemporâneas de granito do Museu Internacional de Arte Contemporânea ao Ar Livre, até ao cruzeiro do século XVIII ou o curioso moinho de vento, nas imediações da Vila, o Castelo de Ansiães e as igrejas românicas integradas no seu recinto.

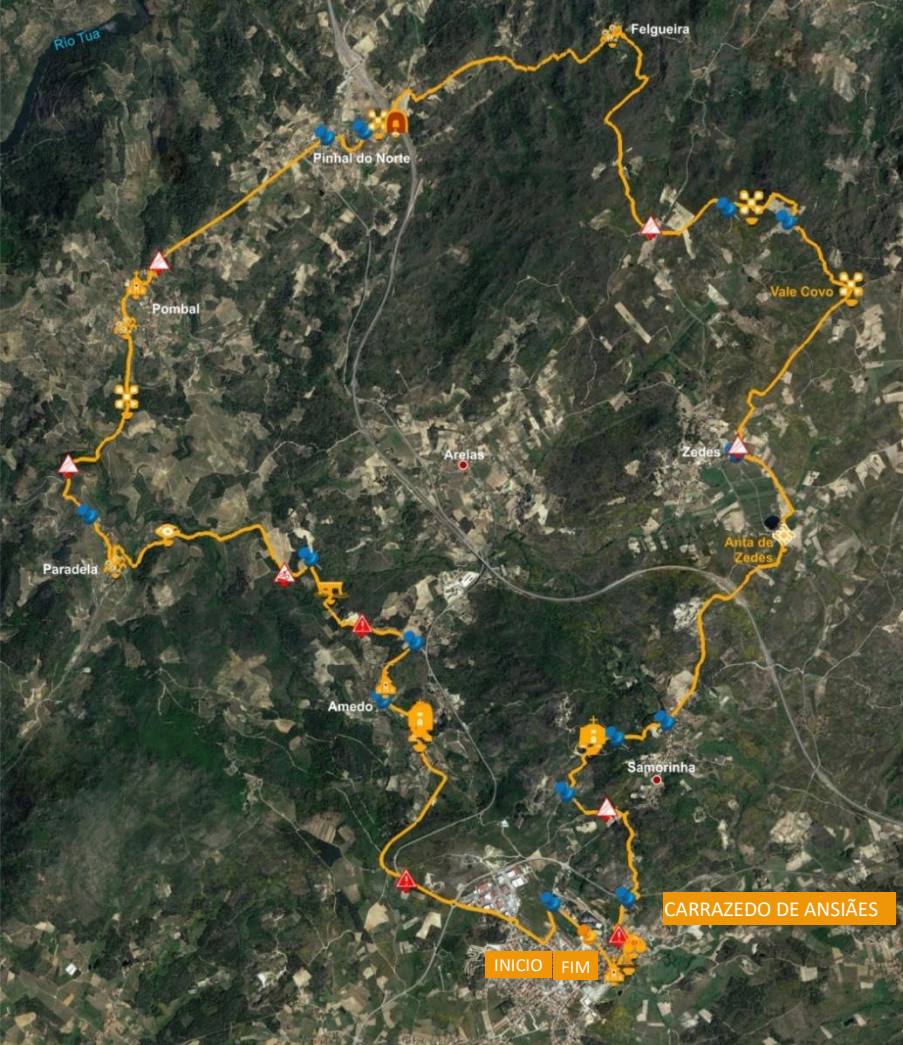
### DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Carrazeda de Ansiães (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Carrazeda de Ansiães (Piscinas cobertas)  
N 41° 14.730' W 7° 18.294'
- **Tipo de Percurso**  
Bicicleta de Montanha ID. B12
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
29,3 km
- **Duração aproximada**  
3,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



### OBSERVAÇÕES

Rota BTT da Rede de Percursos de BTT do Município de Carrazeda de Ansiães (Rota por Trilhos Vinhateiros). Será possível seguir as marcas padrão de BTT, a azul, com exceção do primeiro troço no qual, devido a modificações sofridas, propomos um itinerário alternativo para chegar a Amedo. A rota atravessa o **Parque Natural Regional Vale do Tua**. Interessante em qualquer época do ano dado que as vinhas apresentam jogos de cores e luz diferentes, mas igualmente bonitos em cada estação. Será necessário ter muito cuidado no verão devido ao calor, bem como em tempos de chuva ou geadas devido ao estado do terreno, especialmente em secções de maior inclinação e curvas.



### LEGENDA

	INÍCIO/FIM		INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR		ARQUITETURA RURAL TRADICIONAL		IGREJA		CAPELA/ERMIDA		
	CRUZEIRO		PELOURINHO		FUNTE		PONTE		CENTRO DE INTERPRETAÇÃO		ELEMENTO SINGULAR
	NÚCLEO ARQUEOLÓGICO		PONTO DE OBSERVAÇÃO		MIRADOURO		TÚNEL				
	PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA		PERIGO INDEFINIDO		PERIGO INCLINAÇÃO ACENTUADA						



### PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Carrazeda de Ansiães:** CICA - Centro Interpretativo do Castelo de Ansiães, Parque Internacional de escultura, fonte das sereias, pelourinho, Igreja de Santa Águeda. Feira do vinho e da maçã (último fim de semana de agosto). Festas de Santa Águeda (5 de fevereiro).
- Castelo de Ansiães e Igrejas de S. Salvador de Ansiães y de S. João Batista.
- **Lavandeira:** Igreja de Santa Eufémia e Museu do Azeite e da Memória Rural. Romaria de Santa Eufemia (15-16 de setembro).
- **Selores:** casa brasonada de Selores, igreja de São Gregório.
- **Vilarinho da Castanheira:** Anta (Pala da moura), complexo de moinhos recuperados, Museu da Memória Rural.

- Rota dos Miradouros: São Lourenço, Olhos do Tua, Ruta do Douro, Fraga da Ola, Sra. da Saúde, Nossa Senhora da Assunção, Sra. da Graça, etc.
- Foz do Tua: Centro Interpretativo do Vale do Tua (CIVT). Casa dos Cantoneiros 'Foz Tua wine house'. O Cachão da Rapa (pinturas rupestres).
- **Vila Flor:** Igreja Maior, Fonte Romana, Rua Nova, Solar dos Aguillares (Museo Municipal) e outras casas brasonadas, Arco de D. Dinís, Paço dos Lemos, Igreja da Misericórdia e várias capelas.
- **Alfândega da Fé:** Itinerários da história e da arte pública. Igreja Matriz, Capela da Casa dos Ferreira, Igreja da Misericórdia, Torre do Relógio, Lagar d'El Rei, Solar do Visconde de Valpereiro, Capela de São Sebastião, Casa Malfaia, Casa do Adro, Casa Grande, Casa do Tribunal. Festa das Cerejas, Festival Sete Sóis Sete Luas, Festival de Teatro Alfândega da Fé, Festival de Artes de Vanguarda- PAN.
- **Mirandela:** Ponte de pedra, Paço dos Távoras, Igreja da Misericórdia, Museu da Azeitona e do Azeite, Parque do Império, Museu Municipal Armindo Teixeira e outros, Miradouros, Praias fluviais. Festas de N.ª Senhora do Amparo. Feira da Alheira, Festival de Sabores do Azeite Novo.
- **Macedo de Cavaleiros:** Albufeira do Azibo e localidades próximas como Podence. Caretos de Podence.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota das aldeias transfronteiriças



## DESCRIÇÃO GERAL

Num espaço transfronteiriço como a Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica, tem especial relevância a existência das aldeias transfronteiriças, nas quais está focada esta rota. Uma aldeia atravessada pela fronteira entre Espanha e Portugal, um núcleo rural único que, a nível administrativo, são dois, chamados Rihonor de Castilla no lado espanhol e Rio de Onor de Portugal, sem que haja qualquer separação real entre os dois, exceto a tal linha de fronteira invisível. Entre o riodonorenses, as partes espanhola e portuguesa são denominadas de 'povo de cima e povo de abaixo' ou 'aldeia de cima e aldeia de baixo', respetivamente. Na verdade, os habitantes locais falam indistintamente as duas línguas e outra curiosidade é que existe um antigo dialeto autóctone, embora hoje quase extinto, o riodonorês, que é o resultado da mistura dos dois idiomas.

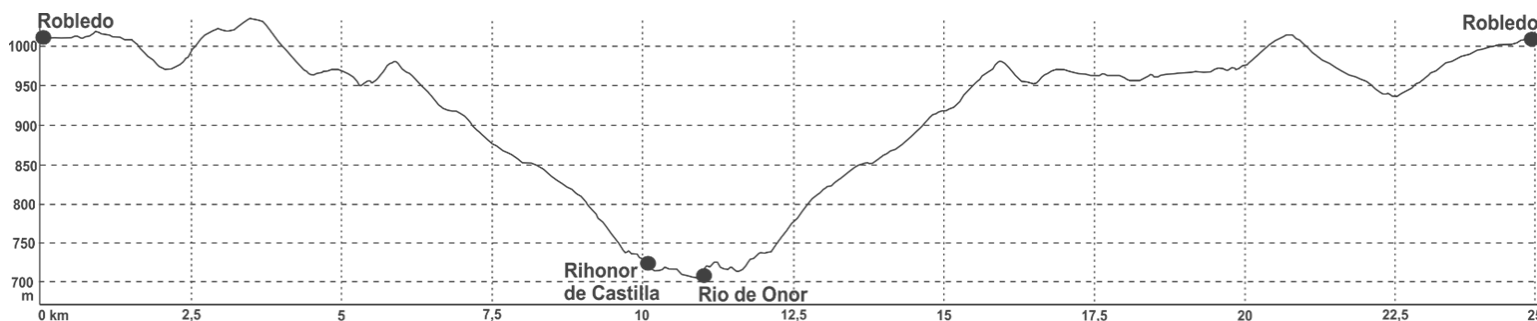
Duas aldeias e dois países que se transformam num só quando percorremos as ruas destas localidades, descobrindo um conjunto único de casas de pedra encantadoras de duas alturas e ruas empedradas ao mais puro estilo trasmontano; onde o rio Onor flui alegremente e forma uma bela praia fluvial, um cantinho agradável no meio da aldeia, onde o visitante poderá descansar e refrescar-se no verão. Além disso pode também visitar as duas igrejas

A rota liga estas aldeias a outra pequena aldeia zamorana, Robledo que, tal como a anterior, vai deliciar qualquer amante da vida rural, pela sua arquitetura popular muito bem conservada e pela agradável sensação de recuar para épocas passadas.

Trata-se, sem dúvida de uma das áreas geográficas da RBTMI onde as aldeias conservam melhor a arquitetura típica tradicional, em pedra e xisto com alpendres ou varandas de madeira, uma forma de construção comum das regiões da Serra da Culebra e Sanábria na parte espanhola e de Trás-os-Montes em Portugal. Vale a pena visitar outras aldeias próximas da rota como Santa Cruz de los Cuérragos, cuja conservação tem sido objeto de reconhecimento, como bem de interesse cultural na categoria de conjunto etnológico.

O percurso atravessa espaços florestais tranquilos, dominados por pinheiros, mas com enclaves perto dos riachos onde abundam bétulas, freixos, carvalhos ou cerejeiras; áreas de monte muito afastadas onde, por isso, se poderá observar corços e veados, além de avifauna como gaios-comuns ou pica-paus, entre outras espécies. A Serra da Culebra é um dos enclaves da península ibérica com maior densidade de lobo, e a rota passa mesmo muito perto do Centro do Lobo Ibérico de Castilla y León, um centro de interpretação cuja visita é altamente recomendável e onde será possível observar lobos em semiliberdade.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 711 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 1.035 m.    SUBIDA ACUMULADA 624 m    DESCIDA ACUMULADA -621 m

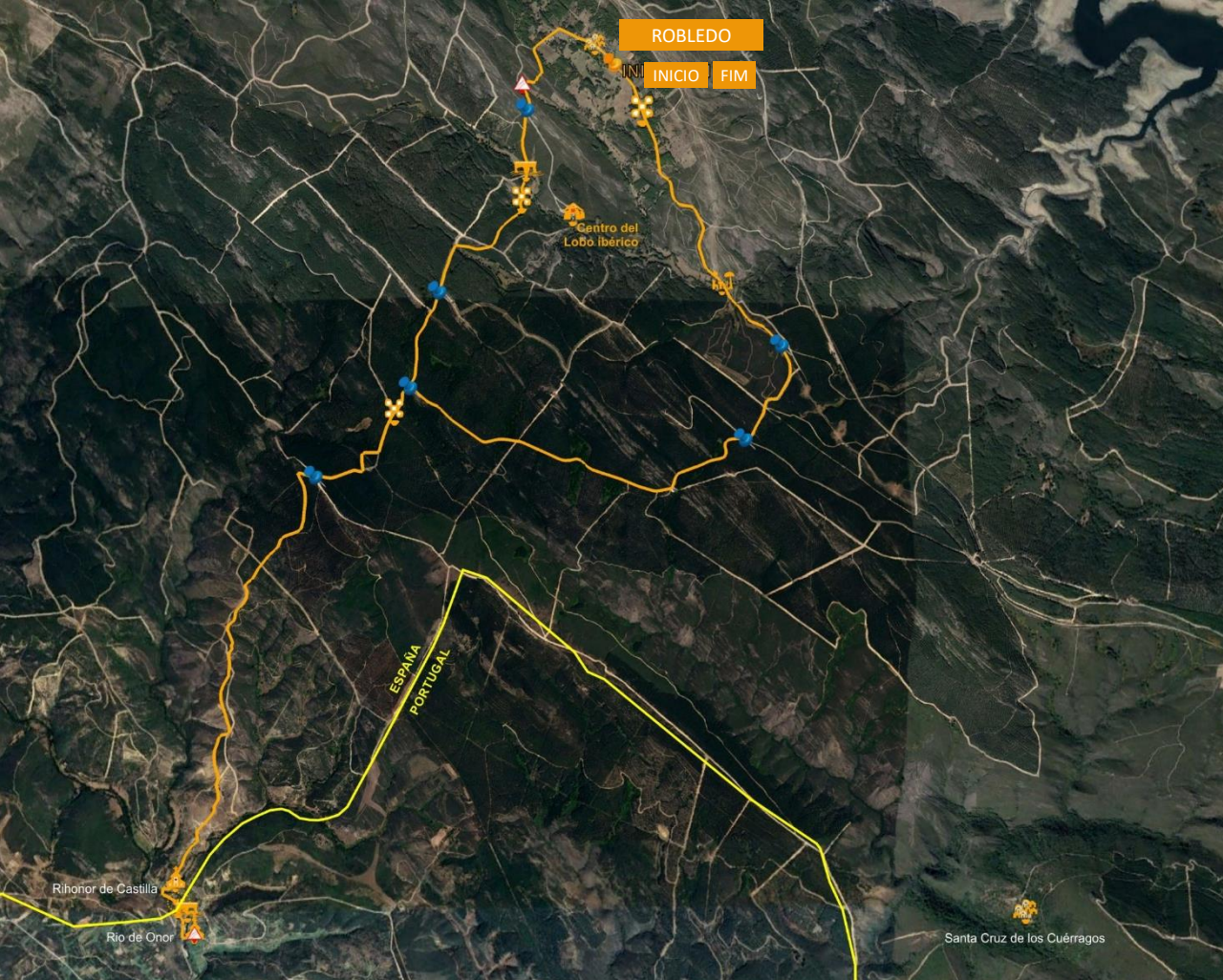
## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Zamora (ES)  
Bragança (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Robledo (Zamora)  
N 42° 00.411' W 6° 34.225'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID. C1
- **Tipo de circuito**  
Circular - Linear
- **Distância**  
24,5 km (Ida + Volta)
- **Duração aproximada**  
6,5 h (Ida + Volta)
- **Nível de dificuldade**  
Médio

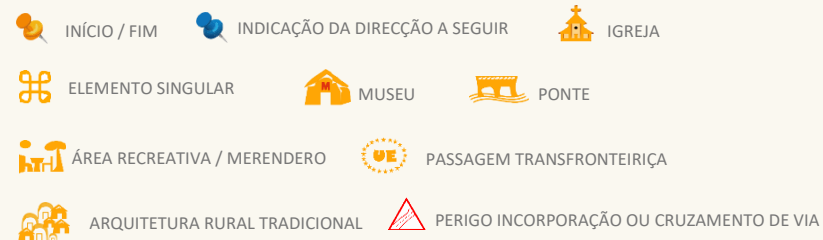


## OBSERVAÇÕES

Trata-se de uma rota transfronteiriça que liga Robledo a Rio de Onor (onde entra no Parque Natural de Montesinho, pelo que devem ser respeitadas as restrições previstas no plano de ordenamento deste espaço natural). Embora se proponha a realização da rota neste sentido, a mesma pode começar indistintamente partindo de um lado ou outro da fronteira. É proporcionado o track de ida e volta, com uma parte do percurso igual, mas um caminho alternativo a partir de um determinado ponto (daí que esteja referenciado como circuito circular-linear). Em algumas partes do circuito coincide com a sinalização de rotas BTT, mas não segue nenhuma delas.



## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Centro do Lobo-Ibérico em Robledo.
- Puebla de Sanabria: Complexo histórico-artístico (castelo Condes de Benavente, Igreja românica Sta. Maria del Azogue, mansões senhoriais, ...). Centro de Interpretação de Fortalezas. Museu de Gigantes e Cabeçudos. Festas N.ª Srª del Azogue e Festa da Anunciación e Mercado Medieval (15 de agosto). Festa das Vitórias (setembro). Festas N.ª. Sra. das Candelas (primeiro domingo de fevereiro).
- Casa do Parque Natural do Lago de Sanabria e arredores, rotas oficiais, rede de trilhos e caminhos tradicionais. Lago de Sanabria. Miradouros.
- Arquitetura tradicional em Ungilde, Riomanzanas, Guadramil, Santa Cruz de los Cuérragos (conjunto etnográfico) e outras aldeias.
- **Bragança:** A Sé e igrejas. Antiga cidadela com o Castelo e o Museu Militar na torre de menagem. O Museu Ibérico de Máscaras e do Traje. Centro de Arte Contemporâneo Graça Morais, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita do Nordeste Transmontano. Festival do Butelo e das Casulas (fevereiro ou março), Carnaval dos Caretos (fevereiro ou março).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel. [www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)
- **Mascaradas:** Festa dos Reis em Rio d'Onor (6 de janeiro); 'Las Talanqueiras' em Trefacio (25 de dezembro); 'La Visparra' em Vigo de Sanabria (26 de dezembro), 'La Filandorra' em Ferreras de Arriba (26 de dezembro); 'Los Carochos' em Riofrío de Aliste (1 de janeiro - de Interesse Turístico Regional) e em Villanueva de Valrojo (terça-feira do Carnaval); 'El Tafarrón' em Pozuelo de Tábara (25 e 26 de dezembro); 'Diablos' em Abejera e Sarracín de Aliste (1 de janeiro); 'La Obisparra' em Pobladura de Aliste (15 de agosto); 'El Caballo y el Pajarico' em Villarino Tras la Sierra (26 de dezembro); 'El atenzador' em San Vicente de la Cabeza (11 de agosto).
- Brama dos veados (fim de setembro-início de outubro).



### TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.





# Rota dos barrocais de Montesinho



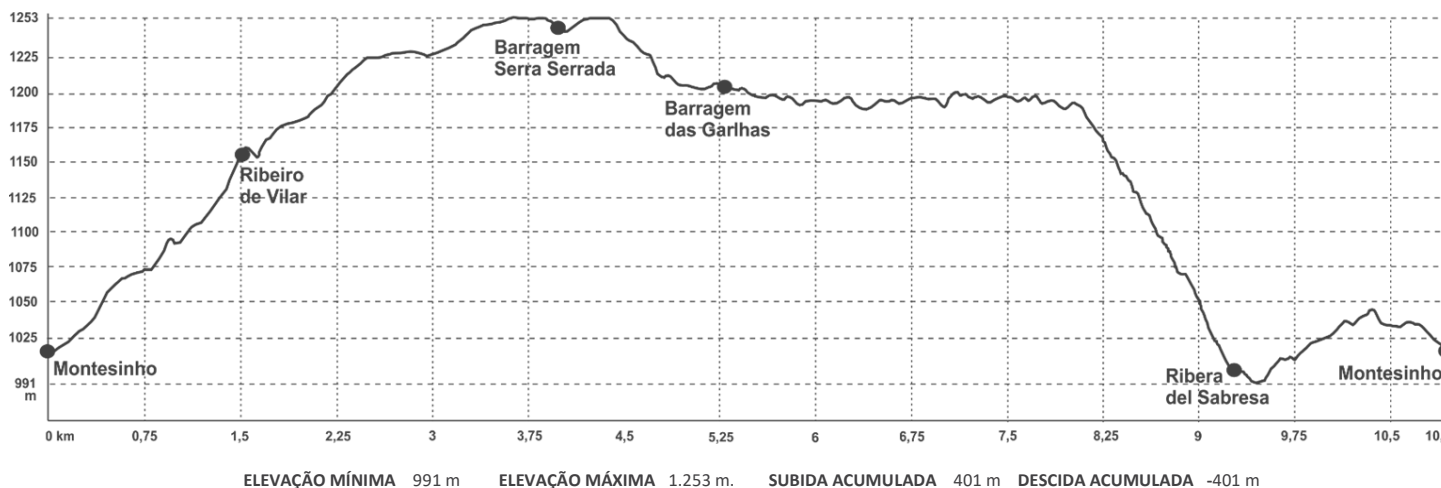
## DESCRIÇÃO GERAL

A rota atravessa o Parque Natural de Montesinho que se estende ao longo da fronteira nordeste com Espanha, sendo um dos maiores de Portugal. Localizado a norte dos concelhos de Bragança e Vinhais na região de Trás-os-Montes, a base orográfica desta zona é composta por dois maciços montanhosos, a Serra da Coroa a Oeste e a Serra de Montesinhos a Este, que dá o seu nome ao parque e onde se encontra a aldeia com o mesmo nome, a partir da qual se inicia e termina a rota.

Com uma extensão de cerca de 75.000 hectares o parque preserva, desde 1979, um significativo património etnográfico e natural. Na rica biodiversidade, botânica e faunística, que alberga cerca de 240 espécies de vertebrados, incluindo lobos, raposas, corços, javalis e veados.

O percurso oferece uma paisagem de montanha com horizontes amplos, marcada por afloramentos de granito com forma arredondada que emergem entre a cobertura de urzes, giestas e tojos. Blocos de granito arredondados, devem a sua forma à erosão causada pela água e pelo vento, que dão à paisagem uma das suas características principais nesta zona, uma vez que se atinge a altitude mais alta do percurso, na zona das presas ou barragens que acumulam a água que segue pelo canal que corre paralelamente ao longo do resto do trajeto.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



A rota começa na localidade de Montesinho, a de maior altitude (1.020 m) da Terra Fria Transmontana. Nesta localidade destaca-se a igreja consagrada a Santo António, do século XVII, e preserva também uma grande quantidade de casas com o estilo arquitetónico típico de montanha com paredes de granito ou xistos e telhados de ardósia. O conjunto confere-lhe a denominação de aldeia preservada e, como a maioria das localidades da zona, encontra-se muito bem integrada na paisagem. Misturadas entre as construções da aldeia podem-se ver hortas, terrenos de cultivo e alguns castanheiros enormes, cuja flor é símbolo do parque natural, para lá do núcleo populacional estende-se um mosaico agroflorestal no fundo do vale, característico do uso tradicional do ambiente condicionado pela altitude.

Saindo de Montesinho, o caminho sobe pelo vale do Ribeiro de Vilar, entre manchas de bosque de carvalho-negral, e entre freixos e amieiros nas margens da ribeira. Uma subida com sombra permite alcançar facilmente o traçado de um trilho amplo que continua a subir suavemente até alcançar caminhos, albufeiras ou barragens de água sobre a ribeira de Sabresa, seguindo quase paralelamente ao canal que leva a água de ambos os reservatórios para o salto entubado junto do qual o ziguezague do caminho permite descer novamente até à aldeia.

## DETALHES DA ROTA

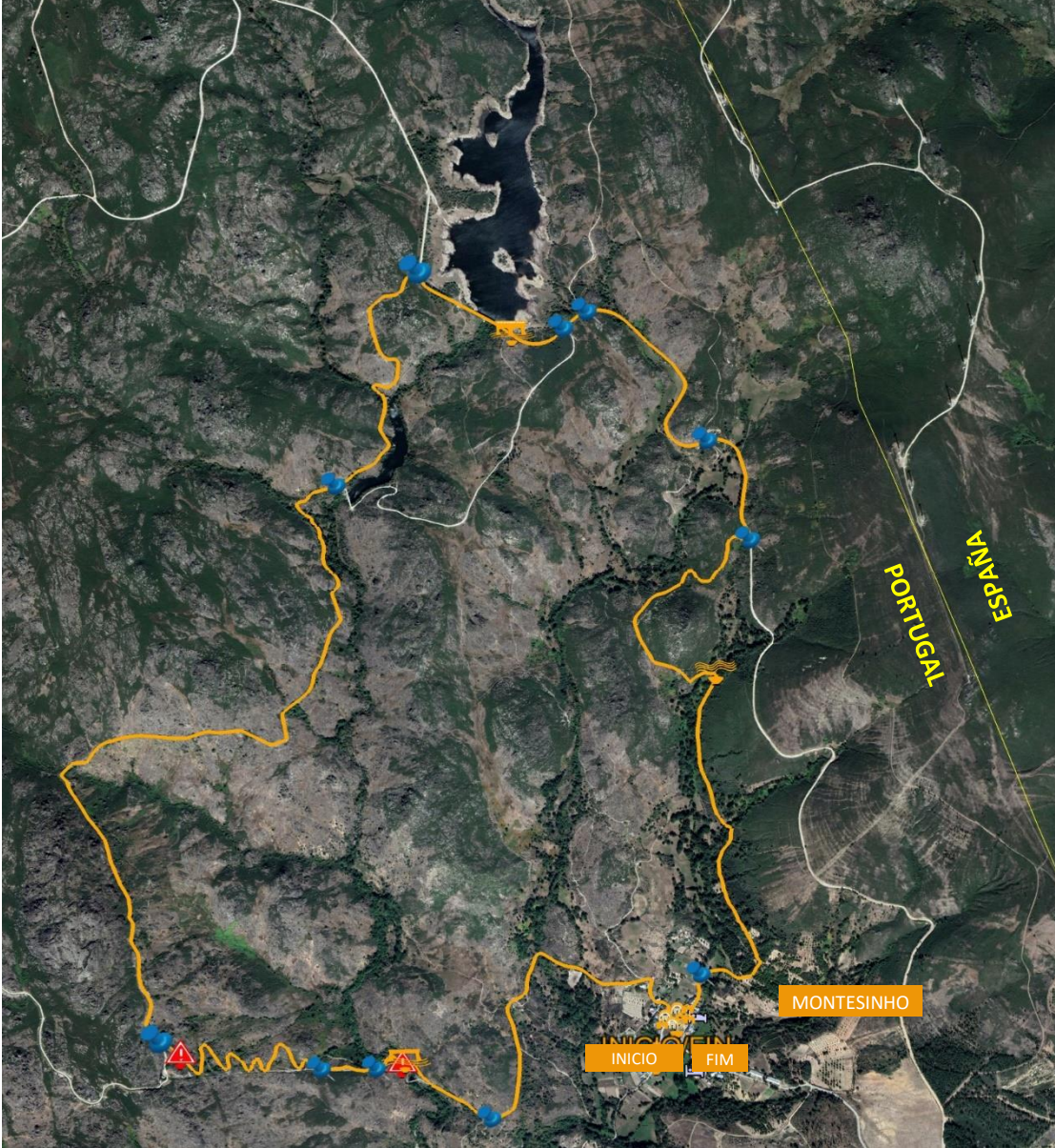
- **Área de localização**  
Parque Natural de Montesinho (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Montesinho  
N 41° 56.214' W 6° 45.542'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID. C2
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
10,9 km
- **Duração aproximada**  
3,5 h
- **Nível de dificuldade**  
MÉDIO



## OBSERVAÇÕES

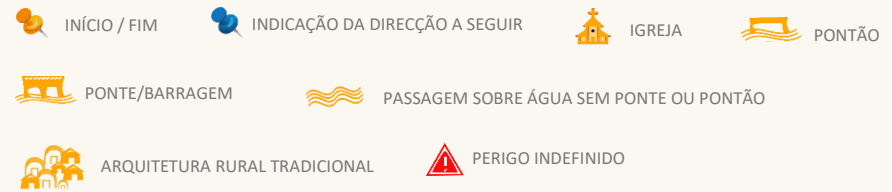
A rota decorre, à exceção da sua primeira secção, por zonas expostas ao sol, pelo que é recomendável precaver-se de proteção e abastecimento de água. Inclui aproximadamente 1 km de descida íngreme, entre 8 e 21 % dependendo dos troços, ao longo de um caminho em ziguezague que facilita a descida, mas em que, a água que escoar pode criar zonas de lama escorregadias. Também deve ser evitada a aproximação à casa das máquinas ao pé do salto entubado de forma a evitar qualquer risco elétrico. Este percurso atravessa áreas protegidas (Parque Natural de Montesinho, REN e RAN) pelo que deverão ser respeitadas as restrições estabelecidas no ordenamento destes espaços. Coincide em parte como o troço do PR3 Porto Furado.





## LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Bragança:** Cidadela e Castelo de Bragança, Domus municipalis, Centro Histórico, Igreja de Santa Maria e Igreja da Sé. Museu Militar, Museu Ibérico da Máscara e do Traje e Rua dos Museus (Museu Abade de Baçal, Centro de Fotografia Georges Dussaud, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais), Centro Ciência Viva e Museu Nacional Ferroviário de Bragança. Centro Cultural Municipal e Teatro Municipal de Bragança. Festival do Butelo e das Casulas e Carnaval dos Caretos (período de Carnaval). Feira das Cantarinhas e Feira do Artesanato (primeiro fim de semana de maio). Festa da História (fim de semana anterior a 15 de agosto). Bragança, Terra Natal e de Sonhos (todo o mês de dezembro).
- **Puebla de Sanabria:** Conjunto histórico-artístico (castelo dos Condes de Benavente, Igreja românica Sta. Maria del Azogue, casarões senhoriais, ...). Centro de Interpretação das Fortificações. Museu de Gigantes e Cabeçudos. Festas. N.ª Sr.ª do Azogue e Festa da Anunciación e Mercado Medieval (15 de agosto). Festa das Vitórias (setembro). Festas. N.ª Sr.ª das Candelas (primeiro domingo de fevereiro).
- Rio de Onor, Rihonor de Castilla, Guadramil, Santa Cruz de los Cuérragos, Riomanzanas: arquitetura tradicional.
- **Vinhais:** Centro histórico. Casa da Vila: centro de Interpretação do P.N. de Montesinho. Centro Cultural Solar dos Condes. Parque biológico (Alto da Cidadelha) que inclui o centro de interpretação de raças autóctones e micológico. Feira da Castanha (fim de outubro). Feira do Fumeiro, em fevereiro. Romaria de Santo António (primeiro domingo de setembro). Festa das Máscaras do Dia dos Diabos e da Morte (primeiro dia de Quaresma).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel. [www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)





# Entre castanheiros e carvalhos

## DESCRIÇÃO GERAL

A rota tem início na "aldeia preservada" de Zeive, do município de Bragança, para depois continuar e entrar no município de Vinhais, em direção às Termas do rio Tuela por um trajeto que cruzará diferentes tipos de habitats, num belo mosaico agroflorestal com cultivos perto das aldeias, soutos de castanheiros (*Castanea sativa*), bosques de carvalho (*Quercus pyrenaica*), corredores ribeirinhos nos cursos de água e prados de rega 'lameiros' para o gado nas proximidades destes.

Depois de passar as termas no rio Tuela e a respetiva zona balnear, volte ao vale no sentido de regresso, passando inicialmente por Dine, onde nas proximidades existe uma caverna pré-histórica chamada Lorga de Dine e vários fornos de cal. Siga depois em direção a Mofreita, aldeia de construções simples, embora com alguns traços barrocos nos umbrais das portas e janelas, para regressar ao ponto de origem, em Zeive.

Em pleno Parque Natural de Montesinho, a rota revela a imponente beleza dos castanheiros, cuja flor é precisamente o símbolo do parque. Durante o percurso, é possível observar castanheiros centenários de épocas passadas e soutos jovens plantados recentemente, numa aposta pela sobrevivência deste elemento fundamental da paisagem, da economia rural e da cultura popular de Trás-os-Montes. Este território possui condições ambientais ótimas para o seu desenvolvimento, especialmente na Terra Fria, região na qual representa um pilar económico fundamental. Entre os concelhos de Bragança e Vinhais produz-se cerca de 20 mil toneladas de castanha por ano (dois terços da produção total de Portugal). Existe a denominação de origem protegida «Terra Fria trasmontana», além de muitas variedades típicas trasmontanas, todas de excelente qualidade.

A rota percorre uma das áreas mais florestadas do RBTMI, o que permite caminhar entre algumas das espécies mais abundantes desta zona com certa influência atlântica (carvalhos, castanheiros, freixos e amieiros, entre outras) mas também conhecer aldeias e caminhos tradicionais limitados por muros de pedra nos quais, durante o outono, os pilriteiros, abrunheiros e silvas colocarão um pouco de cor com os seus frutos.

**Todos conhecem as castanhas. Também é fácil reconhecer os frutos característicos do carvalho, as bolotas. Estas últimas não devem ser confundidas com os bugalhos, proeminências esféricas que tendem a abundar nos carvalhos, como resposta da árvore a certos insetos, que nele introduzem os seus ovos. Tente encontrar um bugalho. Se vir nele um pequeno buraco, significa que as larvas já saíram.**

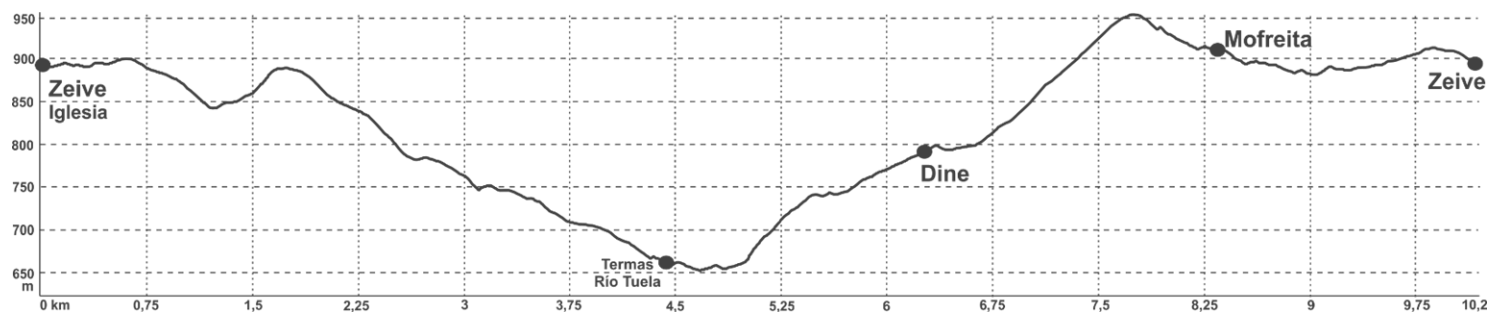


## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Bragança (PT)  
Vinhais (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Zeive (Bragança)  
N 41° 54.722' W 6° 53.872'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID. C3
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
10 km
- **Duração aproximada**  
2,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 659 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 952 m.    SUBIDA ACUMULADA 418 m    DESCIDA ACUMULADA -407 m



## OBSERVAÇÕES

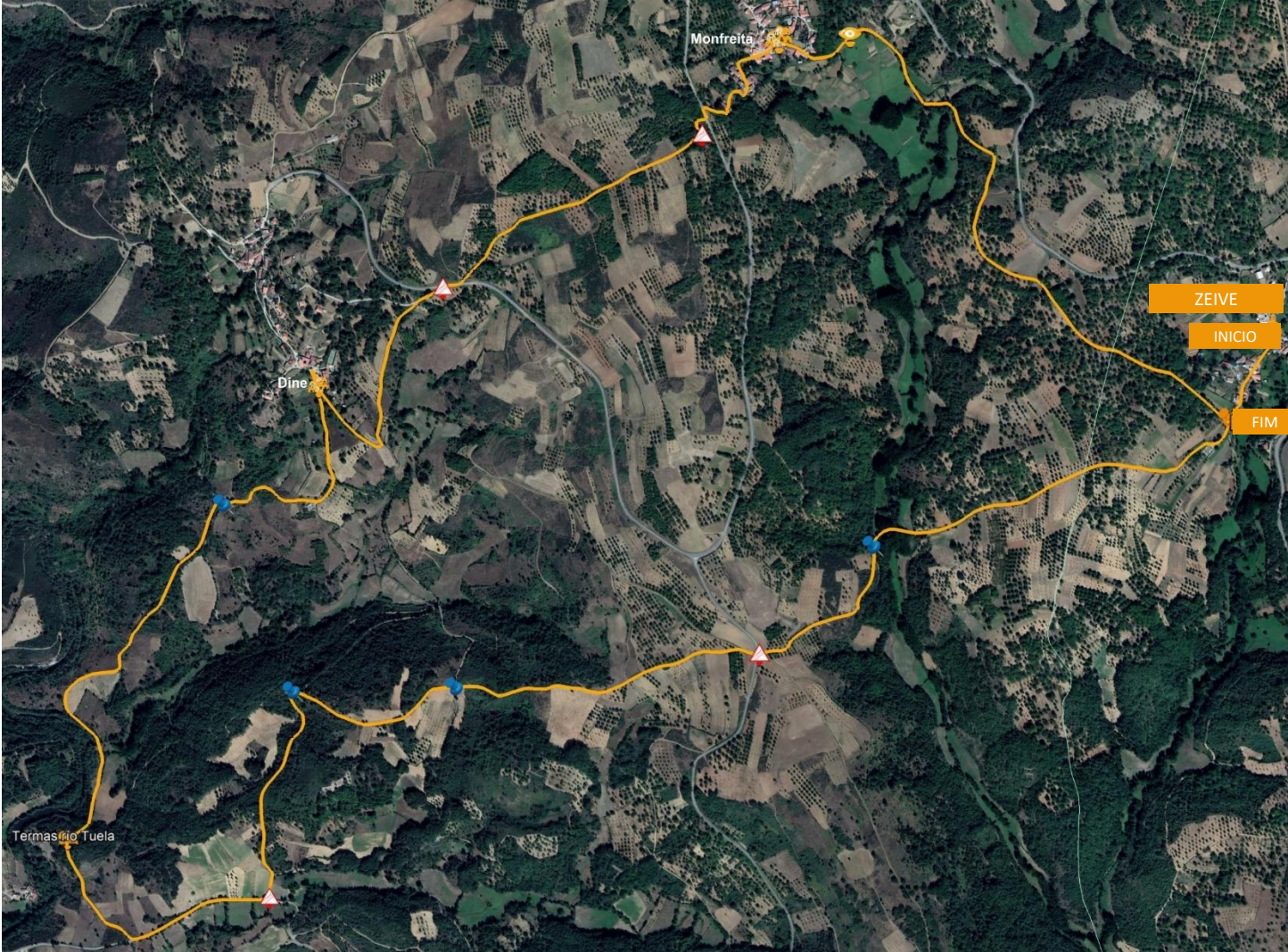
Como qualquer rota circular, embora se proponha começar em Zeive, poderá ter início em qualquer um dos pontos do trajeto, nas aldeias de Mofreita ou Dine.

Decorre pelo Parque Natural de Montesinho, REN e RAN, pelo que devem ser respeitadas as restrições estabelecidas nos planos de ordenamento destes espaços (POPNM).



LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Dine:** Lorga de Dine (caverna pré-histórica e centro de interpretação). Fornos de Cal. Arquitetura tradicional.
- Zeive, Mofreita, Fresulfe, Santa Cruz, etc.: arquitetura rural.
- Moimenta: Largo do Calvário, Igreja Matriz, casas nobres e arquitetura tradicional, moinhos, lagares, fontes. Calçada e ponte medievais. Miradouro de Moimenta. Castro de Cigadonha ou Cigarrosa (confluência da ribeira de Anta com o rio Tuela).
- **Vinhais:** Igrejas, pelourinho, Solares de Corujeira e dos Condes de Vinhais (centro cultural e de exposições), fonte do Cano, jazigo pré-histórico, ruínas romanas e medievais (cidadela amuralhada, castelo).
- Centro de Interpretação do Parque Natural de Montesinho (Casa da Vila-Vinhais).
- Parque Biológico de Vinhais (Alto da Cidadelha) que inclui centros de interpretação raças de gado autóctones e micológicas.
- **Bragança:** Cidadela e Castelo de Bragança, Domus municipalis, Centro Histórico, Igreja de Santa Maria e Igreja da Sé. Museu Militar, Museu Ibérico da Máscara e do Traje e Rua dos Museus (Museu Abade de Baçal, Centro de Fotografia Georges Dussaud, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais), Centro Ciência Viva e Museu Nacional Ferroviário de Bragança. Centro Cultural Municipal e Teatro Municipal de Bragança. Festival do Butelo e das Casulas e Carnaval dos Caretos (período de Carnaval). Feira das Cantarinhas e Feira do Artesanato (primeiro fim de semana de maio). Festa da História (fim de semana anterior a 15 de agosto). Bragança, Terra Natal e de Sonhos (todo o mês de dezembro).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel. [www.rotaterrafrica.com](http://www.rotaterrafrica.com)



# Alta montanha sanabresa (Penha Trevinca)



## DESCRIÇÃO GERAL

Penha Trevinca, com 2 127 m de altitude, é o ponto mais alto da RBTMI e da província de Zamora. Ao percorrer esta rota poderá conhecer uma magnífica zona de alta montanha; com paisagens espetaculares moldadas por glaciares que, no Pleistoceno, esculpiram estes vales, como o vale do rio Tera que, pelo seu início decorre esta rota e pelo qual, há 100.000 anos, se soltou uma língua de gelo de 20 km que esteve na origem do atual Lago de Sanabria, o maior lago glacial da Península Ibérica, que esta rota também permite conhecer.

Para aceder ao ponto inicial desta rota, é necessário contornar o próprio lago de Sanabria e ver toda a sua beleza, à medida que sobe pela estrada até à aldeia de San Martín de Castañeda e depois até à Lagoa dos Peces, uma das muitas lagoas espalhadas pela região da Sanabria. Para além disso, são vários os vestígios da era glacial na paisagem, que terá a oportunidade de descobrir, juntamente com a pequena lagoa da Ventosa, perto da anterior no início da caminhada, e a Lagoa de Lacillo, sobre a barragem de Vega del Conde, quando se avista o Vale do Tera.

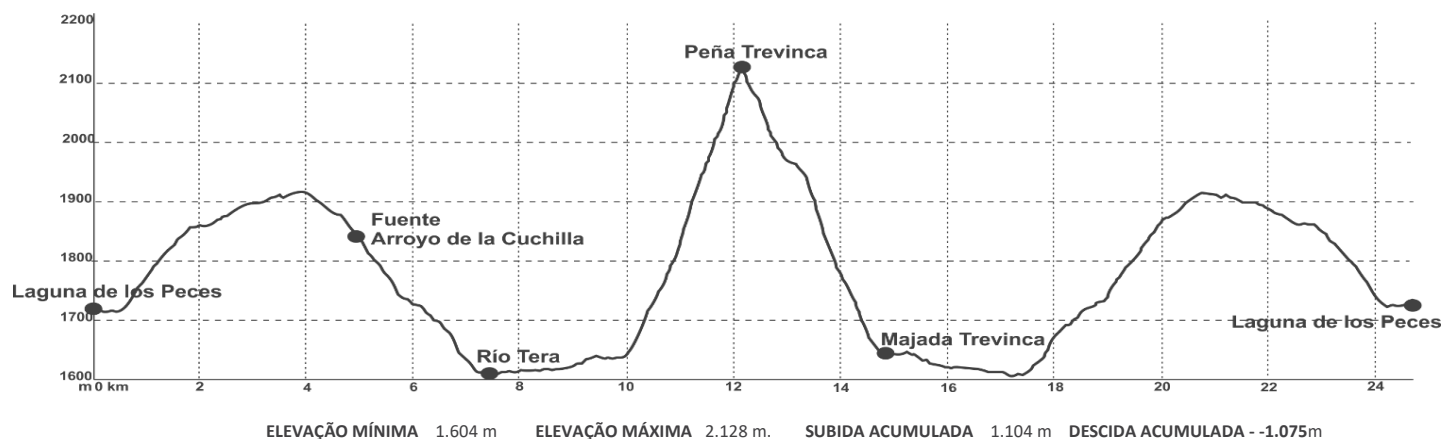
No início do percurso, existe um parque de estacionamento, bem como um caminho acessível para pessoas com mobilidade reduzida, que lhe permite chegar à Lagoa dos Peces.

No princípio deste trajeto adaptado, tem início esta rota, sinalizada por pequenos marcos azuis dentro da rede de caminhos do Parque Natural do Lago da Sanabria e Serras Segundera y de Porto (Da Lagoa dos Peces a Penha Trevinca). No entanto, na parte final da subida à penha, poderá orientar se pelos pequenos montes de pedras feitos pelos caminhantes, típicos dos trilhos de montanha.

Esta paisagem de alta montanha acolhe uma comunidade interessante de flora e fauna embora, devido à grande altitude, o bosque desapareça e seja substituído pelo matagal de urzes e carquejas de diferentes espécies, representando bioclimas mediterrânicos e atlânticos, uma vez que se trata de uma zona de influência de ambos, com algumas plantas endémicas de interesse como a carqueja sanabresa ou o Geranium bohenicum. Os ecossistemas de lagoas e turfeiras também trazem uma grande diversidade biológica e proporcionam locais de reprodução a uma considerável comunidade anfíbia. Por último, poderá observar espécies de rochedos ao longo do trajeto e, sobretudo, no troço final.

Ao chegar ao pico de Penha Trevinca, avista-se uma paisagem incrível das montanhas de Zamora, León e Galiza dado que as três províncias confluem neste ponto, e o impotente vale glacial do Tera, que o traz até aqui. **Observe o vale do rio Tera, que tem origem no sopé da Penha Trevinca e a sua forma em 'U', com um fundo muito aberto, típico dos vales de origem glacial.**

## PERFIL DE ALTIMETRIA



## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
San Martín de Castañeda–Zamora (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Parking Laguna de los Peces  
N 42° 10.185' W 6° 44.071'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID. C4
- **Tipo de circuito**  
Linear (Ida e Volta)
- **Distância**  
24,3 km
- **Duração aproximada**  
9 h
- **Nível de dificuldade**  
Alto

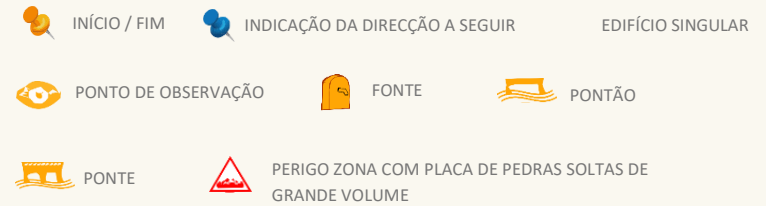


## OBSERVAÇÕES

Atravessa o Parque Natural do Lago de Sanabria e Serras Segundera e de Porto, devendo respeitar-se as restrições deste espaço protegido. A rota é difícil devido à sua extensão, uma vez que é inevitável fazer a viagem de ida e volta no mesmo dia, mas, apesar de ser uma rota de montanha, faz-se de forma bastante confortável, com exceção da subida final ao pico da Penha Trevinca, com 500 m de inclinação em apenas 2 km, e sobretudo os últimos 100 metros de subida pela rocha. O track fornecido leva-o à descida deste troço por um caminho diferente, evitando o declive mais acentuado, mas, desta forma, segue por entre o matagal nas proximidades de um pequeno regato, recomendado no verão, mas a evitar em períodos de chuva, quando será melhor optar pelo mesmo percurso de ida.



## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Lago Sanabria: praias, instalações turísticas, atividades aquáticas, passeios de barco.
- Casa do P.N. Lago de Sanabria e Serras Segundera e de Porto. Senda botânica. Estrada Rabanillo-Galende. Rede de rotas de caminhada de do PN Lago de Sanabria.
- **San Martín de Castañeda**: mosteiro românico de Santa Maria.
- **Puebla de Sanabria**: Complexo histórico-artístico (castelo de Condes de Benavente, Igreja românica de Santa María del Azogue, mansões senhoriais, etc.) Centro de Interpretação de Fortalezas. Museu de Gigantes e Cabeçudos.
- Centro temático do Lobo Ibérico (Robledo).
- Centro de Interpretação Micológica (Ungilde).
- Arquitetura popular nas aldeias de Sanabria: Galende, Vigo de Sanabria, Robledo.
- **Mascaradas**: Festa da Talanqueira em San Martín de Castañeda e em Trefacio (25 de dezembro) e Festa da Visparra de Vigo de Sanabria (26 de dezembro)
- Romaria de N.ª Sr.ª das Nieves 'La Tuiza' em Lubián. 5 de agosto e último domingo de setembro.
- Romaria de N.ª Sr.ª. dos Remedios (Padroeira de Sanabria) em Otero de Sanabria. Primeiro fim de semana de outubro.
- **Puebla de Sanabria**: Festas N.ª Sr.ª del Azogue e Festa da Anunciación e Mercado Medieval (15 de agosto). Festa das Vitórias (setembro). Festas de N.ª Sr.ª das Candelas (primeiro domingo de Fevereiro).
- Festa da Virgem da Peregrina em San Martín de Castañeda (primeiro domingo em setembro).

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota dos caminhos tradicionais do Lago de Sanabria



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota faz-se po caminhos tradicionais, 'rodeiros' ou 'rodeiras' ou 'breas', como são conhecidos nesta região sanabresa, a Sudoeste da província de Zamora (Espanha), a Norte da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica.

Caminhos que têm uma parte de história, abertos pelas pegadas de milhares de passos anónimos que procuravam aceder a moinhos, fontes e terrenos de cultivo e simplesmente unir aldeias para fazer a troca de produtos agrícolas ou de gado, ou partilhar momentos de festa e tradições.

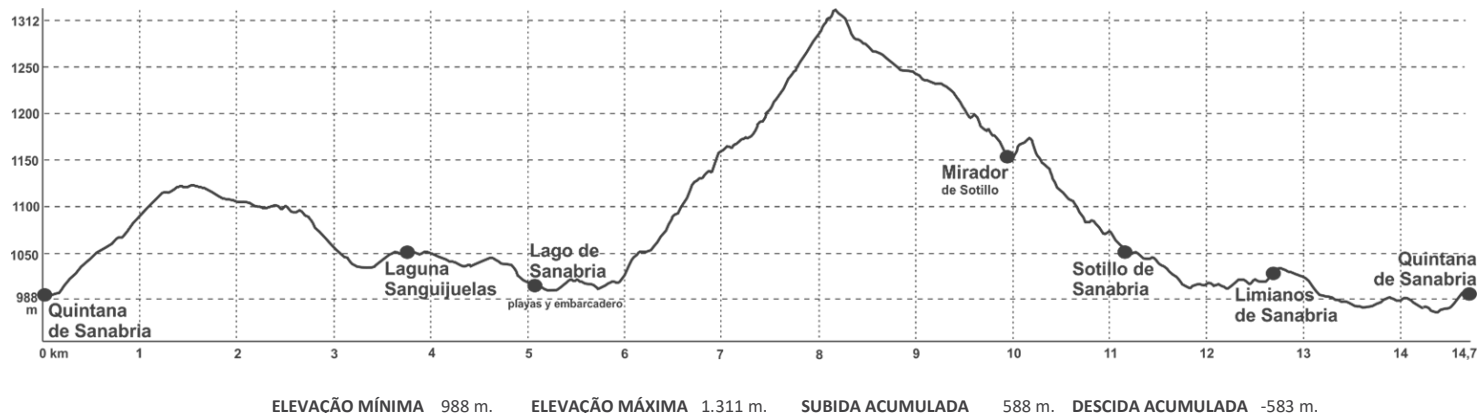
Alguns destes caminhos tomavam tanto porte e entidade como o Cordel Sanabrês, o qual se sobrepõe a esta rota num pequeno troço. A importância das pastagens da Montanha Sanabresa levou esta comarca a integrar a história da transumância transfronteiriça que ligou muitas regiões da Europa, contribuindo para um intercâmbio cultural ao qual hoje, mais do que nunca, damos o devido valor.

A transferência de gado através de 'cordeles' e 'rodeiras' deixou na reserva um rico património pastoril, construções materiais (cabanas, grandes currais, refúgios...) e património imaterial como um vocabulário que vai morrendo pouco a pouco devido ao desuso ('perrizolas', 'bozaco' ou 'caganeta', 'carolo', 'costelas', 'choto', 'rehata',...), rico e compartilhado por ambos os lados da fronteira luso-espanhola. Foi a interação do homem com o seu meio envolvente, especialmente através das atividades pecuárias e agroflorestais desenvolvidas ao longo dos séculos, que moldaram a paisagem da reserva tal como a conhecemos hoje.

Embora nesta rota se façam sentir outras grandes influências, alheias à ação humana... a geomorfologia do terreno fala-nos do passado glaciár destas paisagens. A principal língua glaciár da zona arrancou no circo de Trevinca e Survia, desceu, remodelando os vales na forma característica em 'U' e, ao chegar a Ribadelago, já tinha alcançado quase 15 km de comprimento e 300 m de espessura. Com estas dimensões, a sua capacidade erosiva escavou a 'cubeta' sobre a qual assenta o atual Lago de Sanabria. Os seus 318 ha de superfície e até 51 m de profundidade, fazem dele o maior lago glaciár de toda a península Ibérica, memória do gelo que recuou há 10.000 anos.

Hoje oferece-nos vistas espetaculares dos diferentes pontos de vista que o cercam, caminho de San Martín de Castañeda e Lagoa dos Peces, caminho de Penha Trevinca e um espaço de lazer e ócio muito procurado nos meses de verão.

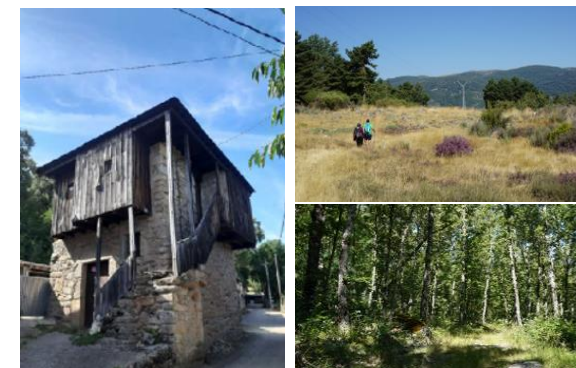
## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 988 m. ELEVAÇÃO MÁXIMA 1.311 m. SUBIDA ACUMULADA 588 m. DESCIDA ACUMULADA -583 m.

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Parque Natural del Lago de Sanabria (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Quintana de Sanabria (Zamora)  
N 42° 6.1337' W 6° 42.2938'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID. C5
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
14,7 km
- **Duração aproximada**  
4,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## OBSERVAÇÕES

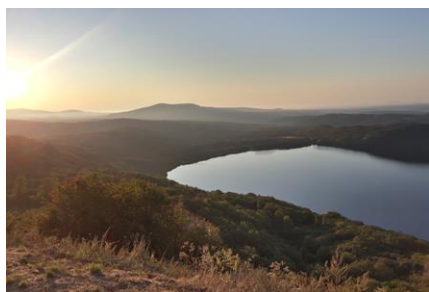
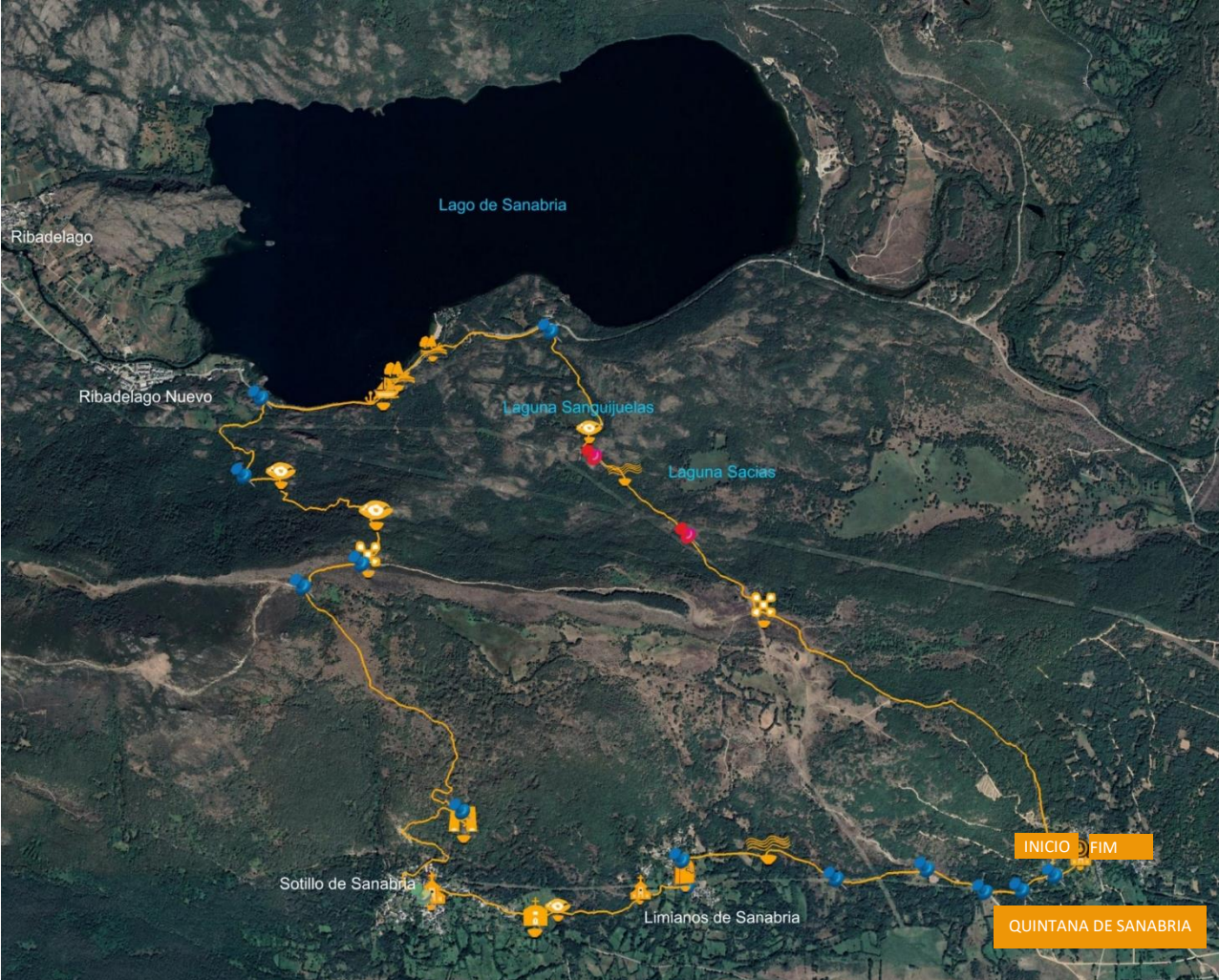
A rota atravessa o Parque Natural Lago de Sanabria e Serras Segundera e de Porto devendo respeitar-se as restrições deste espaço protegida. O caminho encontra-se sinalizado com sinais de madeira e setas amarelas, não de forma contínua, ao longo de todo o percurso. Em parte, sobrepõe-se a uma secção da GR 84 que contorna o Parque Natural. Aproximadamente dois terços da rota decorrem sob um arvoredo que, em determinadas horas, pode fornecer sombra, mas que pode também, em certas épocas do ano, implicar uma presença significativa de insetos.

## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Rede de trilhos e caminhos tradicionais de Sanabria.
- Galende-Rabanillo: Casa do Parque Natural do Lago de Sanabria e arredores. Trilho botânico e rotas oficiais do parque.
- Lago Sanabria: praias e instalações turísticas, passeios de barco e miradouros virados para o Lago e ao desfiladeiro do rio Forcadura na subida em direção à Lagoa dos Peces.
- **San Martín de Castañeda:** Mosteiro românico de Santa Maria. Festa da Virgem da Peregrina (primeiro domingo de setembro).
- **Puebla de Sanabria:** Complexo histórico-artístico. Centro de Interpretação de Fortalezas. Museu de Gigantes e Cabeçudos. Festas N.ª Sr.ª del Azogue e Festa da Anunciación e Mercado Medieval (15 de agosto). Festa das Vitórias (setembro). Festas N.ª Sr.ª das Candelas (primeiro domingo de fevereiro).
- Lubián: Santuário da Virgem de Tuiza. Romaria de N.ª Sr.ª das Nieves 'La Tuiza' (agosto ou setembro). Castro 'As Muraellas' da Idade do Ferro. Arquitetura popular da cidade. Festival Folk-Rock Nas Portelas (agosto).
- **Robledo:** Centro temático do Lobo-Ibérico.
- **Otero de Sanabria:** Romaria de N.ª Sr.ª dos Remedios, padroeira de Sanabria (primeiro fim de semana de outubro).
- **Festas de Máscaras:** Festa das Talanqueiras em Trefacio (25 de dezembro) e Festa da Visparra em Vigo de Sanabria (26 de dezembro).



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# A Faia d'Água Alta

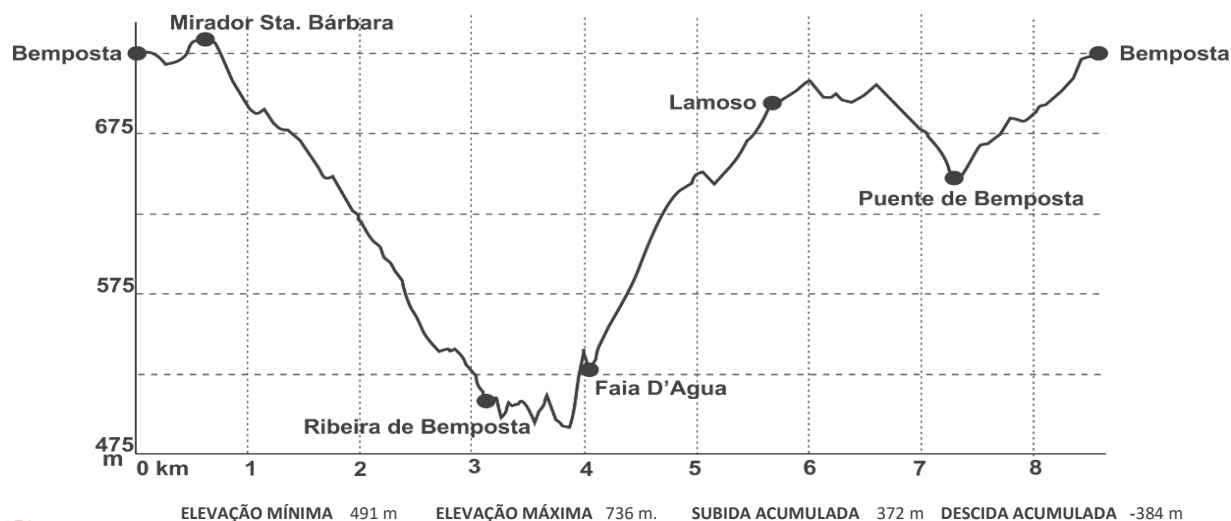
## DESCRIÇÃO GERAL

Em pleno Parque Natural Douro Internacional, na freguesia de Bemposta, inicia-se esta rota onde é possível descobrir um interessante património, cultural e etnográfico, em paralelo, com um ambiente indicado para desfrutar de espetaculares paisagens do desfiladeiro formado pelo rio Douro, o maior e mais profundo da Península Ibérica que, dentro do território da Meseta Ibérica, marca a fronteira, e ao mesmo tempo é o elo de ligação entre os dois países ibéricos.

A rota tem início na aldeia, na Capela de Santo Cristo, atravessando-a até chegar à Igreja e, muito perto desta, o miradouro de Santa Bárbara, onde é possível observar vestígios do seu passado histórico (ruínas do castelo de Oleiros) e, acima de tudo, magníficas paisagens sobre os campos de cultivo de oliveiras, vinhas e árvores de fruto, com as Arribes del Duero ao fundo.

Deixando a aldeia para seguir o caminho sinalizado como PR (PR4 MGD, com marcas a amarelo e vermelho que se encontram pintadas nas rochas e muros) em direção ao enclave que dá nome a esta rota, a «Faia d'Água Alta», uma das cascatas mais impressionantes de Portugal que resulta, como outras que existem na RBTMI, dos profundos desfiladeiros e declives escavados pelos rios neste território.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



O caminho desce até ao riacho ou ribeira de Bemposta, afluente do Douro, permitindo imediatamente vislumbrar o vale e a própria cascata, sendo possível observar azinheiras, zimbros, amendoeiras e oliveiras (cultivados em socalcos com muros nos pontos das encostas com maior declive), acompanhados de matagal mediterrânico (alfazemas, estevas, giestas...) e vegetação ribeirinha nos pontos mais próximos da água.

Para chegar à Faia atravesse o riacho por uma ponte de madeira e comece a subir por um caminho estreito protegido com corrimão de madeira e cordas. Até metade da subida terá a oportunidade de observar de perto a cascata da parte de baixo. Trata-se de uma queda de água (cerca de 60 metros de altura e 10 metros de largura) que forma o riacho de Algozo, poucos metros antes de juntar as suas águas com as de Bemposta. Daqui retome o caminho definido para subir até um miradouro, do qual também é possível ver a cascata para depois seguir um trilho que vai dar a Lamoso, onde se segue o caminho de regresso a Bemposta, por uma antiga calçada romana que conserva, em grande parte, o pavimento em pedra, bem como uma ponte de origem romana.

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Mogadouro (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Bemposta (Capela de Santo Cristo)  
N 41° 18.709' W 6° 30.126'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre. C6
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
8,5 km
- **Duração aproximada**  
3 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

Rota circular que coincide com o PR4 MGD Trilho da Faia d'Água Alta do concelho de Mogadouro. Começa em Bemposta mas também se pode fazer partindo de Lamoso. Pode-se optar pela variante, de fazer apenas o percurso linear a partir de qualquer uma das duas aldeias até ao ponto mais emblemático da rota, a Faia d'Água Alta. A melhor época para observar a cascata é entre novembro e abril, quando a cascata tem mais caudal. É especialmente impressionante em anos chuvosos. Atravessa o Parque Natural Douro Internacional e uma zona de proteção ZPE, pelo que devem ser respeitadas as condições estabelecidas no plano de ordenamento POPNDI.





## LEGENDA

- INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
- PONTE
- CAPELA/ERMIDA
- IGREJA
- MIRADOURO
- CRUZEIRO
- CONSTRUÇÃO SINGULAR
- PELOURINHO
- POMBAL
- ELEMENTO SINGULAR
- CASCATA
- PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA
- QUEDA DE PEDRAS PERIGO ZONA DE DESPRENDIMENTOS



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Outras cascatas: Faia do Cuco (ao lado da estrada que vai dar à presa ou barragem) e o Poço dos Humos (no rio Uces entre Masueco e Pereña de la Ribera-SA).
- Vários PR sinalizados ao longo do concelho de Mogadouro.
- Miradouro de Cardal del Duero (4 km. seguindo a estrada N-221-7 em direção a Fermoselle).
- Barragem de Bemposta: reservatório, represa e central hidroeléctrica; praia fluvial e micro-reserva botânica (paragens do Quartel da Guarda e Gavilas).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel. [www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)
- Aldeias próximas interessantes: Entre outras, Algosinho (bela igreja românica), Vilarinho dos Galegos (restos arqueológicos de um castro), Palaçoulo (artesanato de navalhas), etc. na parte portuguesa; do lado espanhol: Villarino de los Aires e Fermoselle (complexo histórico; muralhas e castelos; património religioso; adegas; miradouros; cruzeiro pelo Douro; Casa do PN das Arribes del Duero; etc.).
- **Mogadouro** e **Miranda do Douro** como importantes sedes dos respetivos concelhos com um importante património, museus, visitas e diversas atividades.
- Chocalheiro de Bemposta (festas de máscaras de inverno): dias 26 de dezembro e 1 de janeiro. Além de outras festas e celebrações nas diferentes freguesias e aldeias.

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



## Rota raiana dos castros

### DESCRIÇÃO GERAL

A rota coincide em parte com o GR-36 (Douro Internacional e Douro Vinhateiro), um dos trajetos mais emblemáticos de Portugal, em pleno Parque Natural Douro Internacional, que segue paralelamente ao rio Douro, permitindo assim desfrutar das deslumbrantes paisagens das Arribas com o rio ao fundo e as íngremes encostas, de aproximadamente 150 m de inclinação, de substrato granítico colonizado por líquenes, herbáceas e matagal, mas também por alguns pés arbóreos, como azinheiras ou carrascas. Um conjunto que dá forma a uma paisagem de enorme beleza natural, que se completa com a sumptuosidade das aves de rapina que a sobrevoam.

A rota permitirá também conhecer um rico património rural, cultural e arqueológico ao longo de um confortável trajeto que parte de Miranda do Douro (pequena cidade que merece uma visita pausada complementar à caminhada) por um caminho em direção a Vale de Água, a primeira aldeia do trajeto em cuja proximidade existem ruínas de um dos muitos pequenos castros das tribos pré-romanas dos Zoelas (do grupo dos Astures) que habitavam estas terras.

Mas será na seguinte, Aldeia Nova, onde poderá observar de perto um dos mais importantes assentamentos castrejos da zona, o agora chamado Castro de São João das Arribas, povoação castreja datada da Idade do Ferro, embora tenha sido povoado mais tarde, na época romana. O castro possuía um recinto fortificado de muralhas e torreão às quais se somam as inacessíveis defesas naturais das Arribas del Duero, tendo-se encontrado também algumas grutas orientadas a Este, para o nascimento do sol, como espaços típicos de cerimónias aos deuses dessas povoações pré e proto-históricas.

O castro passou a chamar-se São João das Arribas devido ao culto que ali se faz a este Santo há séculos, e a quem se dedicou a ermida ali existente, onde tem lugar uma festa que atrai anualmente muitas pessoas, em boa parte espanhóis. O facto é que a Aldeia Nova é uma comunidade típica 'raiana' onde, além de português e da língua mirandesa (de origem asturleonês que se mantém viva nas Terras de Miranda), também se domina o castelhano, dado que sempre houve fortes relações com os povos do outro lado do Douro, cimentadas em festas e romarias, bem como nas relações comerciais e nas antigas práticas de contrabando.

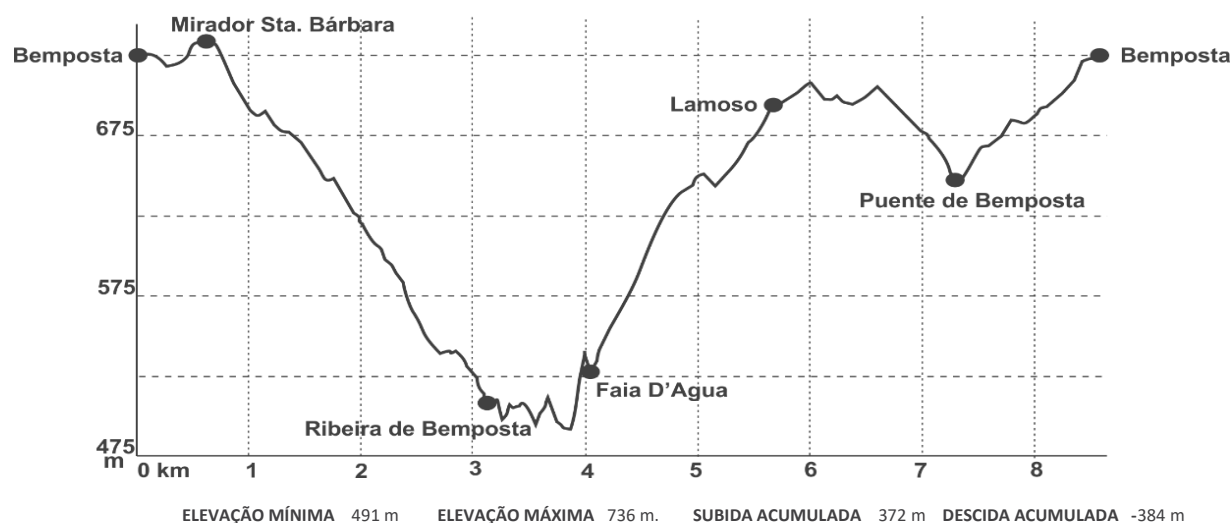


### DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Miranda do Douro (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Miranda do Douro (Rua da Terronha)  
N 41° 30.128' W 6° 16.053'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre. C7
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
7,5 km
- **Duração aproximada**  
1,75 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



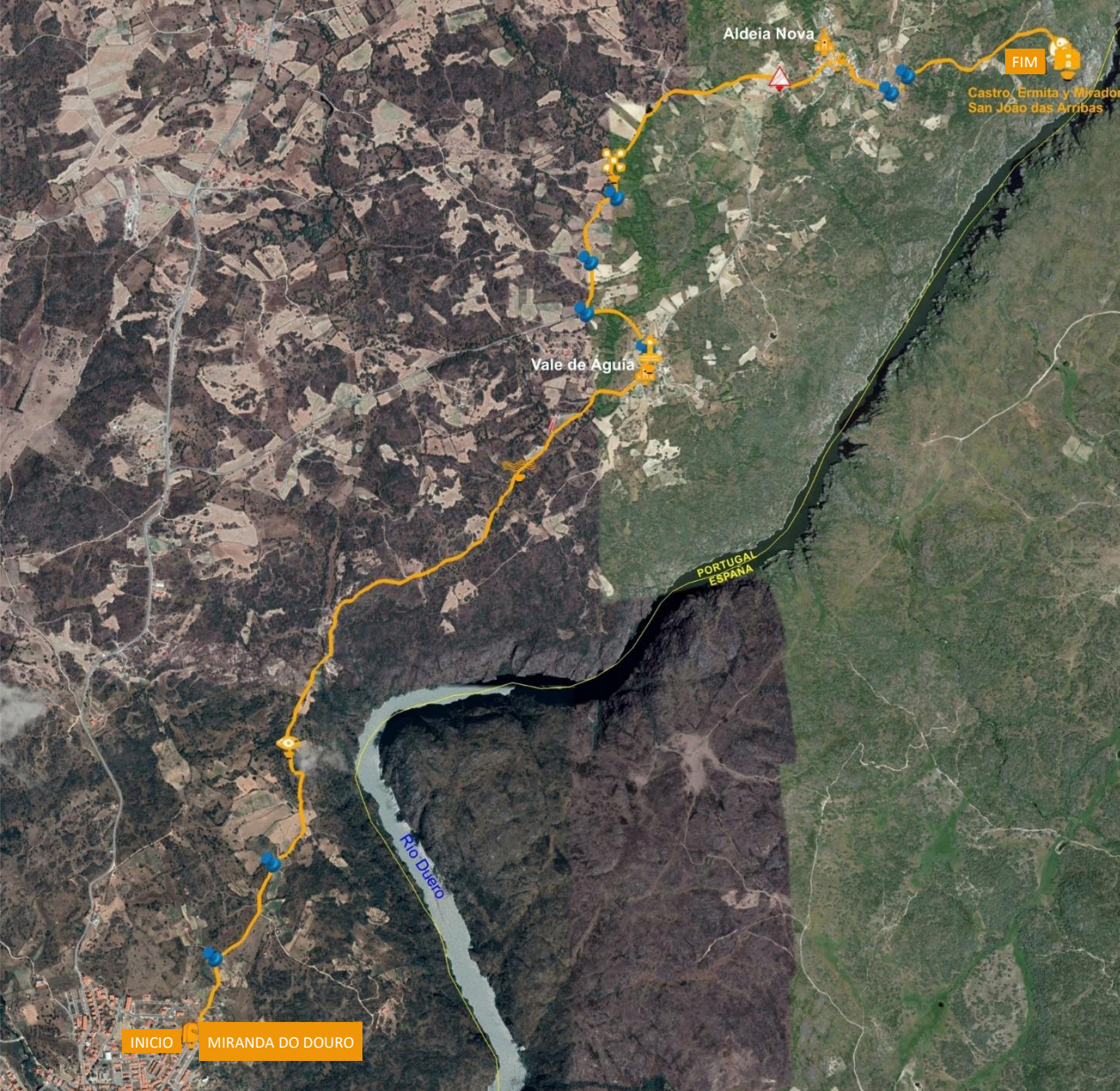
### PERFIL DE ALTIMETRIA



### OBSERVAÇÕES













Esta Rota atravessa o Parque Natural Douro Internacional e coincide com o sítio classificado PTCCND0222, pelo que devem ser respeitadas as restrições estabelecidas no plano de ordenamento POPNDI. É um rota linear que se pode realizar com facilidade de ida e volta, dado que é de curta duração (15 km se for feito o percurso de ida e volta).





LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

-  INÍCIO / FIM
-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  IGREJA
-  CAPELA/ERMIDA
-  PASSAGEM SOBRE ÁGUA SEM PONTE OU PONTÃO
-  FONTE
-  MIRADOURO
-  CASTRO
-  ELEMENTO SINGULAR
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO
-  CRUZEIRO
-  PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA



- Miradouro da Fraga Amarela / Castro Cigaduenha em Vila Chã.
- **Picote:** Castro e miradouro da Fraga do Puio; berrão; arquitetura tradicional.
- Ponte de Requejo ou Ponte Pino entre Pino del Oro y Villadepera.
- Zonas de Proteção Especial das Aves dos desfiladeiros do Douro.
- Torregamones: Rota dos 'Chiviteros' e Rota de Fuerte Nuevo (fortaleza defensiva século XVIII). Senda de Duero (GR-14).
- **Fariza** (igreja, cruzeiros, pomares com picotas, queijaria ecológica, etc.). Romaria dos Viriatos ou dos Pendones: romaria popular celebrada no primeiro fim de semana de junho (declarada de interesse turístico regional e de grande importância transnacional pela afluência de visitantes espanhóis e portugueses).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel.

PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Vale da Águia:** castro, zona recreativa, miradouro de Penha Redonda.
- **Paradela.** Miradouro do Salto do Castro.
- **Miranda do Douro:** castelo, fortaleza, catedral, igrejas, palácios e outro património; comércio; miradouros; Museu Terra de Miranda; Ecocentro Micológico; Estação Biológica Internacional Duero-Douro, cruzeiro ambiental pelo Douro, etc. Festival de Sabores mirandeses (fevereiro), Festival Internacional de Pauliteiros de ES e PT (julho), Feira da bola doce (abril), etc

[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota do Vale do Tua



## DESCRIÇÃO GERAL

O Parque Natural Regional Vale do Tua integra, entre outros, dos concelhos de Vila Flor, Carraceda de Ansiães e Mirandela que, por sua vez, fazem parte da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica.

Até chegarà foz percorre cerca de 40 km e, na envolvência desta rota, é possível observar como se formou a paisagem, correndo por vezes entre colinas e serras e, outras, abrindo vales amplos e férteis.

Uma paisagem para a qual contribuíram os usos tradicionais , com a presença de socalcos nas encostas e extensas áreas de cultivo nos vales.

Vinhas, amendoeiras e oliveiras salpicam a paisagem nas zonas altas sem que se tenha perdido a presença de vegetação potencial natural da zona, caracterizada pelos sobreiros entrelaçados, nas áreas mais frias, como carvalho-negral.

Surgem, esporadicamente, algumas manchas de pinhal que não chegam a quebrar a harmonia da paisagem criada por anos de aproveitamento sustentável tão típico na RBTMI.

A ponte perto da estação do Abreiro e o Miradouro do Tua, permitem desfrutar das melhores paisagens possíveis sobre o curso de água neste troço, no qual também é frequente encontrar população local, pescadores e turistas a desfrutar ao pé da ribeira.

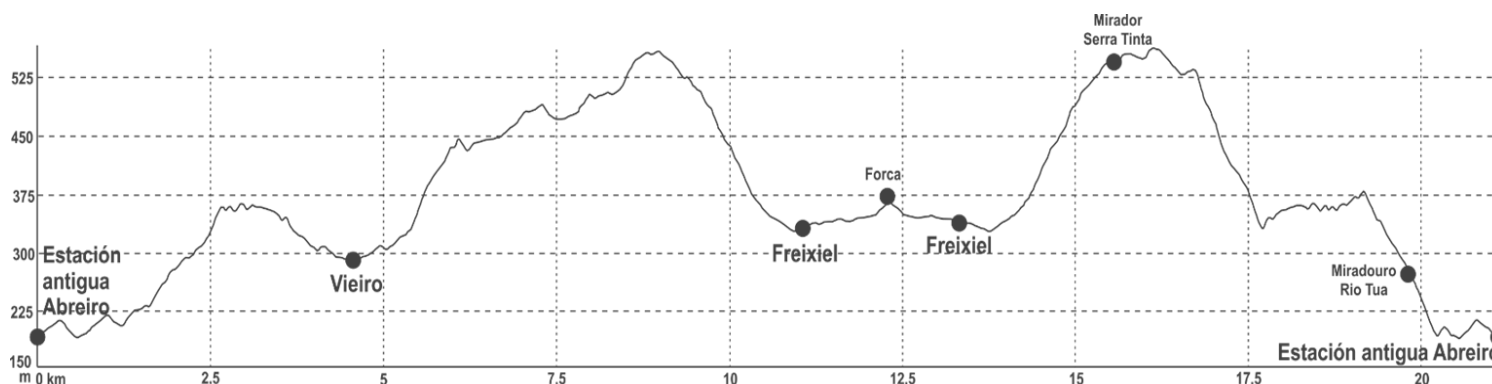
Afastando-se do rio, a rota oferece a possibilidade de observar de perto outras aldeias do vale, como Vieiro e Freixiel e, seguindo alguns dos ramais indicados, chega ao **Miradouro de Serra Tinta** ou da **Forca de Freixiel**, ponto de interesse pela sua peculiar utilização histórica.

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Carraceda de Ansiães (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Antigua estación ferroviaria de ABREIRO  
N 41° 20.5195' W 7° 16.4049'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre. C8
- **Tipo de circuito**  
Circular-Linear
- **Distância**  
21,1 km
- **Duração aproximada**  
8 h
- **Nível de dificuldade**  
Elevado



## PERFIL DE ALTIMETRIA



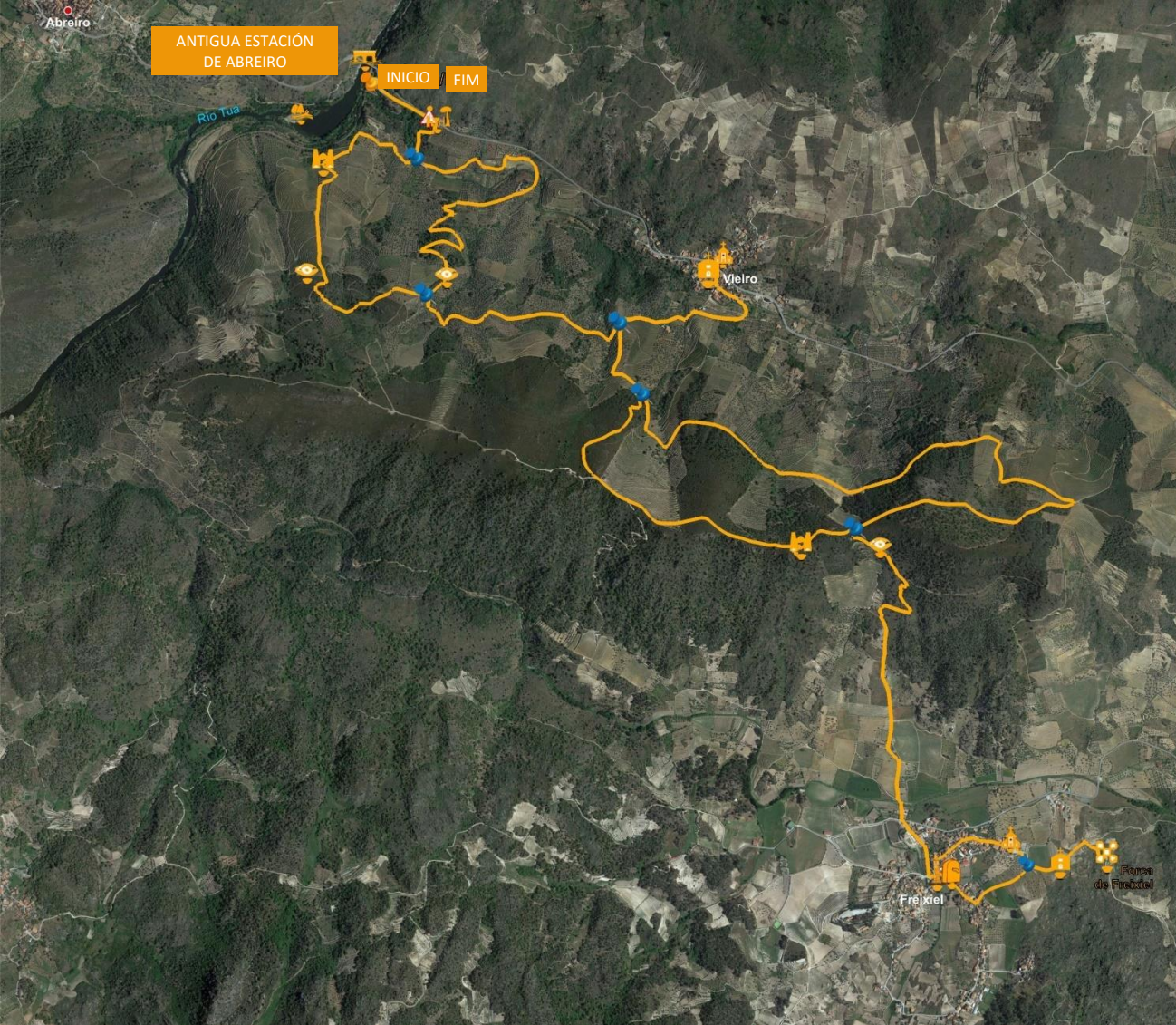
ELEVAÇÃO MÍNIMA 191 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 536 m.    SUBIDA ACUMULADA 993 m    DESCIDA ACUMULADA -993 m



## OBSERVAÇÕES

Trata-se do PR I VFL que faz parte da rede de rotas do Parque Natural Regional Vale do Tua. O percurso combina secções circulares e lineares, com troços para chegar a certos pontos de interesse ou localidades próximas. Tudo isto oferece uma grande versatilidade no momento de definir uma alternativa própria, sem necessidade de realizar a rota completa, com base nas múltiplas opções disponíveis em função das características de cada pessoa ou grupo familiar. Nem todos os cruzamentos estão sinalizados, pelo que é recomendável complementar a informação com um mapa ou seguir o track disponível na plataforma RBTMI.





ROTA DE CAMINHADA (C8)  
Rota do Vale do Tua

LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

-  INÍCIO / FIM
-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  IGREJA
-  CAPELA/ERMIDA
-  PELOURINHO
-  ELEMENTO SINGULAR
-  PONTE
-  FONTE
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO
-  MIRADOURO
-  PRAIA FLUVIAL
-  ÁREA RECREATIVA / MERENDERO
-  PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Centro interpretativo Vale do Tua. Foz de Tua (Carrazeda de Ansiães).
- Rota dos miradouros: São Lourenço, Olhos do Tua, Rota do Douro, Fraga da Ola, Sr.ª da Saúde, N.ª Sr.ª da Assunção, Sr.ª da Graça, etc.
- **Vilarinho da Castanheira:** Anta (Pala da moura), complexo de moinhos recuperados, Museu da Memória Rural.
- **Carrazeda de Ansiães:** CICA - Centro Interpretivo do castelo de Ansiães, Parque Internacional da escultura, fonte das sereias, pelourinho, Igreja de Santa Águeda. Feira do vinho e da maçã (último fim de semana de agosto). Festas de Santa Águeda (5 de fevereiro).

- Castelo de Ansiães e Igrejas de S. Salvador de Ansiães e de S. João Batista.
- **Zedes:** Anta de Zedes.
- **Santa Comba da Vilarça:** Centro de Interpretação RBTMI (em projeto).
- **Vila Flor:** Igreja Maior, Fonte Romana, Rua Nova, Solar dos Aguilares (Museu Municipal) e outras casas brasonadas, Arco de D. Dinís, Paço de los Lemos, Iglesia da Misericórdia e várias capelas.
- Miradouro de Nossa Senhora da Assunção em Vilas Boas.
- **Mirandela:** Museu da Azeitona e do Azeite, Ponte sobre o rio Tua, Zona antiga de Mirandela, Paço dos Távoras, Igreja da Misericórdia, Parque do Império, Museu Municipal Armindo Teixeira e outros, Miradouros, Praias fluviais. Festas de N. Senhora do Amparo (de 25 de julho, dia de Santiago - primeiro domingo de agosto), Festival Nacional de Folclore, Feira da Alheira, Festival de Sabores do Azeite Novo.



# Ribeiros entre os rios Sabor e Maçãs



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota parte de Santulhão, aldeia do município de Vimioso, território onde correm dois importantes rios que formam desfiladeiros encaixados no terreno, o Sabor e o Maçãs. Depois de nascer em terras zamoranas, ambos percorrem Trás-os-Montes de Norte a Sul (representando, assim, relevantes corredores ecológicos para muitas espécies) antes de se juntarem, um pouco mais abaixo, mesmo antes da barragem denominada de Baixo Sabor. Como complemento a esta rota será possível desfrutar das paisagens destes desfiladeiros ou dos lagos do Sabor, que é o nome dado a esta zona barrada no curso deste rio.

Esta área de influência dos rios Sabor e Maçãs está declarada como **Zona de Proteção Especial de Aves (ZPE)** de Portugal, dentro da **Rede Natura 2000**, devido ao facto de as suas características naturais, a sua difícil acessibilidade e a escassa influência humana, proporcionarem condições ideais para a nidificação de espécies como o abutre-fouveiro, a águia real, o mocho real, a águia de Bonelli ou a cegonha-preta, entre outras.

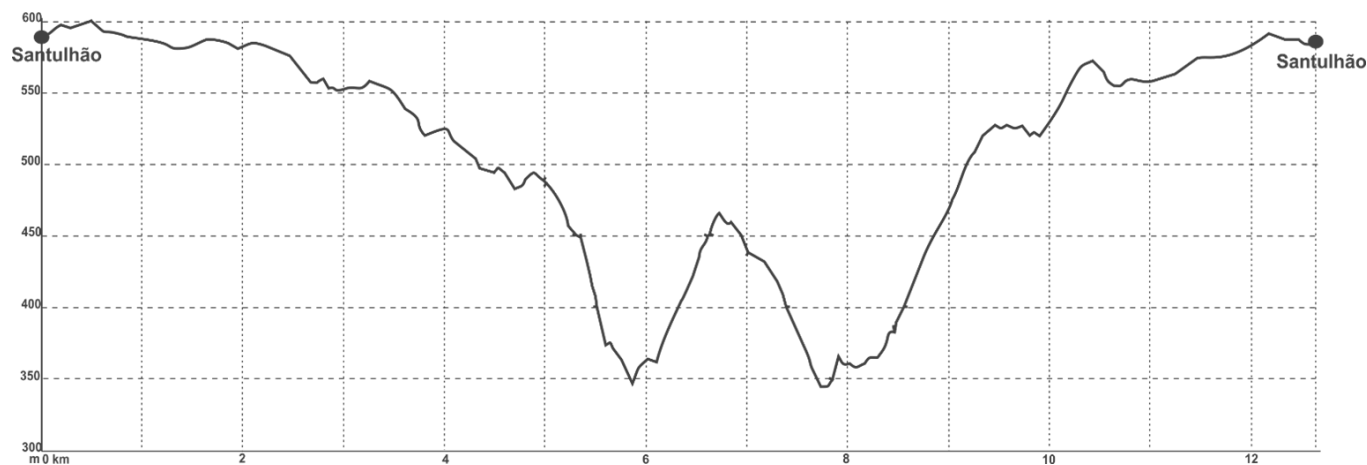
Os vales entre estes dois rios apresentam um microclima especial para o cultivo de oliveiras de uma variedade única e exclusiva desta zona, à qual foi precisamente dado o nome da aldeia de Santulhão, a variedade Santulhana, dado que este território e o das áreas à volta apresentam condições ideais para esta variedade rústica e resistente ao frio trasmontano. Esta variedade única, juntamente com a baixa produção faz com que o azeite local seja muito exclusivo e de sabor diferente.

Daí que a oliveira seja o símbolo de Santulhão e se possa observar as primeiras desde o início da rota até aos arredores da aldeia, em direção ao Santuário de São Lázaro avance entre muros de pedra, deixando para trás campos de oliveiras centenárias perfeitamente cuidadas em ambos os lados do trilho. São árvores de grande beleza graças aos duradouros troncos esculpidos e de tamanho relativamente grande que apresentam também, em dias de vento, uma imagem especial e diferente de outras oliveiras, devido ao movimento peculiar que realizam as folhas maiores, mais longas e leves.

Continuando a rota obtêm-se amplas vistas panorâmicas de uma paisagem imponente, de relevo montanhoso, no qual alternam vales de diferentes inclinações dependendo das características geológicas do solo, num mosaico agroflorestal em que as terras de cultivo serão quase exclusivamente de olival, com algumas vinhas como atividades predominantes juntamente com o pastoreio.

Ao longo do trajeto poderá observar azinheiras, sobreiros e terebintos entre outras espécies florestais, combinados com áreas de matagal mediterrânico, e freixos, salgueiros e outras espécies ribeirinhas nos 'ribeiros' ou riachos. Mas acima de tudo será possível desfrutar de bonitos recantos e uma grande sensação de paz e silêncio, apenas interrompida por sons naturais, numa área verdadeiramente afastada de centros urbanos ou estradas.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 344 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 599 m.    SUBIDA ACUMULADA 454 m    DESCIDA ACUMULADA -464 m

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Santulhão-Vimioso (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Santulhão (salida a Santuario S. Lázaro)  
N 41° 33.583' W 6° 37.566'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre. C9
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
12,6 km
- **Duração aproximada**  
3,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio

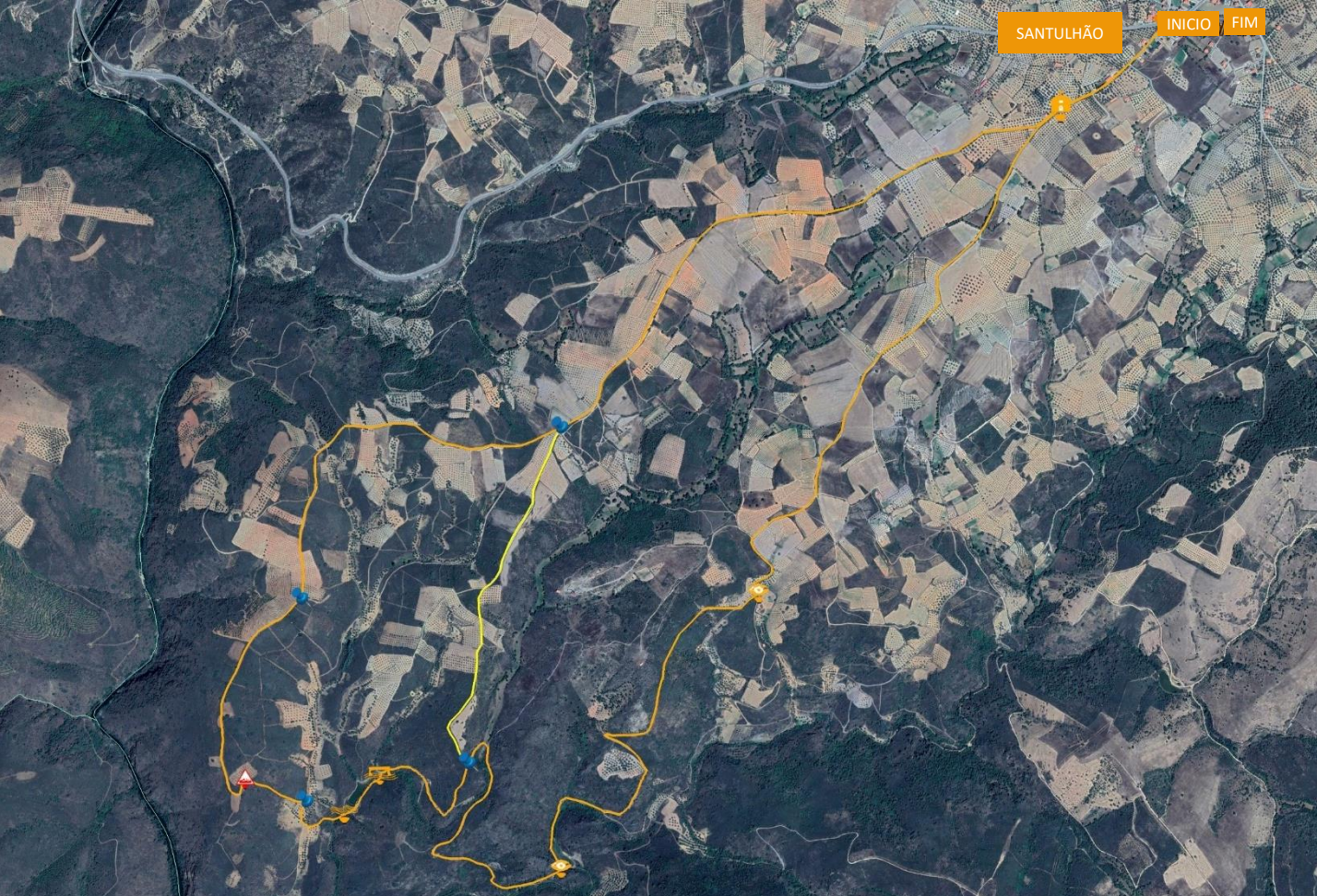


## OBSERVAÇÕES








Esta rota, decorre pelo Parque Natural de Arribes del Duero e o Parque Natural do Douro Internacional (REN e local classificado PTCCND022 da POPNDI) devendo respeitar-se as condições estabelecidas nos planos de ordenamento de ambas as zonas naturais protegidas.

Rota linear de 21,2 km que inclui duas partes. Uma inicial de San Felices de los Gallegos a Puerto Seguro, que inevitavelmente tem de ser feita a pé (de 5,7 km) e uma secção complementar que segue por estradas locais pouco transitadas e, portanto, pode ser feita a pé ou de carro de Puerto Seguro até Almofala e a Albufeira de Santa Maria de Aguiar. Se for feito a pé, dada a sua extensão não é possível concluir a ida e volta no mesmo dia. Se não possuir





## LEGENDA

-  INÍCIO / FIM
-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  CAPELA/ERMIDA
-  PONTÃO
-  PASSAGEM SOBRE ÁGUA SEM PONTE OU PONTÃO
-  PERIGO ZONA COM PLACA DE PEDRAS SOLTAS DE GRANDE VOLUME
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Festa do Entrudo (carnaval), fevereiro ou março. Festival de música tradicional e celta (agosto) e Festas de São Lázaro (agosto) em Santulhão.
- **Santulhão**: igrejas e capelas; fontes; pombais; arquitetura tradicional. Ponte de origem romana sobre o rio Sabor (estrada para Izeda).
- **Carção**: arquitetura tradicional. Mercado rural.
- **Vimioso**: Atalaia, Igreja de S. Vicente, pelourinho, fonte, museu etnográfico.
- P.I.N.T.A. Parque Ibérico de Natureza, Turismo e Aventura. Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Meseta Ibérica (em projeto).
- Feira de artes, ofícios e sabores de Vimioso (dezembro).
- Festival da posta mirandesa. Vimioso (dezembro).

- Feira da castanha e produtos da terra de Avelanoso (novembro).
- Castelo de Algosó.
- Lagos do sabor: atividades recreativas e aquáticas.
- **Macedo de Cavaleiros**.
- **Podence**: Arquitetura tradicional. Casa do Careto. Igreja Matriz.
- Entrudo chocaleiro e outros eventos e festas de mascaradas de inverno.
- **Rota da Terra Fria Transmontana** — circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de automóvel.

[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Rota da Serra de Bornes e Trilho de Rabo de Burro



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota percorre parte da Serra de Bornes, situada no centro da região de Trás-os-Montes.

Os arredores agrícolas da localidade de Gebelim dão lugar a um percurso que, umas vezes contorna, outras entra, por entre zonas de carvalhal e castanheiros. Depois do primeiro quilómetro e meio há a possibilidade de fazer uma pausa para visitar um forno de cal, que fica próximo, sem se desviar muito da rota.

Continuando a subir alcança-se um caminho que segue junto dos moinhos de vento e permite avançar facilmente ao longo da linha da serra. A esta altitude, é possível ver os vales de Alfândega da Fé e também de Macedo de Cavaleiros, até se começar a ver o centro urbano desta localidade nos dias de céu limpo. Um pouco depois é possível ver, mais perto, a localidade que dá nome à Serra, Bornes.

A descida leva-o à localidade de Soeima onde se destaca, na sua igreja principal, o Altar-mor, dedicado a São Pelágio, de onde sai a procissão no dia 6 de agosto por alturas da festa de Santa Lúcia, em direção à capela da mesma localidade, por trás da qual sai o caminho que o vai permitir regressar a Gebelim percorrendo o PR Trilho de Rabo de Burro.

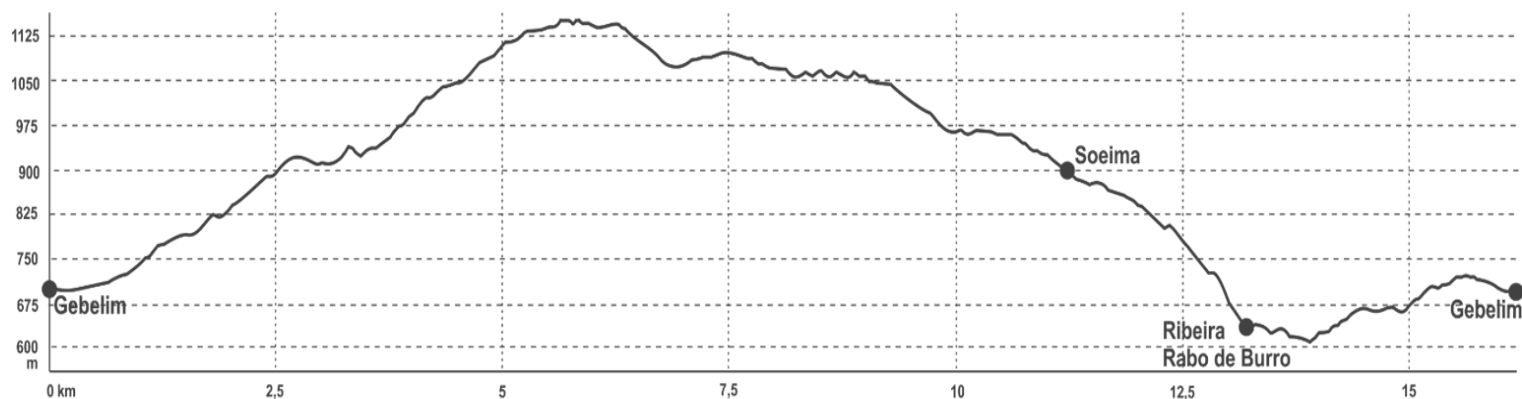
Este último troço, de cerca de 5 quilómetros, leva-o, primeiro, a descer entre uma zona frondosa e fechada de castanheiros, entre os quais se destaca a presença de sobreiros, todos eles objeto de bom aproveitamento local.

Estendem-se ao longo das encostas íngremes em direção ao fundo do vale onde se misturam com um denso bosque ribeirinho que acompanha o riacho Rabo de Burro.

Depois de cruzar a passagem de cimento construída sobre o leito, o caminho leva-o a sair do fundo do vale, à medida que se sobe a encosta a Nordeste, em cuja proximidade se encontram dois moinhos tradicionais.

O último troço do trajeto, já entre terras de cultivo e aproveitamento florestal, leva-o até à estrada que, cerca de 600 metros à direita, o leva de regresso a Gebelim.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVACÃO MÍNIMA 615 m ELEVACÃO MÁXIMA 1155 m SUBIDA ACUMULADA 762 m DESCIDA ACUMULADA -762 m

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
CONCELHO: Alfândega da Fé (PT)  
frontera com Macedo de Cavaleiros
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Gebelim (Alfândega da Fé)  
N 41° 26.320' W 6° 55.461'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre. C10
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
16,2 km
- **Duração aproximada**  
7 h
- **Nível de dificuldade**  
Elevado



## OBSERVAÇÕES

Rota circular que atravessa território da Rede Natura 2000.  
Propõe-se a sua realização com início em Gebelim, em direção a Norte para enfrentar, no início do dia, a subida dos primeiros 5 km até alcançar as melhores vistas panorâmicas e, depois, descer progressivamente e percorrer em Soeima o PR Trilho de Rabo de Burro do município de Alfândega da Fé, seguindo a sinalização deste.



## LEGENDA

- INÍCIO / FIM
- INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
- FONTES
- OUTRA INDICAÇÃO: LIGAÇÕES E/OU ALTERNATIVAS
- IGREJA
- CAPELA/ERMIDA
- PONTO DE OBSERVAÇÃO
- MOINHO
- CONSTRUÇÃO SINGULAR
- PONTÃO
- PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Geossítio Miradouro de Bornes Sul e Complexo turístico «Pico de Bornes».
- Bornes:** Igreja de Bornes ou Igreja de Santa Marta.
- Gebelim:** Santuário de São Bernardino de Sena, Igreja Paroquial de São Martinho, Ermida de Nossa Senhora do Rosário.
- Soeima:** Igreja Matriz Orago São Pelágio, Capela de Nossa Senhora do Rosário, cruzeiro, fonte e tanque. Festas de Santa Luzia no dia 6 de agosto.
- Paisagem protegida da Albufeira do Azibo e localidades próximas como Podence e Macedo de Cavaleiros.
- Alfândega da Fé:** Roteiro da história e roteiro da arte pública. Igreja Matriz, Capela da Casa dos Ferreira, Largo do Castelo, Igreja da Misericórdia, Torre do Relógio, Lagar d'El Rei, Solar do Visconde de Valpereiro, Capela de São Sebastião, Casa Malfaia, Casa do Adro, Casa Grande, Casa do tribunal, Câmara. Albufeira de Camba.
- Basamão:** Convento e Castelo.
- Covelas:** Santuário de Nossa Senhora das Neves.
- Lamalonga:** Igreja Nossa Senhora dos Reis.
- Sambade:** Igreja Matriz.
- Vilarelhos:** Miradouro de Nossa Senhora dos Anúncios.
- Vila Flor:** Igreja Matriz, Fonte Romana, Rua Nova, Solar dos Aguilares (Museo Municipal) e outras casas brasonadas, Arco de D. Dinís, Paço dos Lemos, Igreja da Misericórdia e várias capelas. Miradouro de Nossa Senhora da Assunção em Vilas Boas.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota Ornitológica

## DESCRIÇÃO GERAL

Esta rota transfronteiriça permite desfrutar de duas das paisagens características, e pontos de interesse para a observação de aves, muito diferentes, dentro da RBTMI. O desfiladeiro do rio Águeda, numa primeira parte, e a Albufeira de St. <sup>a</sup> Maria de Aguiar, depois de entrar no planalto português das Terras de Riba Côa. Partindo de San Felices de los Gallegos, local importante nas fortalezas da fronteira hispano-portuguesa e declarado Complexo Histórico-Artístico, cujo castelo e fortaleza medieval, bem como outros elementos patrimoniais, fazem com que valha a pena uma visita tranquila. A rota segue a GR sinalizada do Caminho do Rio Águeda (GR 14.1), saindo de outro dos recantos emblemáticos da localidade: 'El lagar del mudo', um lagar de azeite do século XVIII hoje convertido em museu.

O percurso permite explorar uma paisagem das arribas de grande força e conhecer um dos biótopos mais característicos das Arribes del Duero dentro da RBTMI: os cortes e formações rochosas das margens fluviais, cuja inacessibilidade e ambiente bem conservado os convertem em abrigo de uma das mais significativas comunidades de aves da Península ibérica.

O encaixe profundo do rio Douro e a sua rede de afluentes, entre os quais se encontra o Águeda, esculpam desfiladeiros graníticos de até várias centenas de metros de profundidade. A nossa rota atravessa o desfiladeiro do Águeda por um caminho historicamente estratégico e, portanto, cenário de muitas batalhas, denominado Ponte dos Franceses porque durante a Guerra de Independência tiveram aqui lugar batalhas importantes entre tropas britânicas e francesas.

Nesta zona, é muito comum observar os grifos a voar insistentemente em busca de carniça ou, pousados em algumas das paredes rochosas que flanqueiam o desfiladeiro; ou grupos de andorinhas-das-rochas irrequietas nas partes mais próximas do rio. Mas, também poderá observar outras espécies de grande valor faunístico, características destes ecossistemas, como águia real, águia cobreira, abutre-do-Egito, falcão peregrino, entre outras. É com um pouco de sorte, poderá avistar águia-de-Bonelli ou a cegonha-negra, que, por serem mais raras, são de difícil observação.

À medida que se anda em ziguezague para subir o desfiladeiro, as paisagens revelam-se avassaladoras e acaba por chegar a Puerto Seguro, podendo continuar o percurso a pé ou de carro (dado que segue por estradas locais que ocuparam o traçado dos caminhos tradicionais) até La Bouza, e depois de deixar o PN de Arribes del Duero e passar para o PN Douro Internacional, passar por Escarigo e Almofala, onde poderá tomar a direção para Castelo Rodrigo e seguidamente encontrar o enclave aquático da Albufeira de St. <sup>a</sup> .M<sup>a</sup>. de Aguiar, já no sopé do PN.

Esta massa de água, rodeada por vegetação natural da ribeira suscita biodiversidade ao ambiente e acolhe uma interessante comunidade de aves aquáticas (pato-real, mergulhão-de-pescoço-castanho, mergulhão-de-crista, garça-real, mergulhão-pequeno, corvo-marinho...) que são de fácil observação nos vários observatórios ornitológicos existentes.

**Quantas espécies diferentes de aves foi capaz de observar ao longo da rota? Tente descobrir quais são as que não conhece.**



## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
CONCELHO: Alfândega da Fé (PT)  
frontera com Macedo de Cavaleiros
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Gebelim (Alfândega da Fé)  
N 41° 26.320' W 6° 55.461'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre. C11
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
21,2 km
- **Duração aproximada**  
7 h
- **Nível de dificuldade**  
Elevado



## PERFIL DE ALTIMETRIA



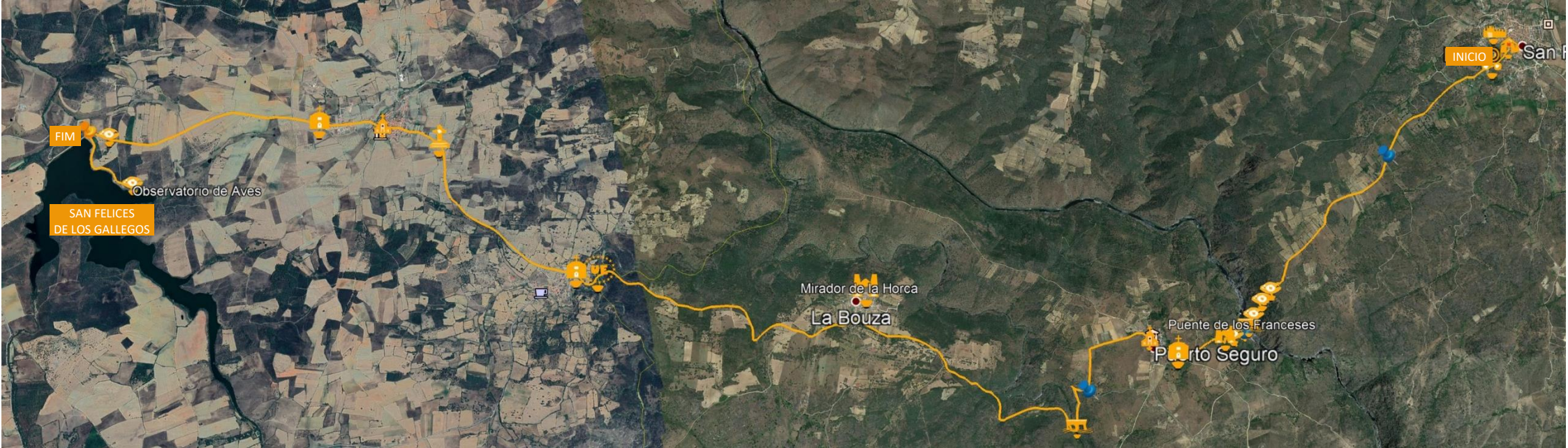
ELEVAÇÃO MÍNIMA 411 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 680 m.    SUBIDA ACUMULADA 439 m    DESCIDA ACUMULADA -542 m

## OBSERVAÇÕES

Esta rota, decorre pelo Parque Natural de Arribes del Duero e o Parque Natural do Douro Internacional (REN e local classificado PTCCND022 da POPNDI) devendo respeitar-se as condições estabelecidas nos planos de ordenamento de ambas as zonas naturais protegidas.

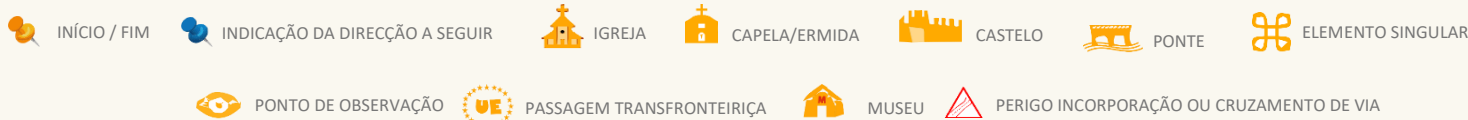
Rota linear de 21,2 km que inclui duas partes. Uma inicial de San Felices de los Gallegos a Puerto Seguro, que inevitavelmente tem de ser feita a pé (de 5,7 km) e uma secção complementar que segue por estradas locais pouco transitadas e, portanto, pode ser feita a pé ou de carro de Puerto Seguro até Almofala e a Albufeira de Santa Maria de Aguiar. Se for feito a pé, dada a sua extensão não é possível concluir a ida e volta no mesmo dia. Se não possuir veículo de apoio, deve atalhar em função do tempo disponível e das horas de luz para garantir o regresso ao ponto de partida. Recomenda-se levar binóculos ou monóculo para observar melhor as aves durante o trajeto.





## LEGENDA

ROTA DE CAMINHADA (C11)  
Rota Ornitológica



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Castelo Rodrigo:** vila histórica medieval.
- Albufeira de Santa María de Aguiar.
- Parque arqueológico de Vale do Côa (Vila Nova de Foz Côa) e Estação de arte rupestre de Siega Verde (Villar de Argañán-Salamanca), ambos declarados Património Mundial da Humanidade (UNESCO).
- **San Felices de los Gallegos:** Conjunto Histórico Artístico: castelo, fortificação e Sala Histórica, Igreja N.ª.Sr.ª entre dos Álamos, Torre dos sinos e várias ermidas; Museu do azeite 'El Lagar del Mudo', moinhos, etc.
- Festa do Noveno em San Felices de los Gallegos - 11 de maio. Declarada de interesse turístico regional.
- **Sobradillo** (torre, cruzeiros, Casa del Parque Natural de Arribes del Duero,...).
- **Ahigal de los Aceiteros:** forno tradicional, prensa ecológica, arquitetura tradicional, igreja, ermida do Humilladero,...
- **La Redonda:** Igreja de N.ª Sr.ª De la Asunción, ermida, Via Crucis, arquitetura popular, ...
- **Lumbrales:** casco, castro das Merchanas, etc.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Rota de barcos do Douro

## DESCRIÇÃO GERAL

Este percurso segue o caminho tradicional conhecido como da Barca, para se dirigir até ao cais de Vilvestre onde atualmente, no verão, atracam barcos turísticos para passear pelas Arribes e onde se poderá desfrutar de uma zona recreativa aconchegante num refúgio de tranquilidade junto ao Douro transfronteiriço.

Os habitantes das aldeias das arribes souberam contornar, desde os tempos antigos, a barreira imposta pelo Douro utilizando pequenas barcas de madeira para atravessar e trocar mercadorias com os habitantes do outro lado. Este meio de comunicação simples perdurou desde os tempos pré-romanos até há pouco mais de um século, quando se começaram a construir barragens no curso do rio que, permitiram atravessá-lo por terra, diminuindo também a força da corrente.

No século XIII, quando se estabeleceram as fronteiras entre os reinos de Castela e Portugal, a Coroa de Castela concedeu à nobreza e à Igreja o direito de cobrar impostos pela passagem alfandegária de pessoas e mercadorias, o que suscitaria várias disputas sobre o controle destas barcas, bem como estratégias populares para evitar tais pagamentos. Vilvestre teve uma importância histórica no controle destas barcas, sendo das poucas aldeias das arribes que possuem mais do que uma: a do cais que inclui esta rota e a Barca de la Pandera, a montante.

É, portanto, uma rota emblemática no conjunto do território Meseta Ibérica que permite também explorar paisagens impressionantes de vários miradouros e conhecer muitos dos elementos mais característicos deste espaço transfronteiriço, desde a vegetação mediterrânea de figueiras-da-índia, oliveiras e laranjeiras, às culturas em socalcos ou as antigas construções típicas, como cabanas ou lagares de azeite. Tudo a que deve aliar-se também o interessante património oferecido pela localidade de Vilvestre, testemunho do seu passado histórico importante.

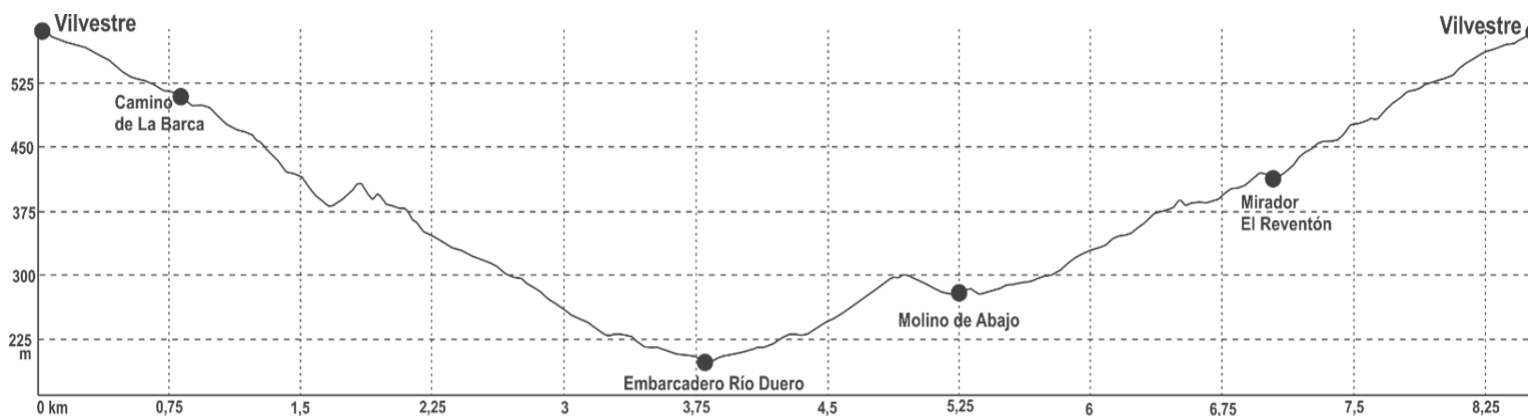


## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Salamanca (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Vilvestre (Salamanca)  
N 41° 06.1467' W 6° 43.3243'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID. C12
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
8,5 km
- **Duração aproximada**  
3 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 199 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 589 m.    SUBIDA ACUMULADA 481 m    DESCIDA ACUMULADA -482 m



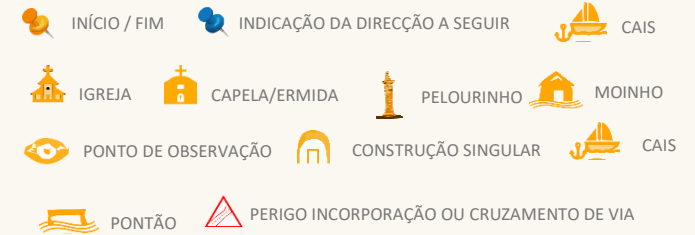
## OBSERVAÇÕES

Esta rota circular com início e fim em Vilvestre segue o PR sinalizado 'Camino de la Barca' embora com um ligeiro ajuste e regresso por outro caminho de alcatrão que permitirá aproximar-se do miradouro chamado 'El Reventón de la Barca' (com painéis interpretativos).

Este percurso, decorre no Parque Natural de Arribes del Duero pelo que devem respeitar-se todas as condições estabelecidas para esta área natural protegida.



## LEGENDA



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Rota de miradouros Paisagens de Las Arribes.
- Clube de Viajantes Arribes, portal de experiências da comarca de El Abadengo (Salamanca).
- Rede de trilhos de fronteira.
- Arquitetura popular e alguns monumentos em: San Felices de los Gallegos (complexo histórico), Sobradillo (Casa do Parque Natural de Arribes del Duero), Ahigal de los Aceiteros, La Redonda, Lumbrales, La Fregeneda ('Caminho de Ferro', antiga linha ferroviária declarada BIC, atualmente recuperada para uso turístico cujo itinerário passa por 20 túneis e 10 viadutos), Saucelle, Freixo de Espada à Cinta, Poiares, Masueco, Adeadávila de la Ribera, Mieza, etc.
- Pozo de los Humos (Masueco e Pereña de la Ribera).
- Zona arqueológica pré-histórica de Siega Verde (Vilar de la Yegua) e Parque Arqueológico de Vale do Côa (Vila Nova de Foz Côa): ambos declarados Património da Humanidade pela UNESCO.

- Território Vetón: Rota dos castros vetones, Lumbrales.
- Festas em Vilvestre: Festas da Virgen del Castillo (maio e setembro), Fiesta de San Sebastián (20 de janeiro), Festas do Touro (agosto) e Feira do Azeite e do Olival (maio).
- Festa do Noveno em San Felices de los Gallegos - 11 de maio. Declarada de interesse turístico regional.
- Feira Internacional do Queijo de Hinojosa de Duero (primeiro fim de semana de maio).
- Feira da amêndoa e produtos artesanais (outubro) e Festas de San Lorenzo (10 de agosto) em Saucelle.

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Rota dos Lobos

## DESCRIÇÃO GERAL

O lobo é uma das espécies emblemáticas da biodiversidade na Alta Sanabria e, claro, da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica, o que faz com que haja muitos pontos de interesse relacionados com esta espécie em todo o território, espanhol e português.

A rota proposta passa por esta sub-região de Sanabria, também conhecida como 'As Portelas' em que a relação ancestral do homem com o lobo, outrora muito mais abundante, deixou a sua marca em elementos ornamentais, construções tradicionais, entre outros. O trajeto proposto permite conhecer precisamente o 'Cortello' dos Lobos de Lubián, onde a rota termina, e passa por Aciberos, entre trilhos e caminhos onde é provável encontrar pegadas e excrementos deste canídeo. A rota proporciona também, em algumas secções, lugares adequados a 'esperas' pelo nascer ou pôr do sol para, se houver sorte, levar para casa a memória dessa imagem enquanto se percorrem as encostas opostas. A espera pode ser recompensada pela passagem de alguma raposa ou o trote de alguns corços, também abundantes na zona.

Nas ruas de Lubián podem-se encontrar diferentes alusões ao lobo, entre elas, o desafio é localizar e fotografar a fonte com três cabeças de lobo, acompanhadas pelo escudo de Lubián e a concha do peregrino. O próprio nome das ruas mostra outra peculiaridade do município, um dos poucos em Zamora que é bilíngue, uma vez que a proximidade com as terras galegas e portuguesas, tornou oficial o uso do dialeto galego-português.

Prova disso é, também, o nome de 'Cortello' dos Lobos para esta armadilha construída sob a forma de recinto circular, que por um lado se encontra ao nível do solo para facilitar a entrada dos lobos, atraído por uma ovelha ou cabra velhas que atuam como isco. A saída já é diferente, dado que a parede foi construída com pedras sem argamassa, rematada com grandes pedras lisas com a saliência virada para o interior. Hoje em dia, é um exemplo do valor da arquitetura popular no património etnográfico da região e da Reserva da Biosfera.

Lubián é também o último município do Caminho Moçárabe-Sanabrês na passagem por Zamora, e o albergue de peregrinos junto ao qual se passa, ao chegar à aldeia confirma-o, exibindo na sua placa também uma alusão ao 'Cortello' dos lobos. Lubián e Aciberos são exemplos da arquitetura popular da zona. Em Aciberos existem vários moinhos de água e fornos de pão datados de entre os séculos XV e

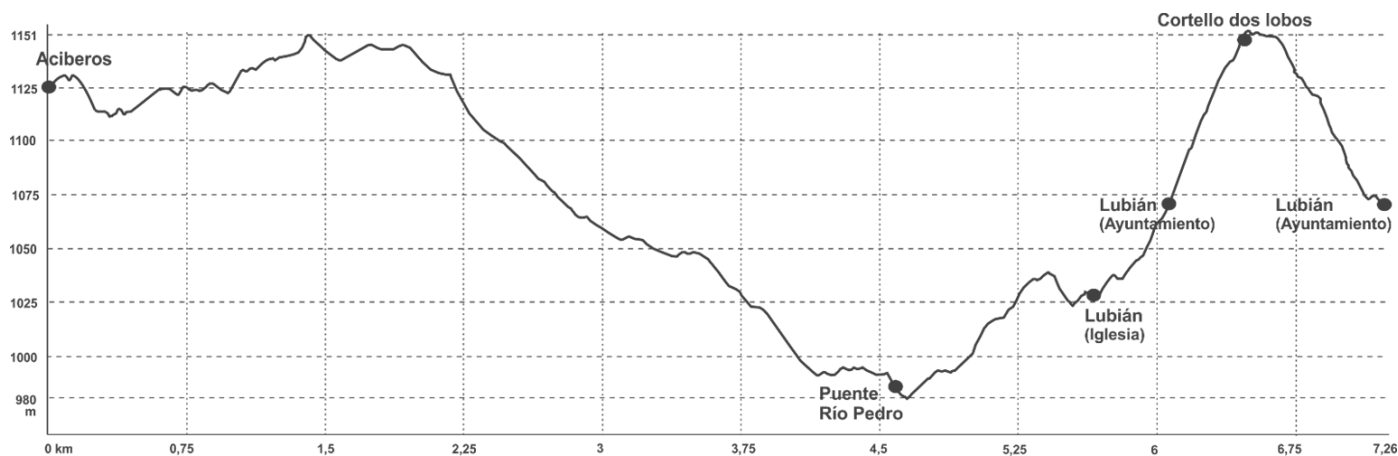


## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Alta Sanabria  
Zamora (Espanha)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Aciberos (Zamora – España)  
N 42° 2,245" W 6° 52,322"
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID. F1
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
7,26 km (Ida)
- **Duração aproximada**  
2,5 h (Ida)
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVACÃO MÍNIMA 980 m ELEVACÃO MÁXIMA 1.151 m. SUBIDA ACUMULADA 273 m DESCIDA ACUMULADA 330 m



## OBSERVAÇÕES

É uma rota linear que se realiza facilmente, percorre zonas de sombra, embora não contínuas, ao longo do trajeto. Pode-se contar com a alternativa de regressar pelo percurso de Lubián a Aciberos, através do trajeto original do Caminho Moçárabe-Sanabrês. É aconselhável o uso de binóculos ou monóculos no caso de realizar esperas para avistamentos.





## LEGENDA

ROTA FAMILIAR (F1)  
Rota dos Lobos



### PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Lubián:** Santuário da Virgem de Tuiza. Romaria de N.ª Sr.ª das Nieves 'La Tuiza' (agosto ou setembro). Castro 'As Muraellas' da Idade do Ferro. Arquitetura popular da localidade. Festival Folk-Rock Nas Portelas (agosto).
- Barjacobo: 'Curro dos lobos'.
- Centro Temático do Lobo-Ibérico de Robledo.
- Rihonor de Castilla, Rio D'Onor, Santa Cruz de los Cuérragos (Conjunto etnográfico), Riomanzanas e Robledo: arquitetura tradicional.
- **Puebla de Sanabria:** Conjunto histórico-artístico. Centro de interpretação das Fortificações. Museu de Gigantes e Cabeçudos. Festas N.ª Sr.ª del Azogue e Festa da Anunciação e Mercado Medieval (15 de agosto). Festa das Vitórias (setembro). Festas N.ª Sr.ª de las Candelas (primeiro domingo de fevereiro).

- **San Martín de Castañeda:** Mosteiro românico de Santa Maria.
- Parque Natural do Lago Sanabria: Casa do parque em Rabanillo-Galende, trilho botânico e rotas do parque.
- Lago de Sanabria: praias e instalações turísticas, passeios de barco... e miradouros para o lago e o desfiladeiro do rio Forcadura na subida em direção à Lagoa dos Peces.
- **Ungilde:** Centro de Interpretação micológica.
- **Otero de Sanabria:** Romaria de N.ª Sr.ª dos Remedios, padroeira de Sanabria (primeiro fim de semana de outubro).

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Rota de Villardeciervos

## DESCRIÇÃO GERAL

A bonita localidade de Villardeciervos, declarada Complexo Histórico-Artístico, tem um grande potencial de atração de visitantes dado que, ao longo dos passeios pelas ruas, se pode contemplar um dos mais belos complexos arquitetónicos rurais destas regiões. Trata-se de um magnífico exemplo de arquitetura rural 'carballela', com mansões de silhares em pedra, grandes portões e varandas com guarda em madeira, herança dos tempos de esplendor económico, associado ao comércio e ao contrabando de produtos com Portugal, ao qual se dedicavam os 'cervatos', como são conhecidos os habitantes desta localidade.

A localização, no sopé da Serra da Culebra oferece um enclave privilegiado para a observação de fauna, especialmente veados, fazendo jus ao nome da localidade, que existem neste ambiente natural, declarada Reserva Regional de Caça, uma grande população com exemplares magníficos desta espécie, tornando-se outra das atrações desta localidade, especialmente no início do outono quando, após as primeiras chuvas, se pode desfrutar da observação destes, ou ouvir os machos durante a brama, a época de cio dos veados, um bonito espetáculo natural.

Mas também, à medida que caminha ao longo da rota proposta ou qualquer outro itinerário pela serra, pode-se surpreender - desde que saibamos aproveitar os momentos do nascer ou do pôr do sol e caminhar silenciosamente - além de alguns veados, corços, javalis, raposas e, com sorte, até lobos (outra das espécies emblemáticas da Serra da Culebra, onde existe a maior população da Europa Ocidental mas, apesar disso, não é fácil a sua observação a não ser que conte com os serviços de profissionais que ofereçam este tipo de atividade na zona).

O que será fácil de observar na rota serão vestígios, pegadas e excrementos desses vertebrados, bem como outros sinais dos seus hábitos, como por exemplo fuçadas e 'banheiras' de javalis. Propomos o desafio de tentar responder a que tipo de atividade animal se devem estes e outros sinais que for encontrando.

Sem se afastar muito da localidade, a rota atravessa alguns dos ecossistemas florestais representativos deste espaço natural, seguindo principalmente pelo meio de áreas de pinhal de repovoamento de pinheiros selvagens e carvalho-negral, além de alguns riachos e zonas de matagal de urze, giestas, carquejas, estevas ou alfazemas que na primavera trarão belas pinceladas de cor a esta verde paisagem florestal.

No verão, a rota pode ser complementada com um banho numa das duas praias fluviais vizinhas na barragem de Valparaíso, onde existem zonas recreativas para desfrutar em família.

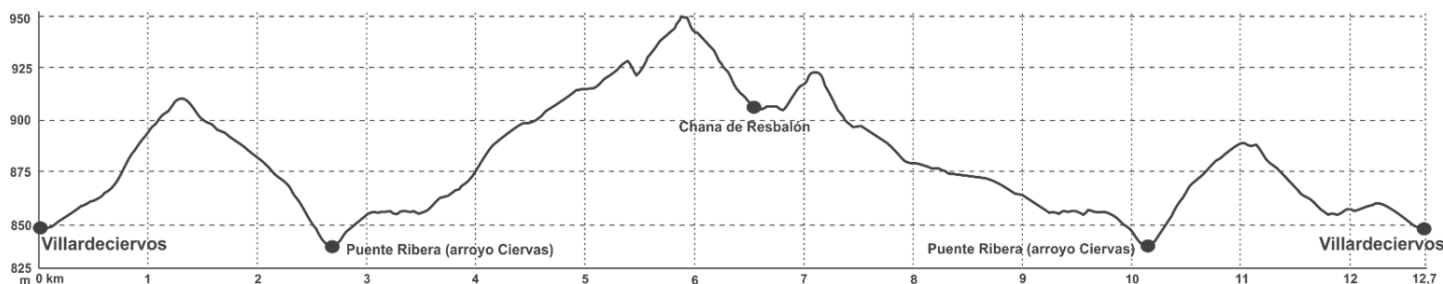


## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Sierra de la Culebra  
Zamora (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Villardeciervos (ZA) Junto escultura  
veado  
N 41° 56.605' W 6° 17.122'''
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID. F2
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
12,7 km
- **Duração aproximada**  
3 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 849 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 944 m.    SUBIDA ACUMULADA 247 m    DESCIDA ACUMULADA 252 m



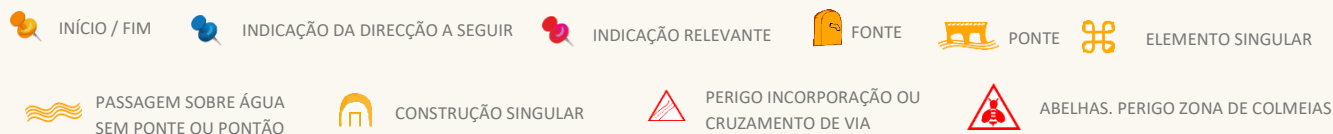
## OBSERVAÇÕES

Esta rota na Serra da Culebra (Reserva Regional de Caça e Lugar de Interesse Comunitário da Rede Natura 2000) é circular, e oferece a possibilidade de se prolongar aproximadamente 4 km, mais ou menos a metade do trajeto, num ponto sinalizado no track a partir do qual se poderá fazer um desvio de ida e volta para atravessar um carvalho interessante e chegar a um corta-fogos onde é fácil observar pegadas de veados, lobos e outros animais. A rota pode ser realizada em qualquer estação do ano, sendo que, cada uma proporcionará diferentes atrações e atividades complementares (brama de veados, micologia, paisagem, zonas de banho...).



## LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



O percurso a amarelo é um percurso complementar de pouco mais de dois quilómetros e duzentos metros de sentido único por uma zona de pinheiros e carvalhos.

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Villardecievros:** declarado BIC (complexo histórico-artístico). Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica. Praia de Cional (com parque infantil e instalações desportivas) e praia dos Molinos (aluguer de barcos a pedais no verão), ambas na barragem de Valparaiso. Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Meseta Ibérica (em projeto).
- Centro de interpretação do lobo-ibérico de Robledo de Sanabria.
- Centro de interpretação de espécies micológicas de Rabanales.
- **San Vitero:** Ermida de Cristo del Campo com festas e Feira do burro (19 de março e segundo sábado de setembro). Igreja, touro pré-romano e miliário na plaza mayor. Feira do Pastor e da Transumância e Feira de Raças Autóctones de Aliste e Trás-os-Montes (setembro).
- **Tabara:** Igreja românica de Santa Maria do século XII (declarada BIC). Centro de Interpretação dos Beatos.
- **Festas de máscaras:** 'La Filandorra' de Ferreras de Arriba (26 de dezembro); 'Los Carochos' de Riofrío de Aliste (1 de janeiro - de Interesse Turístico Regional) e de Villanueva de Valrojo (terça-feira de Carnaval); 'El Tafarrón' de Pozuelo de Tábara (25 e 26 de dezembro); 'Diablos' de Abejera e Sarracín de Aliste (1 de janeiro); 'La Obisparra' de Pobladura de Aliste (15 de agosto); 'El Caballo y el Pajarico' de Villarino Tras la Sierra (26 de dezembro); 'El atenzador' de San Vicente de la Cabeza (11 de agosto).
- Semana Santa em Bercianos de Aliste (procissão de sexta-feira santa declarada BIC).
- Brama dos veados (final de setembro-início de outubro).
- **Alcañices:** Torreão da antiga muralha (Torre do Relógio), Convento de São Francisco, Igreja e Palácio dos Marqueses de Alcañices. Centro de Interpretação de Aliste, Tábara e Alba.
- Arquitetura popular: Rihonor de Castilla, Rio D'Onor, Santa Cruz de los Cuérragos (conjunto etnográfico), Riomanzanas e restantes aldeias nestas comarcas.
- Moveros: olaria tradicional de barro. Festa transfronteiriça da Virgem da Luz (último domingo de abril).
- **Pino del Oro:** ponte de Requejo; itinerário Romano minero-aurífero.
- Museu de olaria tradicional e Arqueologia de Muelas del Pan.



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Fraga dos Três Reinos



## DESCRIÇÃO GERAL

Partindo da aldeia de Moimenta, esta rota permite conhecer, de perto, um dos muitos marcos de pedra que assinalam a fronteira entre Espanha e Portugal mas que, neste caso, o n.º 350, tem um interessante contexto histórico. Este marco, assinala o ponto de convergência dos três reinos medievais de Portugal, Galiza e Leão, e o lugar onde se realizou uma reunião histórica entre os três reis. No ano de 1253, o rei Afonso III de Portugal convocou os outros dois reis para se encontrarem naquela zona de forma a resolver disputas transfronteiriças sobre a propriedade das fontes que nasciam no topo (1025 m) e desciam até Portugal, especialmente por uma fonte que não secava no verão, localizada a 200 m do marco fronteiro, em terreno português, que é por isso, chamada Fonte dos 3 Reis.

Diz a lenda que celebraram com almoço e pronunciaram a frase: «Bebemos da mesma fonte, comemos à mesma mesa, cada um com o rosto em direção ao seu reino». Atualmente, apenas se conservam duas cruzes, as correspondentes a Portugal e Espanha.

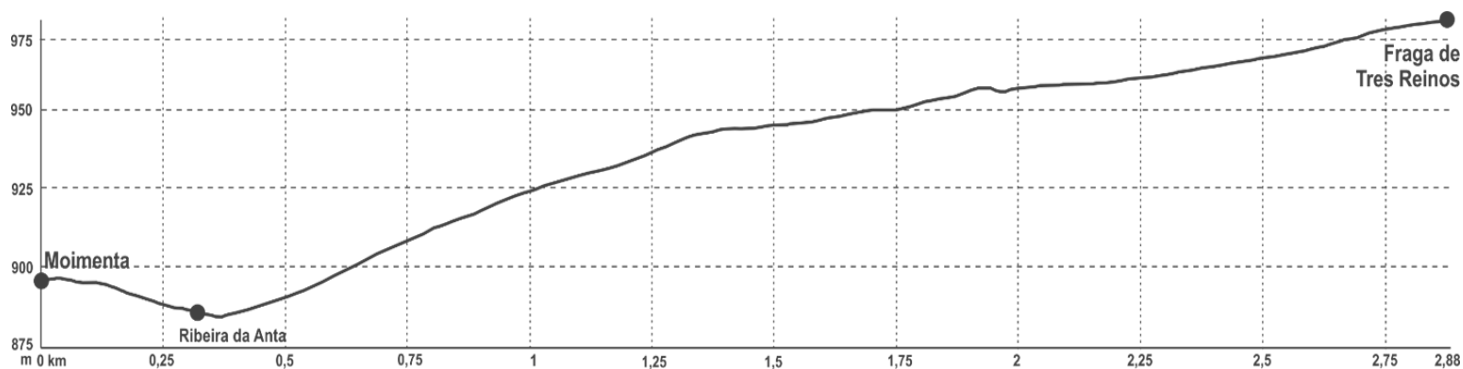
Os reis, concordaram em criar uma área que servisse como um bebedouro comum para os três reinos. De forma a comemorar este acordo. Nas rochas da Fraga dos três reinos esculpiram três cruzes gregas, cada uma como o olhar dirigido para o seu respetivo território.

Tal como acontece ao longo de toda a fronteira, frequentemente conhecida como raia, aqui existiu também uma atividade importante de contrabando de produtos durante os anos em que cruzá-la não era permitido.

É possível complementar a rota com uma visita ao modesto museu do contrabando existente em Moimenta. Para além de visitar a bela aldeia, em cujas ruas e casas se conservam testemunhos interessantes da importância que teve, graças às oportunidades das relações de fronteira, a visita não deve terminar sem a ida ao miradouro para desfrutar das espetaculares vistas sobre o rio Tuela no seu curso pelas terras espanholas, onde nasce, e a sua entrada em Portugal.

**Encontre e visite o Museu do Contrabando na aldeia de Moimenta. Que produtos passavam clandestinamente pela fronteira?**

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 876 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 974 m.    SUBIDA ACUMULADA 16m    DESCIDA ACUMULADA -93 m

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Moimenta – Concelho: Vinhais (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Moimenta  
N 41° 06.1467' W 6° 43.3243'
- **Tipo de Percurso**  
Pedestre ID.F3
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
5,8 km (IDA+VOLTA)
- **Duração aproximada**  
1,5 h (IDA+VOLTA)
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

Rota linear, muito exequível (cerca de seis km de ida e volta) em que se propõe que se inclua um passeio pela aldeia de Moimenta, visitando igualmente o miradouro existente nas proximidades, de onde se podem observar paisagens únicas. A rota atravessa o Parque Natural de Montesinho, pelo que se devem respeitar as restrições estabelecidas para a área protegida no seu plano de ordenamento (POPNM).



## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Moimenta:** Largo do Calvário, Igreja maior, casas nobres e arquitetura tradicional, moinhos, lagares, fontes, forja comunitária, etc Calçada e pontes medievais.
- Miradouro de Moimenta.
- Castro de Cigadonha ou Cigarrosa (confluência da ribeira de Anta com o rio Tuela).
- **Vinhais:** Igrejas, pelourinho, Solares de Corujeira e dos Condes de Vinhais (centro cultural e de exposições), fonte de Cano, jazigo pré-histórico, ruínas romanas e medievais (cidadela amuralhada, castelo).
- Centro de Interpretação do Parque Natural de Montesinho (Casa da Vila-Vinhais).
- Parque Biológico de Vinhais (Alto da Cidadela), que inclui Centros de interpretação de Raças de gado autóctone e Micológico.
- Festa da Castanha - Rural Castanea (fim de outubro), Feira do Fumeiro (fevereiro) e Carnaval 'Diabos à Solta', em Vinhais.
- **Bragança:** Cidadela e Castelo, Domus municipalis, Centro Histórico, Igreja de Santa Maria e Igreja da Sé. Museu Militar, Museu Ibérico da Máscara e do Traje e Rua dos Museus (Museu Abade de Baçal, Centro de Fotografia Georges Dussaud, Centro de Interpretação da Cultura Sefardita, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais), Centro de Ciência Viva e Museu Nacional Ferroviário. Centro Cultural Municipal e Teatro Municipal de Bragança. Festival do Butelo e das Casulas e Carnaval dos Caretos (período de Carnaval). Feira das Cantarinhas - Feira do Artesanato (primeiro fim de semana de maio). Festa da História (fim de semana anterior a 15 de agosto). Bragança, Terra Natal e de Sonhos (todo o mês de dezembro).
- **Rota da Terra Fria Transmontana** - circuito turístico com 11 secções (455 km pelos concelhos de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O passeio pode ser feito a pé, de bicicleta ou de carro. Pino del Oro: ponte de Requejo; itinerário Romano minero-aurífero.
- Museu de olaria tradicional e Arqueologia de Muelas del Pan.

[www.rotaterrafria.com](http://www.rotaterrafria.com)

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



# Pelas margens do rio Angueira

## DESCRIÇÃO GERAL

A rota parte do **P.I.N.T.A. (Parque Ibérico de Natureza, Turismo e Aventura)** de Vimioso e segue pelas margens do rio Angueira entre as aldeias de São Joanico e Serapicos, dois belos exemplos de aldeias tradicionais de pedra. Atravessa o bosque ribeirinho formado por freixos, amieiros, salgueiros e choupos (acompanhados por medronheiros e carvalhos nas partes mais afastadas da água), sendo um bosque muito maduro e em bom estado de conservação, razão pela qual se encontra incluída entre os **espaços da Rede Natura 2000**.

A caminhada pelas ribeiras do Angueira permite compreender o porquê deste tipos de bosques serem também conhecidos como bosques galeria, devido ao facto de a vegetação ripícola formar um verdadeiro túnel à volta do leito de água, formando um dos ecossistemas que albergam uma maior biodiversidade de plantas e animais, da qual também se poderá desfrutar, especialmente da avifauna (chapim-real, chapim-azul, pisco-de-peito-ruivo, tentilhão-comum, guarda-rios-comum, chapim-de-faces-pretas, ou diferentes pica-paus, entre outros) que, com as suas cores e cantos, alegam a caminhada. Para além disso, também é possível encontrar diferentes espécies de mamíferos, anfíbios e répteis, assim como muitos insetos, essenciais para o funcionamento básico de toda a cadeia trófica.

Outro ambiente pelo qual passa a rota, associado a estes fundos de vale e muito característico destas regiões, são os chamados em Trás-os-Montes 'lameiros': terrenos de pasto muito produtivos delimitados por freixos ou muros de pedra, onde pastam ovelhas churras ou vacas mirandesas, que no verão são segados para armazenar erva seca como alimento para o inverno.

A rota pode ser realizada em qualquer época do ano, incluindo no verão dado que a ribeira proporciona sombra ao longo de praticamente todo o trajeto, embora a estação quente seja aquela em que menos se desfrute do ambiente aquático e das pequenas cascatas que abundam ao longo do rio Angueira, constituindo uma das principais atrações da rota. Embora alguns elementos associados à água, também patentes no trajeto, possam ser apreciados durante todo o ano, como o **moinho da Ribeirinha**, a monumental **ponte medieval de S. Joanico**, os pontões sobre o rio ou as zonas de hortas perto das aldeias.

A visita à exposição do P.I.N.T.A., que é também uma das portas de entrada da Rota Terra Fria e integra um centro de atividades lúdico-pedagógicas relacionadas com o Burro Mirandês, fará as delícias de toda a família, que poderá entrar em contato com uma das raças autóctones mais emblemáticas do território Meseta Ibérica, permitindo viver uma experiência diferente e conhecer os valores naturais, culturais e tradicionais da região.

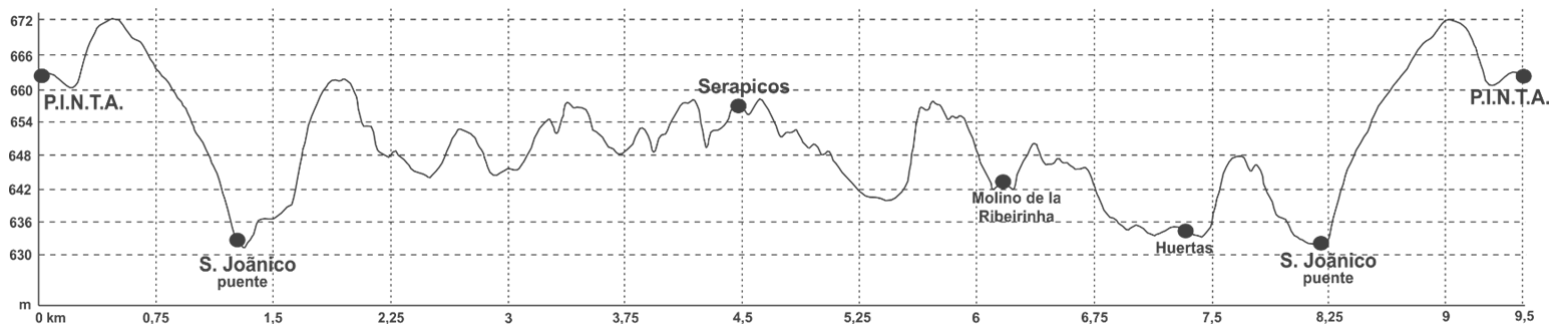


## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Vimioso (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
P.I.N.T.A. Parque Ibérico Natureza, Turismo y Aventura  
N 41° 36.5097 W 6° 28.5922'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F4
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
9,6 km
- **Duração aproximada**  
3 h
- **Nível de dificuldade**  
Muito Baixo



## PERFIL DE ALTIMETRIA



## OBSERVAÇÕES

Esta rota circular segue o percurso com o mesmo nome (**PR1 VMS do município de Vimioso**) perfeitamente sinalizado, mas ao tratar-se de uma rota familiar, propõe-se encurtá-lo tomando a variante de Serapicos (indicada no terreno) para começar a partir daí o regresso a S. Joanico e depois ao P.I.N.T.A., sem chegar à aldeia de Angueira, o que implica uma rota demasiado longa (22,11 km), mas que está igualmente sinalizada e disponível para aqueles que desejem realizá-la. A rota decorre através de um espaço incluído na Rede Natura 2000.



## LEGENDA

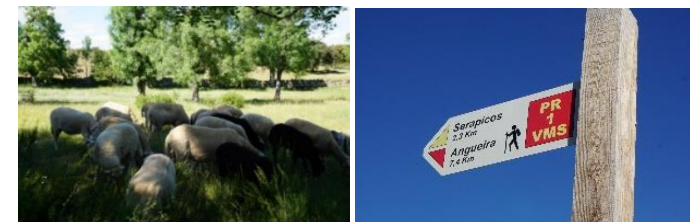
Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



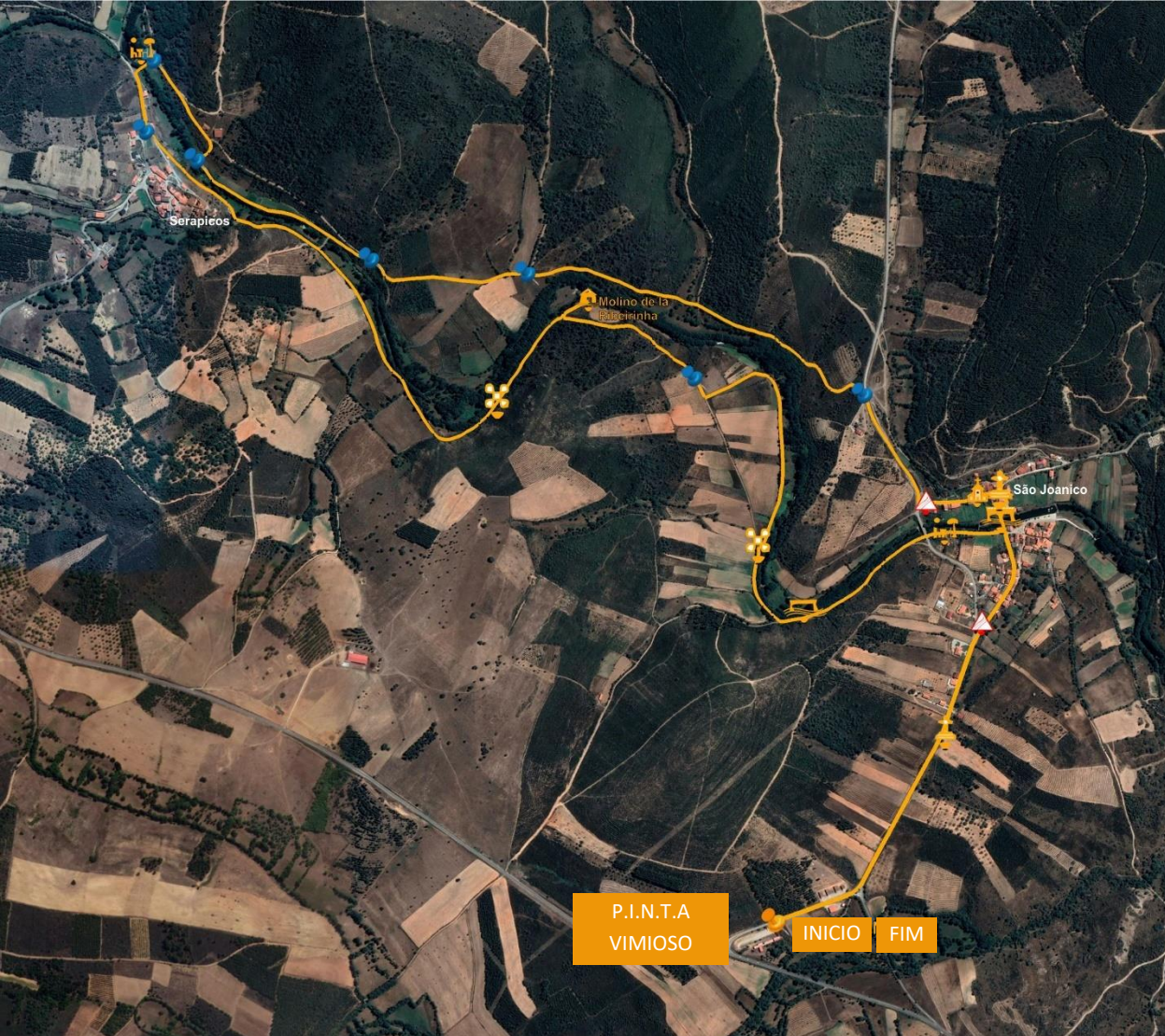
## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Vimioso:** Atalaia, igreja de S. Vicente, pelourinho, fonte, museu etnográfico. Feira de artes, ofícios e sabores (dezembro), Festival da posta mirandesa (dezembro), etc.
- Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica (em projeto) que estará localizado no P.I.N.T.A.
- **Algoso:** Castelo, ponte medieval, igreja e várias capelas, pelourinho, museu etnográfico, pombais, etc.
- **Uva:** arquitetura tradicional, conjunto de pombais, centro de interpretação dos pombais tradicionais.
- **Avelanoso:** Feira da castanha e produtos da terra (novembro).
- **Miranda do Douro:** castelo, muralhas, sé, igrejas, palácios e outro património; miradouros; Museu Terra de Miranda; Ecocentro micológico; Estação Biológica Internacional Duero-Douro, cruzeiro ambiental pelo Douro, etc. Comércio têxtil. Gastronomia e produtos tradicionais. Festival de Sabores mirandeses (fevereiro), Festival Internacional de Pauliteiros (julho), Feira da bola doce mirandesa (abril), etc.
- Lagos do Sabor: atividades recreativas e aquáticas.
- **Alcañices:** Torreão da antiga muralha, Convento de São Francisco, igreja, palácio e C. I. de Aliste, Tábara e Alba.

[www.rotaterrafría.com](http://www.rotaterrafría.com)



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



- **Santulhão:** igrejas e capelas; fontes; Pombais; arquitetura tradicional. Ponte de origem romana sobre o rio Sabor (estrada para Izeda). Festa do Entrudo (carnaval), fevereiro ou março. Festival de música tradicional e celta (agosto) e Festas de São Lázaro (agosto).
- **Outeiro:** Basílica de St.º Cristo do Outeiro e ruínas do Castelo.
- **Argozelo:** Santuário de S. Bartolomeu.
- **Rota da Terra Fria Transmontana** - circuito turístico com 11 secções (455 km pelos municípios de Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso e Vinhais). O trajeto pode ser feito a pé, de bicicleta ou de carro.



# De Pedra em Pedra



## DESCRIÇÃO GERAL

Rota em que as rochas têm um protagonismo especial, fazendo-se sentir no terreno pelo qual o caminhante literalmente pisará 'de pedra em pedra' em algumas das secções em que abundam os afloramentos de granito, típicos da zona mas além disso, haverá oportunidade de descobrir um interessante conjunto de construções tradicionais que vão surgindo ao longo da rota: um número significativo de antigos moinhos, a ponte do Porto e outros, o Batán de la Ramona, casinhas de pastores, 'cortinas' ou cercas de muros de pedra, fontes, casas, ermidas, entre outros. Todos eles magníficos exemplos de como as gentes destas aldeias souberam aproveitar os materiais que tinham à sua disposição na natureza, para levantar diferentes construções praticamente fundidas com a paisagem, que constituem um legado cultural muito interessante conservado até aos dias de hoje, mas em perigo de desaparecimento.

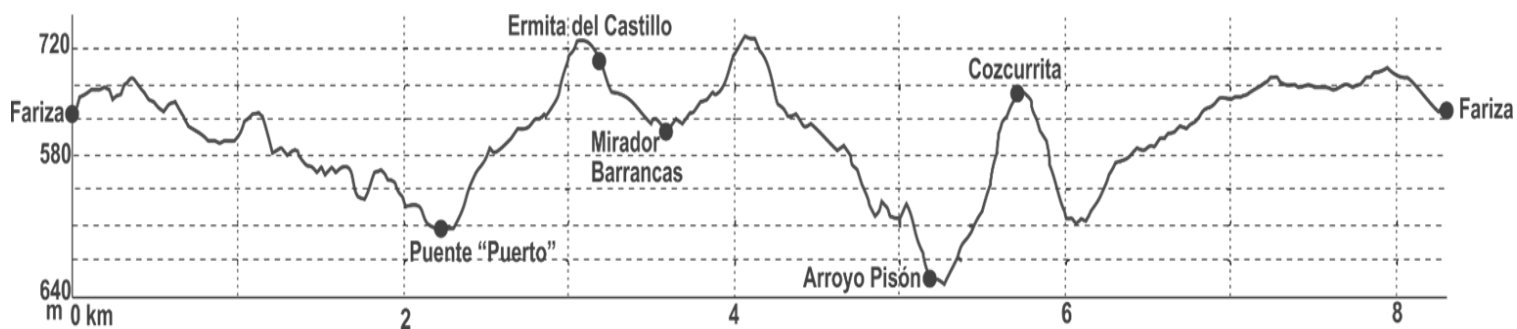
Este património tradicional complementa-se com alguns edifícios históricos de maior envergadura que também é possível ver ao longo da rota, como a Grande Ponte de Fariza, de origem romana, traça medieval e reconstruída no século XVIII; a ermida de nossa senhora do Castillo e a Igreja de Santa María Magdalena, de torre românica, que está localizada na entrada da aldeia de Cozcurrita.

Destaca-se também o interesse natural e paisagístico da rota, que proporciona a oportunidade de conhecer ecossistemas e espécies características da área (amiais e prados nos vales dos riachos Pisón e Mimbres, os zimbros de Cozcurrita, bosques e montados de azinheiras...) bem como paisagens panorâmicas extraordinárias, especialmente do miradouro das Barrancas, um dos melhores pontos para contemplar a paisagem das Arribes del Duero, onde também é possível observar, com facilidade, aves de rapina como o grifo ou a águia real.

Esta rota circular pode ser feita seguindo o percurso fornecido na plataforma e no site, e também através da sinalização existente no terreno nas secções coincidentes com **PR Ruta de los Molinos**, perfeitamente marcados com estacas e marcas a amarelo e branco (saindo da Ponte Grande de Fariza até chegar à **ermida do Castelo** e ao **miradouro das Barrancas** e outro para chegar a Cozcurrita) para, em seguida, regressar a Fariza, aproveitando um pequeno trecho do conhecido **GR14 da Senda del Duero**, com a sinalização correspondente (a vermelho e branco).

Esta rota é considerada como uma das Rotas Educativas da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica, dada a interessante diversidade e concentração de arquitetura em pedra, tão representativa de todo o território, juntamente com o facto de que a rota passa por um ponto interpretativo sobre rochas e o povoamento humano ao longo da história, com alguns painéis e uma reprodução sobre os sinais nas rochas e os respetivos significados, realizados pelos órgãos de gestão do Parque Natural das Arribes del Duero.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVACÃO MÍNIMA 643 m ELEVACÃO MÁXIMA 713 m. SUBIDA ACUMULADA 239m DESCIDA ACUMULADA -232 m

## DETALHES DA ROTA

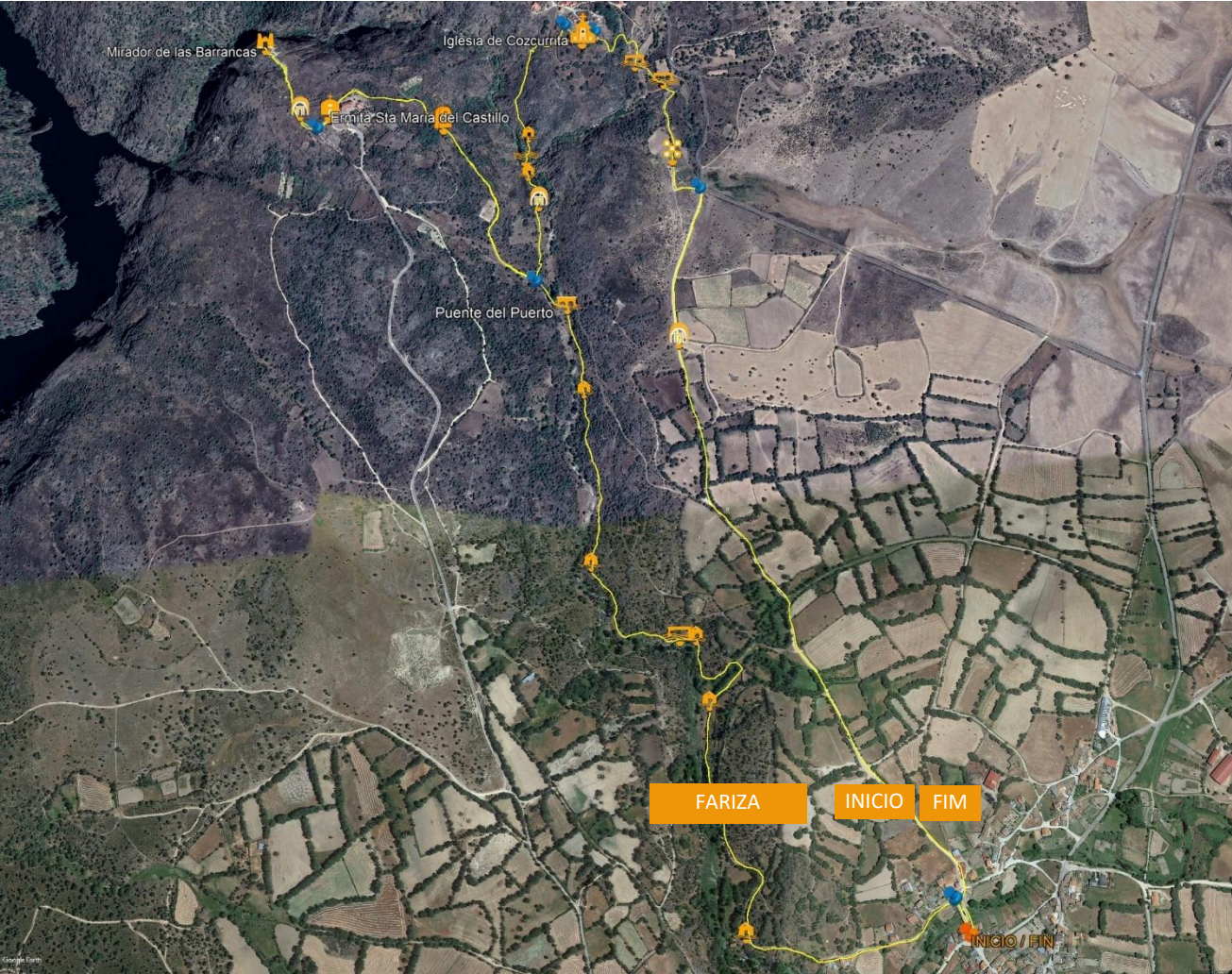
- **Área de localização**  
TM Fariza - Provincia: Zamora (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Ponte Grande de Fariza  
N 41° 25.313' W 6° 16.317'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F5
- **Tipo de circuito**  
Circular/Linear
- **Distância**  
8,2 km
- **Duração aproximada**  
2 h 15min
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES












Trata-se de uma rota circular que inclui um pequeno ramal de ida e volta que permite chegar à Ermida de Santa M<sup>a</sup> del Castillo e o Miradouro 'Las Barrancas'. Este percurso pode ser reduzido não percorrendo este ramal e seguindo diretamente até Cozcurrita, ou optando por um trajeto totalmente linear de Fariza ao Miradouro e regresso. Percorre o **Parque Natural de Arribes del Duero**, pelo que devem ser respeitadas as condições estabelecidas nos planos de ordenamento dos recursos naturais deste espaço protegido.





ROTA FAMILIAR (F5)  
De Pedra em Pedra

LEGENDA

-  INÍCIO / FIM
  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
  MOINHO
  PONTE
-  FONTE
  IGREJA
  PONTÃO
  CAPELA/ERMIDA
  MIRADOURO
-  CONSTRUÇÃO SINGULAR
  PASSAGEM SOBRE ÁGUA SEM PONTE OU PONTÃO



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Fariza:** igreja, cruzeiros, pomares com picotas, queijaria ecológica, etc..
- **Fornillos de Fermoselle:** arquitetura tradicional, sobral de Valduyán; etc.
- **Miranda do Douro:** castelo, fortaleza, sé, igrejas, palácios e outro património; comércio; miradouros; Museu Terra de Miranda; Ecocentro micológico; Estação Biológica Internacional Douro-Douro, cruzeiro ambiental pelo Douro, etc.
- **Fermoselle:** aldeia declarada complexo histórico; muralhas e castelo; património religioso; adegas; miradouros; cruzeiro pelo Douro; Casa do Parque dos Arribes del Duero; etc.
- Festa dos Viriatos ou Pendones: peregrinação popular realizada no primeiro sábado de junho em Fariza (declarada de interesse turístico regional e com grande importância transnacional devido à afluência de aldeias vizinhas, tanto espanholas como portuguesas).



# Albufeira do Azibo



## DESCRIÇÃO GERAL

A Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo trata-se de um enclave aglutinante de uma grande biodiversidade cuja importância, dentro da RBTMI não é tema de qualquer discussão, proporcionando-lhe uma das zonas com maior potencial educativo para a promoção da conservação do meio ambiente de modo que, como complemento desta rota familiar, encontre disponível material didático de apoio à realização de visitas escolares dentro do programa curricular.

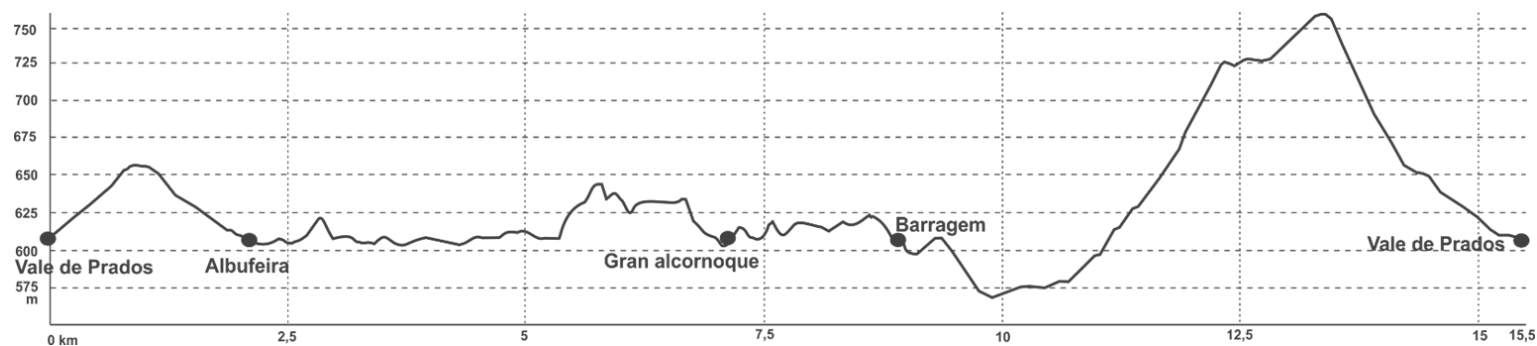
Além da indiscutível riqueza faunística e botânica, a naturalização desta barragem é tal que a paisagem se torna um elemento de lazer com igual ou maior importância do que a prática de observações, especialmente da abundante variedade de aves, de diferentes espécies, presentes na zona.

A rota proposta foge à zona mais turística da Albufeira, a vertente nordeste do seu perímetro, onde se localizam duas das melhores praias fluviais de Portugal.

Enquanto que a vertente sul oferece a possibilidade de realizar atividades de sensibilização utilizando todos os sentidos, especialmente a visão, mas também a audição. Em suma, a Albufeira do Azibo é também um exemplo de como conciliar diferentes formas de turismo e a preservação do meio ambiente, tudo no âmbito da sustentabilidade e do respeito necessário para preservar as condições de vida das espécies que habitam neste território.

Parte do trajeto permite também observar como os usos tradicionais das terras limitrofes por parte dos vizinhos das redondezas, conciliam o seu dia a dia e as suas atividades com a conservação da natureza. É necessário ter em conta que a barragem do Azibo foi construída com o objetivo de aproveitar a água para consumo humano.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 569 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 758 m.    SUBIDA ACUMULADA 452m    DESCIDA ACUMULADA -452 m

## DETALHES DA ROTA

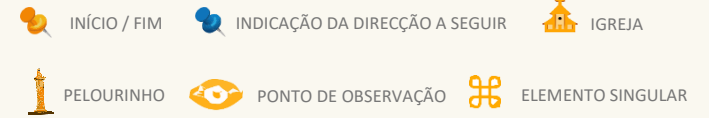
- **Área de localização**  
Concelho: Macedo de Cavaleiros (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Vale de Prados (Igreja)  
N 41° 33.069' W 6° 56.321'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F6
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
15,5 km
- **Duração aproximada**  
5 h
- **Nível de dificuldade**  
Médio



## OBSERVAÇÕES

A rota é circular, de extensão firme e exequível a partir do momento em que se chega à Albufeira até chegar à barragem. Esta primeira parte do percurso tem 9,2 km. O caminho da barragem até Vale de Prados decorre parte uma estrada de trânsito medio, sem berma e com um declive acumulado de 190 m em subida e também em descida, durante 5 km aproximadamente, dos seus 6,2 km. Um veículo de apoio na barragem do Azibo pode tornar mais fácil o regresso a Vale de Prados. Este percurso, decorre ao longo de um espaço protegido, classificado como Paisagem Protegida e integrado na Rede Natura 2000.

## LEGENDA



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Podence:** Casa do Careto. Igreja Matriz. Arquitetura tradicional. Entrudo Chocalheiro e restantes eventos relacionados com os caretos durante as festas de máscaras de inverno.
- Áreas recreativas e cais das praias fluviais nas margens da Albufeira.
- Geossítio da Fraga da Pegada.
- **Santa Combinha:** miradouro, artesanato, estação de biodiversidade St.ª Combinha e respetivos observatórios de aves.
- **Salselas:** Geossítio 'Depressão Salselas' e fornos de telha, museu rural.
- **Macedo de Cavaleiros.**

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota Geológica (Ribeira do Mosteiro)



## DESCRIÇÃO GERAL

Trata-se de uma rota de curta distância, mas intensa, que oferece a possibilidade de praticar caminhadas em família num lugar muito atrativo e de interesse geológico.

Começa no ponto onde se encontram sinalizadas as calçadas de Santa Ana e de Alpajares, calçadas medieval e romana, respetivamente, a partir do qual se inicia a rota Geológica para se dirigir à calçada de Santa Ana e à ponte de pedra sobre a 'Ribeira do Mosteiro'.

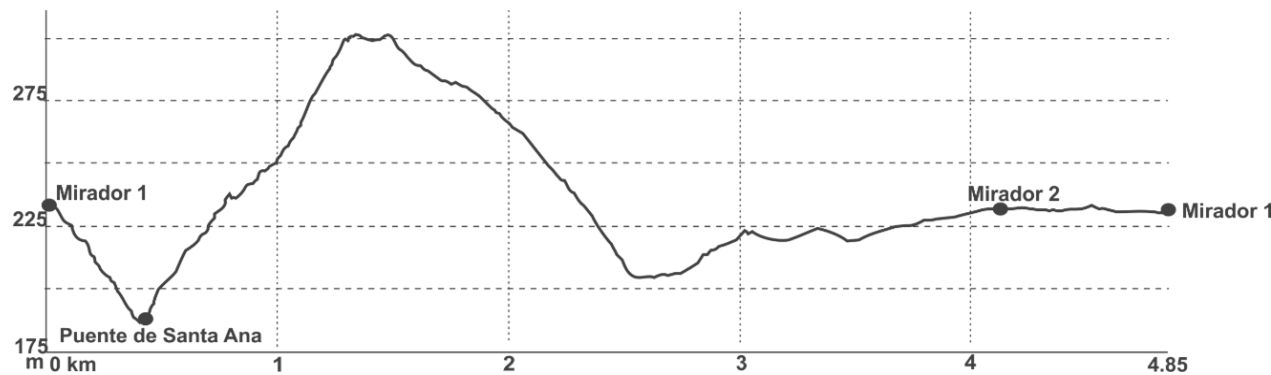
É bem evidente que, neste ponto do vale de Mosteiro, a paisagem encontra-se absolutamente dominada por impressionantes rochedos e sedimentos quartzíticos, que parecem autênticas muralhas defensivas (se realizar a rota da PR1 FEC sinalizada, terá a oportunidade de ver o chamado muro de Abalona). Desde o início da rota poderá observar formações geológicas, interessantes, marcas deixadas pelos movimentos tectónicos da crosta terrestre de há milhões de anos, como falhas, sedimentos e dobras (é possível observar estratos claramente dobrados que formam aquilo que é conhecido como anticlinais e sinclinais).

Depois de atravessar a ponte de Santa Ana começa a subida. À medida que se sobe, as vistas da Ribeira do Mosteiro tornam-se mais atrativas, até que se obtém uma vista panorâmica espetacular da secção superior do vale. Ao mesmo tempo, à medida que se afasta do bosque e da ribeira que contorna as margens do Mosteiro, a vegetação vai ficando mais escassa, dominada por herbáceas e matagal. Mas talvez a flora que torna este percurso mais atrativo sejam os líquenes que colonizam as rochas, tingindo-as de cores amarelas esverdeadas espetaculares, um dos mais abundantes é o *Rhizocarpon geographicalum*.

A rota, numa secção ao início e noutra ao final, coincide com o caminho sinalizado da GR34 que atravessa o Parque Natural Douro Internacional de Norte a Sul.

**1) Tente descobrir pelo menos duas dobras de rochas nas encostas. 2) Vá até às rochas de cor amarela e observe os líquenes de perto. Sabia que o mais abundante se chama 'líquen geográfico' por causa da semelhança com mapas imaginários, mas ilustrados sobre a superfície da rocha?**

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 187 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 301 m.    SUBIDA ACUMULADA 154m    DESCIDA ACUMULADA -160 m

## DETALHES DA ROTA







- **Área de localização**  
Concelho: Freixo de Espada à Cinta (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Ribeira do Mosteiro  
N 41° 03.394' W 6° 54.248'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F7
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
4,8 km
- **Duração aproximada**  
2 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

Rota cujo início se acede a partir da estrada que liga Barca d'Alva a Freixo de Espada à Cinta (N221), fazendo um desvio para Ligares, no ponto em que aparece o sinal da PR1 FEC 'Ribeira do Mosteiro', seguindo paralelamente ao riacho até chegar a um ponto com uma pequena capela branca ao lado da estrada. Uma vez que se trata de uma rota familiar, é fornecido o track de uma rota cómoda na parte final do vale, mas também se pode realizar a rota completa sinalizada como PR1 FEC, com início no mesmo ponto mas continuando em direção à calçada de Alpajares ou então, iniciando-a no próprio ponto de origem do PR1. A rota proposta atravessa um riacho, num ponto em que não existe ponte, atravessa-se sem dificuldade, no entanto deve evitar-se temporadas de chuvas fortes. O percurso atravessa o Parque Natural Douro Internacional e zonas de proteção especial e sítios classificados (ZPE, REN, PTCND022), devendo respeitar-se as condições estabelecidas no POPNDI.

## LEGENDA

-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  MIRADOURO
-  PONTE
-  PASSAGEM SOBRE ÁGUA SEM PONTE OU PONTÃO
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO
-  PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Barca d'Alva e Vega Terrón:** cais, cruzeiros ao longo do rio Douro.
- **La Fregeneda:** 'Caminho de ferro', uma antiga via ferroviária declarada BIC, atualmente recuperada para uso turístico cujo itinerário passa por 20 túneis e 10 viadutos.
- Miradouro e parque de merendas de Penedo Durão, bem como outros miradouros sobre as Arribes del Duero: Colado (Mazouco), Carrascalinho (Fornos), Assumadouro (Poiares) ou a Cruzinha (Lagoaça). Rota de miradouros Paisajes de Las Arribes (Salamanca).
- **Poiares.** Pintura rupestre pré-histórica de Fraga do Gato. Ponte de Alpajares. Rochedo ciclópico de Penedo Durão.
- **Freixo de Espada à Cinta:** complexo monumental com importantes exemplos de estilo manuelino, castelo, igreja barroca do antigo convento de San Felipe Neri, igreja da Misericórdia, pelourinho, Museu da Seda e Museu Casa Junqueiro, etc. Mercado Manuelino celebrado no final de junho.
- Praia fluvial de La Congida: passeios de barco e área de lazer com zona de merendas, zona de banho e outras instalações.
- Parque aquático junto à foz do rio Sabor no Douro.

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

- Barragem de Saucelle e centro turístico de Aldeaduero. Miradouro do salto de Saucelle y de Las Janas (Saucelle-Salamanca).
- Castelo Rodrigo: vila histórica medieval, Miradouro da Marofa, mosteiro de Santa Maria de Aguiar (século XII).
- Clube de Viajantes Arribes, portal de experiências da comarca de El Abadengo (Salamanca).
- Hinojosa de Duero: Feira Internacional do Queijo (primeiro fim de semana de maio).
- Território Vetón: Rota dos castros vetones, Lumbrales (Salamanca).
- Áreas arqueológicas de Siega Verde e Vale do Côa: Património da Humanidade pela UNESCO.



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota dos socalcos



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota atravessa a Freguesia de Escalhão, topónimo que se acredita derivar do latim 'Scalanis' como referência à configuração geográfica do terreno em degraus, devido ao grande declive existente na área, resultante da confluência dos rios Águeda e Douro, que limitam a freguesia a Este e a Norte, respetivamente, formando ambos desfiladeiros de grande profundidade.

Esta orografia acidentada não impediu que a principal atividade na zona fosse a agricultura, mesmo nas suas encostas mais íngremes. Neste município produz-se sobretudo azeite e azeitonas, mas também amêndoas e vinho. A atividade agrícola criou uma das paisagens humanas mais pitorescas e impressionantes da RBTMI: uma paisagem de socalcos sequenciais protegidos por muros de pedra que se estendem ao longo de superfícies incríveis, nas encostas.

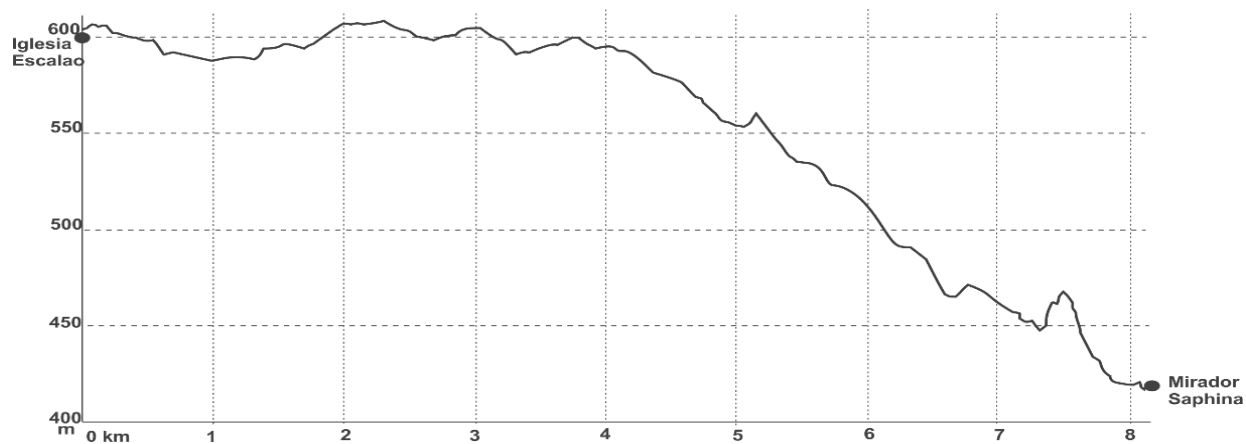
A rota começa na aldeia e percorre inicialmente um caminho também contornado por bonitos muros de pedra, que delimitam as terras de cereal e pastagens (algumas abandonadas que estão atualmente a ser invadida pelo matagal ou repovoada com azinheiras e sobreiros jovens).

Segue depois por uma zona mais de floresta, onde abundam azinheiras, sobreiros e começa o cultivo de olivais (misturados com amendoeiras e vinhas) onde, mais uma vez, as pedras protetoras chamam atenção, neste caso por rodear alguns dos olivais e azinheiras mais longevos, aparecendo murinhos de pedra curiosos, com forma circular e que os visitantes não podem deixar de observar.

Sem dúvida será a chegada à área de socalcos, na parte final do trajeto, o ponto alto do percurso. Terá a oportunidade de passear entre alguns deles e, finalmente, ao chegar ao miradouro da Alto da Sapinha, poderá admirar a paisagem, até onde a vista alcança, em pleno **Parque Natural Douro Internacional**.

***O miradouro da Sapinha é um bom lugar para refletir sobre a origem desta curiosa paisagem: Porque é que a terra foi socalcada e se construíram muros entre um degrau e o seguinte? Que propósito têm estes murinhos circulares à volta de algumas árvores, observados no percurso?***

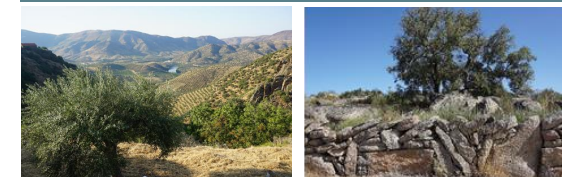
## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVACÃO MÍNIMA 412 m ELEVACÃO MÁXIMA 608 m. SUBIDA ACUMULADA 82m DESCIDA ACUMULADA -258 m

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Concelho: Figueira de Castelo Rodrigo (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Escalhão (Igreja maior)  
N 40° 56.946' W 6° 55.551'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F8
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
8 km
- **Duração aproximada**  
2,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

Rota linear entre Escalhão e o Miradouro Alto da Sapinha. Devemos ter muito cuidado no final da rota numa pequena secção, na qual se caminha entre socalcos e ao chegar ao miradouro, uma vez que esta se encontra junto à estrada E.N.221. Este percurso é ciclável embora seja necessário levar a bicicleta à mão no ponto final onde a rota segue, entre socalcos e o acesso à estrada. Pode realizar-se durante todo o ano. Recomenda-se na primavera, quando se poderá desfrutar da paisagem das amendoeiras em flor, e no outono, das cores incríveis das vinhas. No verão os visitantes devem proteger-se do sol dado que uma parte do trajeto tem poucas sombras. Esta rota percorre o **Parque Natural Douro Internacional**, e zonas protegidas e sítios classificados (PTCCND022), pelo que devem ser respeitadas as condições estabelecidas no Plano de Ordenamento deste espaço (POPNDI).





## LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

-  INDICAÇÃO DA DIRECÇÃO A SEGUIR
-  IGREJA
-  MIRADOURO
-  PONTO DE OBSERVAÇÃO
-  PERIGO INCORPORAÇÃO OU CRUZAMENTO DE VIA

## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Escalhão:** Igreja principal (fachada, torre do relógio e pinturas murais na sacristia) e outro património arquitetónico. Artesanato (carpintaria, estanho, tecelagem de lã, rendas...) e gastronomia e doces típicos.
- Ponte romana a Norte da freguesia, sobre a ribeira de Aguiar (declarado Monumento Nacional).
- **Barca d'Alva:** vila e cruzeiros ao longo do rio Douro. Paisagem de vinhas em socalcos de encosta (Alto Douro Vinhateiro, paisagem cultural declarada Património da Humanidade pela UNESCO).
- La Fregeneda: 'Caminho de ferro', uma antiga via ferroviária declarada BIC, atualmente recuperada para uso turístico cujo itinerário passa por 20 túneis e 10 viadutos.
- **Castelo Rodrigo:** vila histórica medieval, Miradouro da Marofa, mosteiro de Santa Maria de Aguiar (século XII).
- **Vale do Côa:** Parque arqueológico. Declarado Património da Humanidade pela UNESCO.
- **Freixo de Espada à Cinta:** complexo monumental com importantes exemplos de estilo manuelino, castelo, Museu da Seda, etc. Mercado Manuelino realizado no final de junho.

- Praia fluvial de La Congida: passeios de barco e área de lazer com zona de merendas, zona de banho e outras instalações. Parque aquático Aqualike, junto à foz do rio Sabor no Douro.
- Barragem de Saucelle e centro turístico de Aldeaduero. Miradouro do salto de Saucelle y de Las Janas (Saucelle-Salamanca).
- Clube de Viajantes Arribes, portal de experiências da comarca de El Abadengo (Salamanca).
- **Hinojosa de Duero:** Feira Internacional do Queijo (primeiro fim de semana de maio).
- Território Vetón: Rota dos castros vetones, Lumbrales (Salamanca).
- Rota de miradouros Paisagens das Arribes (Salamanca).



TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Campos, montados e castelos de fronteira



## DESCRIÇÃO GERAL

Esta rota permite descobrir alguns antigos castelos de fronteira. Abundantes nesta zona, são o testemunho de inúmeras batalhas em diferentes momentos ao longo da história: as **fortalezas de San Felices de los Gallegos e de Sobradillo**, são bons exemplos de enclaves defensivos de um território outrora em disputa, mas hoje unidos, prova disso é, a Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica.

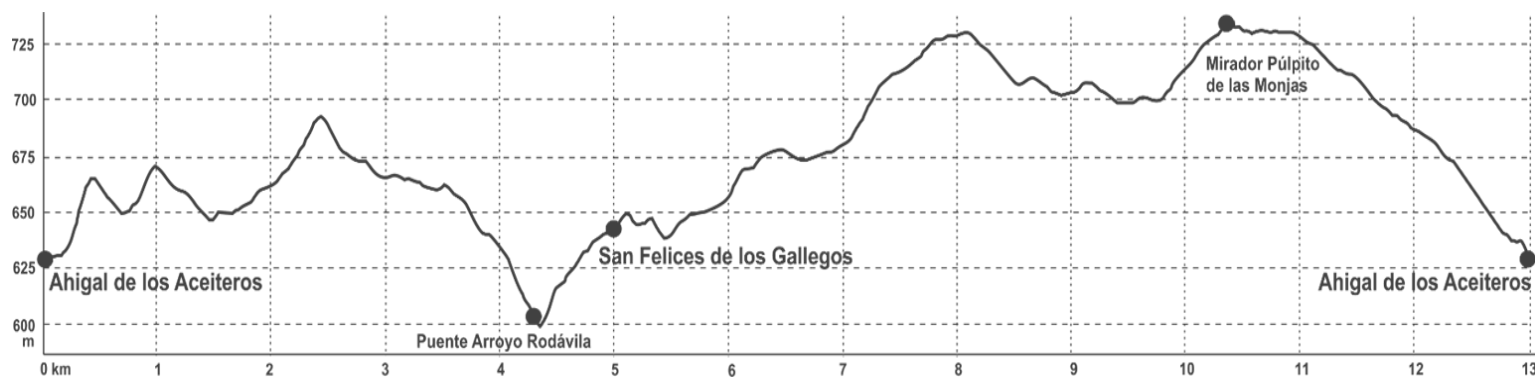
A rota parte de Ahigal de los Aceiteros que, como o próprio nome indica, é terra de oliveiras e azeite. Embora mais abundante noutros tempos, está a recuperar-se esta atividade, sendo que a rota passa precisamente pelo lagar ecológico que funciona atualmente na aldeia, e percorrendo também um troço do **PR sinalizado 'Sendero del Aceite'** em direção a San Felices de los Gallegos (onde será possível visitar o museu do azeite 'El Lagar del mudo').

San Felices de los Gallegos merece uma visita tranquila para descobrir o seu interessante património: o castelo, torre de menagem e fortaleza (onde se encontra também o Centro de Interpretação da Rota das Fortalezas de fronteira), bem como muitos outros vestígios do seu importante passado, que farão as delícias de toda a família.

De San Felices a rota volta ao ponto de origem, percorrendo caminhos entre campos de cereais e pastos de gado, onde é possível observar diferentes elementos singulares associados a usos agropecuários tradicionais, tais como: o moinho de Santa Ana, vários tanques, charcos e bebedouros para o gado, cabanas de pastores, pomares com picotas e um velho forno de pão em Ahigal de los Aceiteros, entre outros. **Propomos o desafio de encontrar e fotografar o maior número possível desses elementos ao longo do percurso.**

Esta rota pode complementar-se com outro percurso que nos leva a Sobradillo. Recomenda-se a visita a esta aldeia cuja fortaleza, o Torreão, neste caso, abriga atualmente a **Casa do Parque Natural de Arribes del Duero**, com uma exposição interessante sobre os valores naturais e patrimoniais que englobam o espaço natural nesta parte de Salamanca.

## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 602 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 739 m.    SUBIDA ACUMULADA 290m    DESCIDA ACUMULADA -292 m

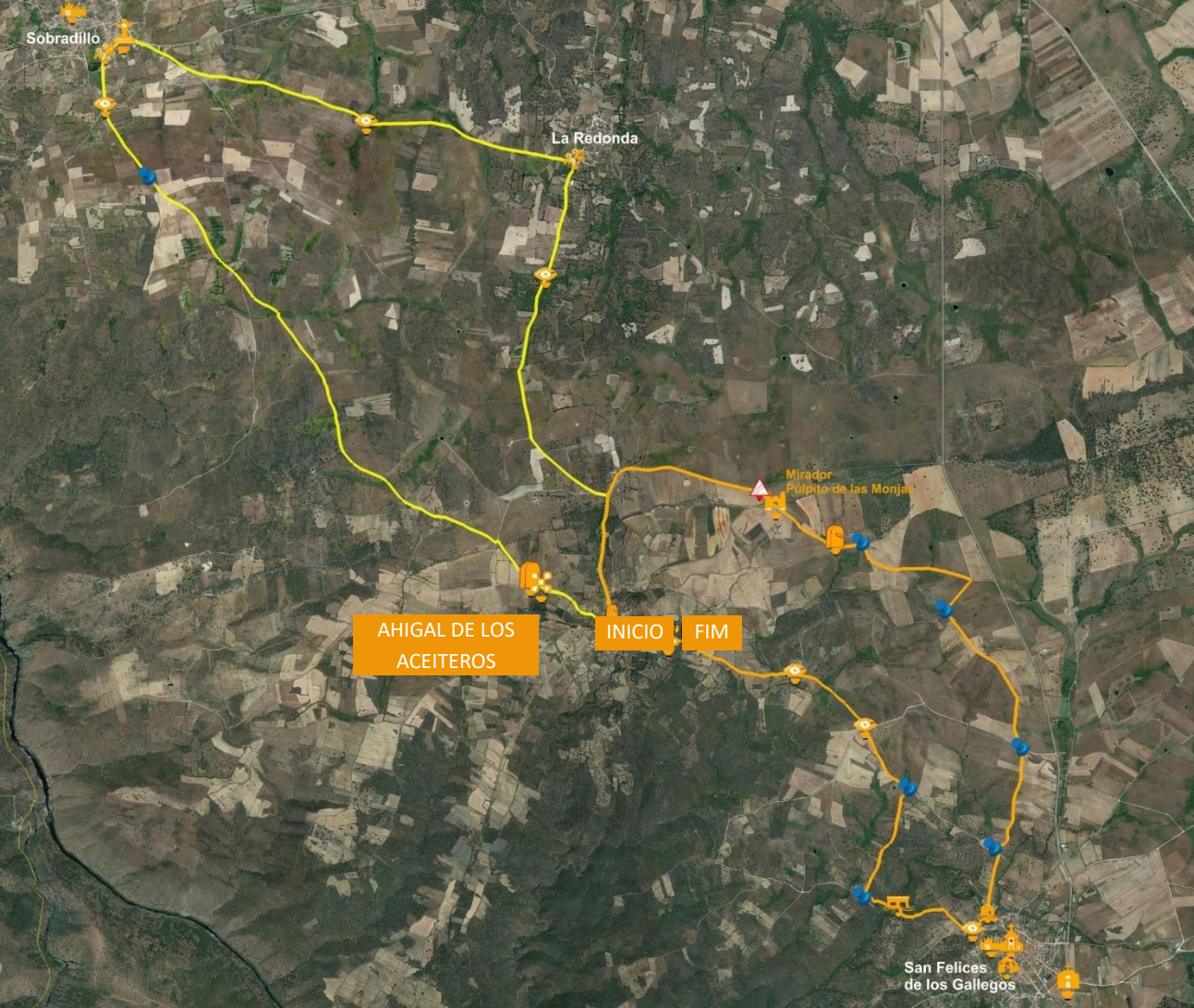
## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Parque Natural Arribes del Duero  
Salamanca (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Ahigal de los Aceiteros (SA)  
N 40° 52.414' W 6° 44.879'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F9
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
13 km
- **Duração aproximada**  
3,5 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



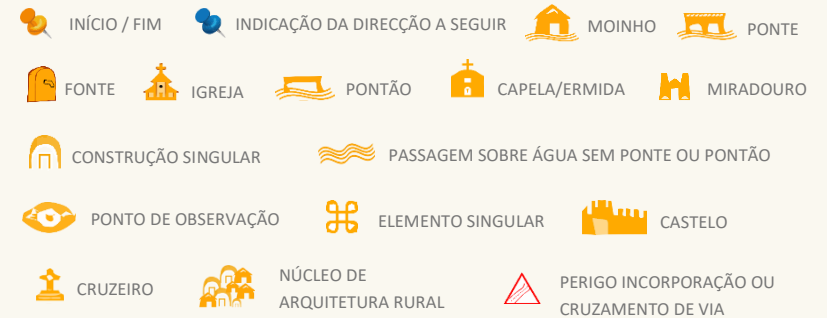
## OBSERVAÇÕES

É uma rota circular de 13 km, que tem a opção de se poder alongar para aqueles que queiram um plano mais completo (até 27,8 km numa rota em forma de 8, com centro no mesmo ponto de partida e chegada, Ahigal de los Aceiteros) podendo, desta forma, complementar a visita a Sobradillo e La Redonda, além de San Felices de los Gallegos. Se a rota for realizada no verão é especialmente importante prevenir-se a nível de proteção solar e de água.  
Este percurso atravessa o **Parque Natural de Arribes del Duero**, pelo que devem ser respeitadas as condições estabelecidas no plano de ordenamento dos recursos naturais deste espaço protegido.



## LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Rota de miradouros Paisagens das Arribes (Salamanca).
- Clube de Viajantes Arribes, portal de experiências da comarca de El Abadengo (Salamanca)
- Cruzeiros no Douro: cais em Vega Terrón e Barca d'Alva.
- Festa do Noveno em San Felices de los Gallegos- 11 de maio. Declarada de interesse turístico regional.
- Feira Internacional do Queijo de Hinojosa del Duero (primeiro fim de semana de maio).
- Feira da Amêndoa e produtos artesanais (outubro) e Festas de San Lorenzo (10 de agosto) em Saucelle.
- Praia fluvial de La Congida: passeios de barco e área de lazer com zona de merendas, zona de banhos e outras instalações.
- Zona arqueológica pré-histórica de Siega Verde (Vilar de la Yegua) e Parque Arqueológico de Vale do Côa (Vila Nova de Foz Côa): ambos declarados Património da Humanidade pela UNESCO.

- **San Felices de los Gallegos** (Complexo histórico): Castelo, torre de Menagem e fortaleza, Centro de Interpretação da Rota das Fortalezas de fronteira, Igreja N.ª Sr.ª Entre dos Álamos, Ermida del Cordero e outras, Torre dos sinos, Arco do Porto, Museu do azeite 'El Lagar del mudo', ponte dos franceses, Parque Multiaventura, etc.
- **Sobradillo**: torreão, cruzeiros, Casa do Parque Natural de Arribes del Duero, igreja, ermidas, cruzeiros, etc. Miradouro do Molinillo, Rota Senderos de leyenda.
- **Ahigal dos Aceiteros**: forno tradicional, prensa ecológica, igreja, ermida de Humilladero, PR Sendero del Aceite, etc.
- **La Redonda** (Igreja de N.ª Sr.ª De la Asunción, ermida, Via Crucis, arquitetura popular,...)
- Lumbrales (casco, castro das Merchanas). Território dos Vetones: Rota dos castros vetones.
- Rede de trilhos de fronteira
- **La Fregeneda**: 'Caminho de ferro', uma antiga via ferroviária declarada BIC, atualmente recuperada para uso turístico cujo itinerário passa por 20 túneis e 10 viadutos.
- **Castelo Rodrigo**: vila histórica medieval, Miradouro da Marofa, mosteiro de Santa Maria de Aguiar (século XII).

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota das Cerejeiras da Terra Quente



## DESCRIÇÃO GERAL

O Concelho de Alfândega da Fé surpreende muita gente pelo seu dinamismo na promoção dos recursos culturais e tradicionais e também dos seus produtos agroflorestais, favorecidos pela climatologia e pela terra fértil.

Entre toda a produção, uma das marcas do município são as cerejas. Não é em vão, que nas décadas de 50 e 60 as suas culturas na zona chegaram a tornar-se nas 'maiores extensões de cerejeiras da Europa'. Embora diferentes fatores tenham originado a redução da sua presença e produção, ainda se conservam algumas das cooperativas criadas naquela altura e outras impulsionam a promoção de um produto que compete com os de outras regiões, dada a sua qualidade.

A rota proposta começa no Parque Verde de Alfândega, especificamente do 'Portal dos Cerejais', escultura da rota de arte urbana que se pode seguir pela localidade. O percurso conduz rapidamente do parque aos arredores, em direção à Albufeira da Estevinha. Os campos de cerejeiras surgirão rapidamente a toda a volta, durante todo o caminho até à albufeira. Para além das cerejeiras é possível ver amendoeiras e oliveiras, culturas promovidas por projetos europeus de desenvolvimento rural.

As principais variedades de cerejas da Alfândega da Fé são: Burlat, sunburst, van e summit. Em março e abril a floração das cerejeiras permitirá desfrutar de uma paisagem de grande beleza, comparável à do Vale do Jerte em Espanha, ou do Fundão (Beira Baixa) e Resende (Viseu) em Portugal. No mês de maio, por vezes até junho, é possível ver os trabalhos da apanha de cerejas, que salpicam de vermelho intenso os campos do concelho.

É nesta altura que, em Alfândega, se celebra com três dias de festa, o amadurecimento dos seus frutos de excelência com uma feira já com mais de 30 anos de história, de renome internacional e com uma grande participação popular. No outono uma visita à zona permite ver como as folhas das cerejeiras tingem de ocre e avermelhado a paisagem, proporcionando outra visão e perspetiva igualmente interessante e única.

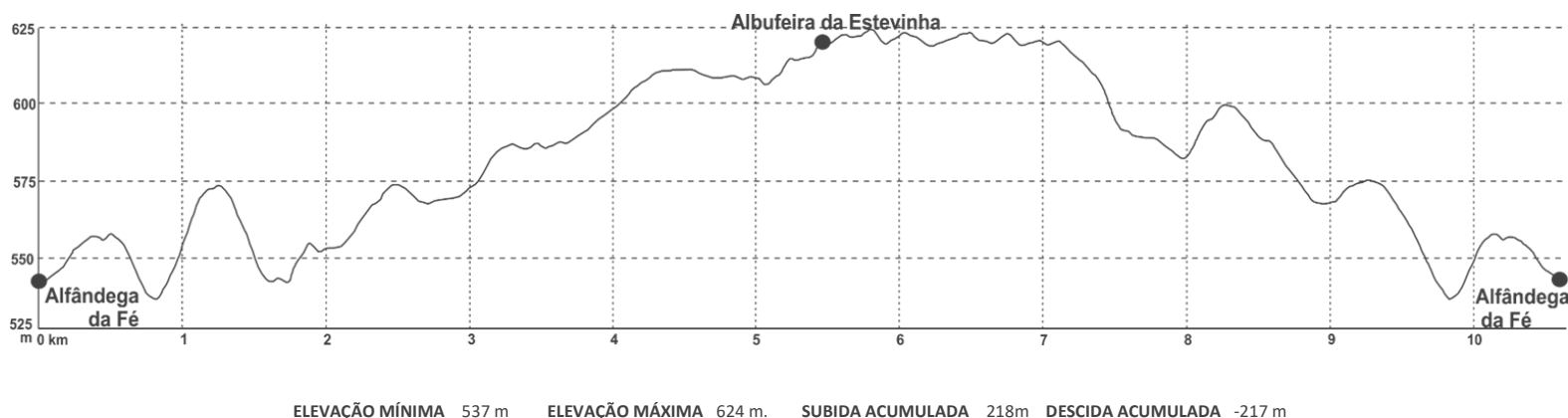
Sem dúvida, outra atração da rota é o trajeto pela albufeira que permite descobrir locais onde descansar nas margens da água e desfrutar da evasiva companhia de aves aquáticas, como mergulhões-de-pescoço-castanho, ou de aves de sistema terrestre entre as manchas de pinhal que a rodeiam.

## DETALHES DA ROTA

- **Área de localização**  
Alfândega da Fé (Portugal)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Alfândega da Fé  
(Concelho Alfândega da Fé)  
N 41° 20.3280' W 6° 57.3870'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID.F10
- **Tipo de circuito**  
Circular
- **Distância**  
10,6 km
- **Duração aproximada**  
3 h
- **Nível de dificuldade**  
Muito Baixo



## PERFIL DE ALTIMETRIA



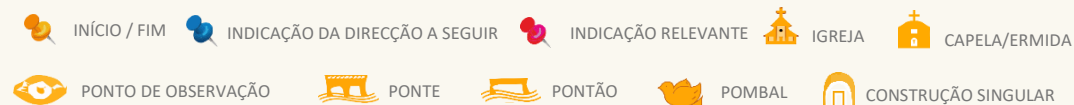
## OBSERVAÇÕES

Rota de um nível de dificuldade muito fácil de realizar, asfaltada na maior parte do percurso, no entanto, à volta da albufeira o caminho é de terra batida, mas em bom estado, apenas um pouco deteriorado numa secção de cerca de 10 m.

O percurso não está sinalizado e há um grande número de caminhos entrelaçados que podem levar ao desvio do objetivo, guiar-se pela informação disponibilizada na plataforma. Não existem pontos de água potável ao longo de todo o percurso, o que deve ser tido em conta especialmente no verão.

## LEGENDA

Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Alfândega da Fé:** Itinerários da história e de arte pública. Igreja Matriz, Capela da Casa dos Ferreira, Largo de Castelo, Igreja da Misericórdia, Torre do Relógio, Lagar d'El Rei, Solar do Visconde de Valpereiro, Capela de San Sebastian, Casa Malfaia, Casa do Adro, Casa Grande, Casa do Tribunal, Câmara Municipal. Festa das Cerejas, Festival Sete Sóis Sete Luas, Festival de Teatro Alfândega da Fé, Festival de Artes de Vanguarda- PAN.
- **Santa Comba da Vilariza:** Centro de Interpretação da Reserva da Biosfera Meseta Ibérica (em projeto).
- Serra de Bornes e localidades próximas: Gebelim, Soeima, Bornes...
- Área protegida da Albufeira do Azibo e localidades próximas como Podence e Macedo de Cavaleiros.
- Caretos de Podence e outras festas de máscaras de inverno: Chocaleiro de Vale do Porco (25 de dezembro e 1 de janeiro) e Chocaleiro de Bemposta (26 de dezembro e 1 de janeiro). Festa dos 'Velhos' de Bruçó (25 de dezembro). Encontro de Máscaras de Mogadouro (fim de dezembro).
- **Vila Flor:** Igreja Matriz, Fonte Romana, Rua Nova, Solar dos Aguilares (Museu Municipal) e outras casas brasonadas, Arco de D. Dinís, Paço dos Lemos, Iglesia da Misericórdia e várias capelas.
- Miradouro de Nossa Senhora da Assunção em Vilas Boas.
- **Mogadouro:** Castelo, Torre do relógio, Pelourinho, Sala Arqueológica, Igreja Principal e Igreja de São Francisco, etc. Feira de Gorazes (fim de semana de 15 de outubro), Feira de 'Amendoeirás em flor' (nos fins de semana de março) e a Feira dois Cogumelos (segundo fim de semana de novembro).
- **Mirandela:** Museu da azeitona e do Azeite, Ponte sobre o Rio Tua, Zona Antiga de Mirandela, Paço dos Távoras, Igreja da Misericórdia, Parque do Império, Museu Municipal Armindo Teixeira e outros, Miradouros cénicos, Praias fluviais. Festas de N.ª Sr.ª do Amparo (dia 25 de julho, dia de Santiago- primeiro domingo de agosto), Festival Nacional de Folclore, Feira da 'Alheira', Festival de Sabores do Azeite Novo.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):





# Rota das Oliveiras - Trilho de Vale de Lobo



## DESCRIÇÃO GERAL

A rota começa na localidade de Vale de Lobo, mais concretamente no antigo edifício do Lagar de Azeite Comunitário. Durante anos, o anónimo e solidário engenho tradicional permitiu que uma engenharia rudimentar demonstrasse a sua eficiência mantendo a economia local através da obtenção do precioso azeite a partir das azeitonas da zona. Hoje, reabilitado por fora, nem tanto por dentro, não se encontra aberto ao público, mas pode ser visitado, basta pedir, graças à gentileza da gente daquele lugar que possui a chave ou pedindo-a na casa rural 'Vale de Lobo', da localidade. Existe um projeto para criar, no futuro, neste lugar, um espaço museológico relacionado com a história e produção de azeite, que fará parte do Museu da Oliveira e do Azeite, existente em Mirandela.

A partir daqui o caminho marcado levar-o a conhecer a igreja matriz de Vale de Lobo, junto à qual, as oliveiras fazem vão acompanhá-lo, a partir desse momento, durante todo o trajeto.

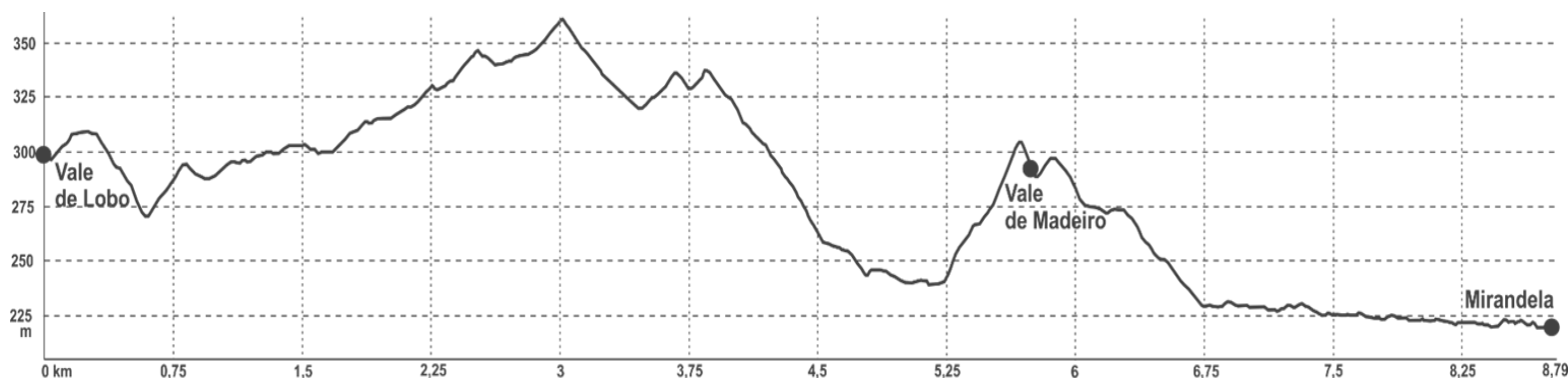
Atravessando várias zonas de sobral abundante, as oliveiras misturam-se com eles ou dominam completamente a paisagem, dando forma e cor às paisagens panorâmicas dependendo da época do ano.

O trajeto é realizável em qualquer estação, mas especialmente recomendável na primavera ou outono, para poder desfrutar da floração ou frutificação, respetivamente.

Entre as grandes extensões de oliveiras 'jovens', ao longo da rota é possível localizar algumas quintas com exemplares, que surpreendem com as formas caprichosas dos seus velhos troncos. Recorde-se que as oliveiras atingem a maturidade e a sua produtividade máxima entre os 35 e os 150 anos. A partir dos 150 anos começam a envelhecer, mas é possível manter uma produtividade considerável durante séculos e até milénios, em alguns casos.

O percurso leva-o até à localidade de Vale de Madeiro, onde se encontra operacional um lagar moderno que produz a marca 'Magna Olea', exemplo do grande aproveitamento que hoje em dia se faz destes cultivos. Ao chegar a Mirandela recomendamos que não deixe de visitar o Museu da Oliveira e do Azeite para completar o dia.

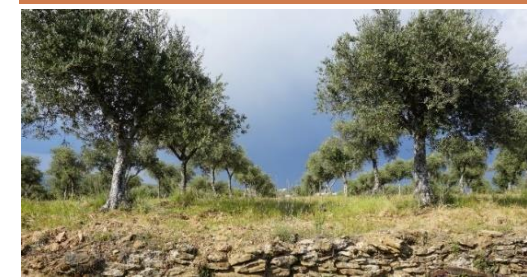
## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 219 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 361 m    SUBIDA ACUMULADA 258m    DESCIDA ACUMULADA -337 m

## DETALHES DA ROTA

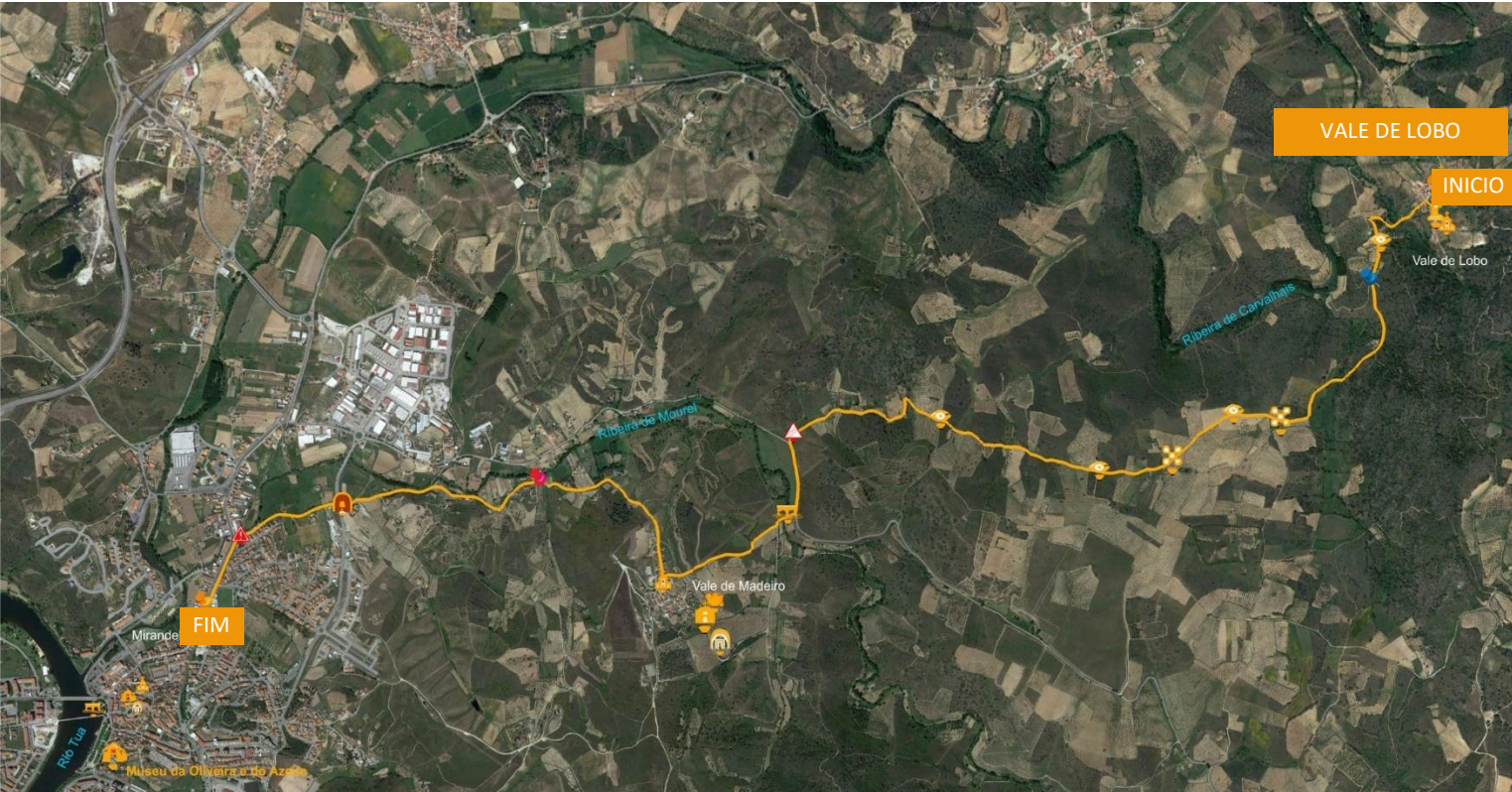
- **Área de localização**  
Concelho: Mirandela (PT)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Vale de Lobo (Concelho de Mirandela)  
N 41° 30.2893' W 7° 6.2366'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID. F11
- **Tipo de circuito**  
Linear
- **Distância**  
8,8 km
- **Duração aproximada**  
3 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

A rota decorre por território do Parque Natural Regional de Vale do Tua. O itinerário coincide na totalidade com o Trilho de Vale de Lobo (PR2 MDL) até chegar a Mirandela. O trilho encontra-se perfeitamente sinalizado e basta seguir as indicações no terreno. CUIDADO: Recomenda-se respeitar a distância às quintas e aos cães nos arredores de Mirandela, já perto da zona industrial, no final do trajeto.





## LEGENDA



Aviso geral de segurança disponível no fim do Manual.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA  
SECÇÃO ROTAS (Formato KML):



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- **Mirandela:** Museu da azeitona e do Azeite, Ponte sobre o Rio Tua, Zona Antiga de Mirandela, Paço dos Távoras, Igreja da Misericórdia, Parque do Império, Museu Municipal Armindo Teixeira e outros, Miradouros cénicos, Praias fluviais. Festas de N.ª Sr.ª do Amparo (dia 25 de julho, dia de Santiago- primeiro domingo de agosto), Festival Nacional de Folclore, Feira da 'Alheira', Festival de Sabores do Azeite Novo.
- **Romeu:** Arquitetura tradicional trasmontana, Museu das curiosidades.
- **Torre de Dona Chama:** Ponte de pedra sobre o rio Tuela. Pelourinho, berrão, igreja matriz. Festa de Santo Estêvão (25-26 de dezembro).
- **Vila Flor:** Igreja Matriz, Fonte Romana, Rua Nova, Solar dos Aguilares (Museu Municipal) e outras casas brasonadas, Arco de D. Dinis, Paço dos Lemos, Iglesia da Misericórdia e várias capelas.
- Miradouro de Nossa Senhora da Assunção em Vilas Boas.
- Festa dos Reis - Festa dos rapazes em Vale de Sagueiro. Festa de Santo Estêvão em Abreiro (26 de dezembro).
- Área protegida da Albufeira do Azibo e localidades próximas como Podence e Macedo de Cavaleiros.
- Caretos de Podence: Entrudo chocalheiro e outros eventos de Carnaval.
- **Alfândega da Fé:** Itinerários da história e de arte pública. Igreja Matriz, Capela da Casa dos Ferreira, Largo de Castelo, Igreja da Misericórdia, Torre do Relógio, Lagar d'El Rei, Solar do Visconde de Valpereiro, Capela de San Sebastian, Casa Malfaia, Casa do Adro, Casa Grande, Casa do Tribunal, Câmara Municipal. Festa das Cerejas, Festival Sete Sóis Sete Luas, Festival de Teatro Alfândega da Fé, Festival de Artes de Vanguarda- PAN.





# Rota da Água - Pozo de los Humos



## DESCRIÇÃO GERAL

A água é um elemento chave da Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica. É evidente que o poderoso curso de água do Rio Douro marca o seu carácter transfronteiriço e, sendo fronteira, também unifica a riqueza natural e os recursos de ambos os lados da linha divisória.

Por esta razão, sugere-se complementar a simples e familiar rota proposta de Masueco a Pozo de los Humos com a visita a alguns dos inúmeros pontos que o Douro oferece para a sua contemplação e lazer, desde: praias fluviais, passeios de barco a partir de cais, miradouros sobre diferentes partes do leito do rio, cascatas, entre outros.

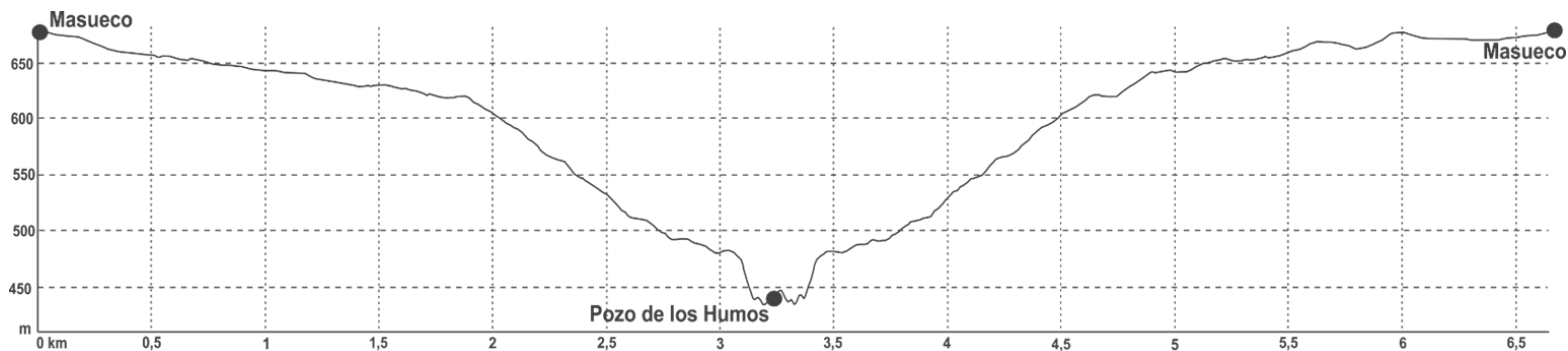
Tudo vai permitir ampliar a visão da água que a rota proporciona: O sentido em que se propõe realizar o percurso permite sair de Masueco e ir até à zona de hortas e cultivos dos arredores. Não muito longe será possível começar a ver picotas, artefactos da tradição popular concebidos por talentosos engenheiros anónimos que durante séculos permitiram extrair e usar água nas hortas, e ainda hoje, embora muitos tenham caído em desuso, outros continuam a operar após décadas em funcionamento.

A água de poços e riachos foi, é e será um elemento vital para a manutenção das atividades pecuárias e agroflorestais que marcam a paisagem da Reserva e as vidas das gentes locais. A par disso, não é difícil encontrar tanques que são preservados e limpos de forma comunitária e equitativa entre os vizinhos. Além disso muitas espécies animais às quais não se presta muita atenção fazem uso deles, sendo potenciais pontos de observação de macroinvertebrados aquáticos e algumas espécies de anfíbios (rãs, tritões...), dependendo da época do ano.

Mais à frente, o caminho avança quase paralelamente ao curso de um riacho, acompanhado pela vegetação típica de ribeira. A frescura proporcionada pelo riacho torna o passeio agradável, especialmente na primavera e outono. O som da água a correr vai-se misturando com o canto das numerosas espécies de aves que gostam deste tipo de habitat (piscos-de-peito-ruivo, papa-amoras-cinzento, melros...).

Por fim, é possível apreciar o poder da força da água e a espetacularidade dos fenómenos naturais, que é possível admirar ao chegar aos miradouros de Pozo de los Humos. Uma impressionante cascata no curso do rio Uces devido a uma falha geológica em que a erosão da água expôs uma parede de granito de 50 m de altura, a maior de Espanha, através da qual, especialmente na primavera e após as chuvas de outono, transborda e flui no rio em queda livre, formando uma imponente cortina de água.

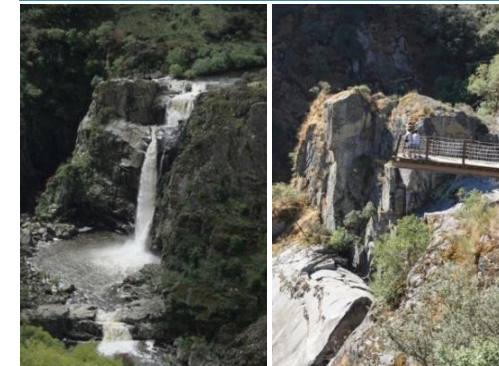
## PERFIL DE ALTIMETRIA



ELEVAÇÃO MÍNIMA 435 m    ELEVAÇÃO MÁXIMA 681 m.    SUBIDA ACUMULADA 327m    DESCIDA ACUMULADA -328 m

## DETALHES DA ROTA

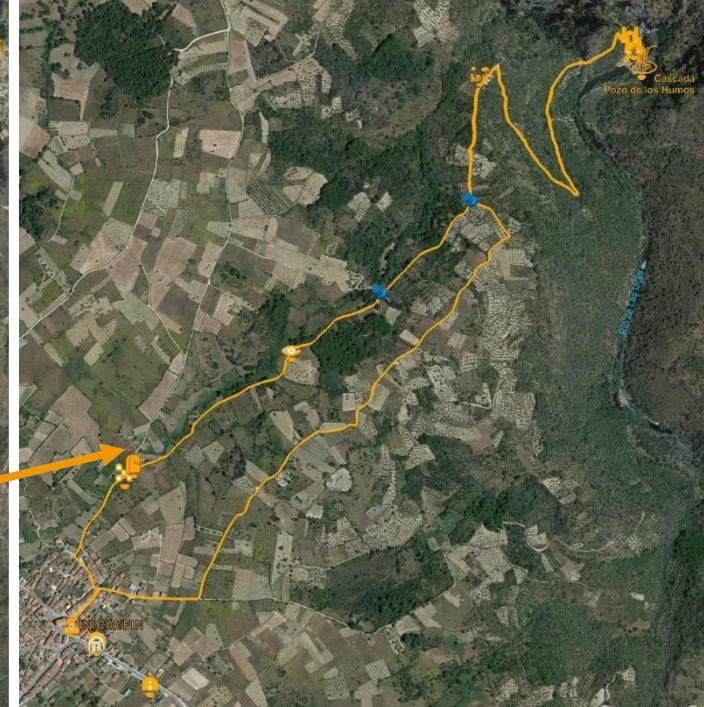
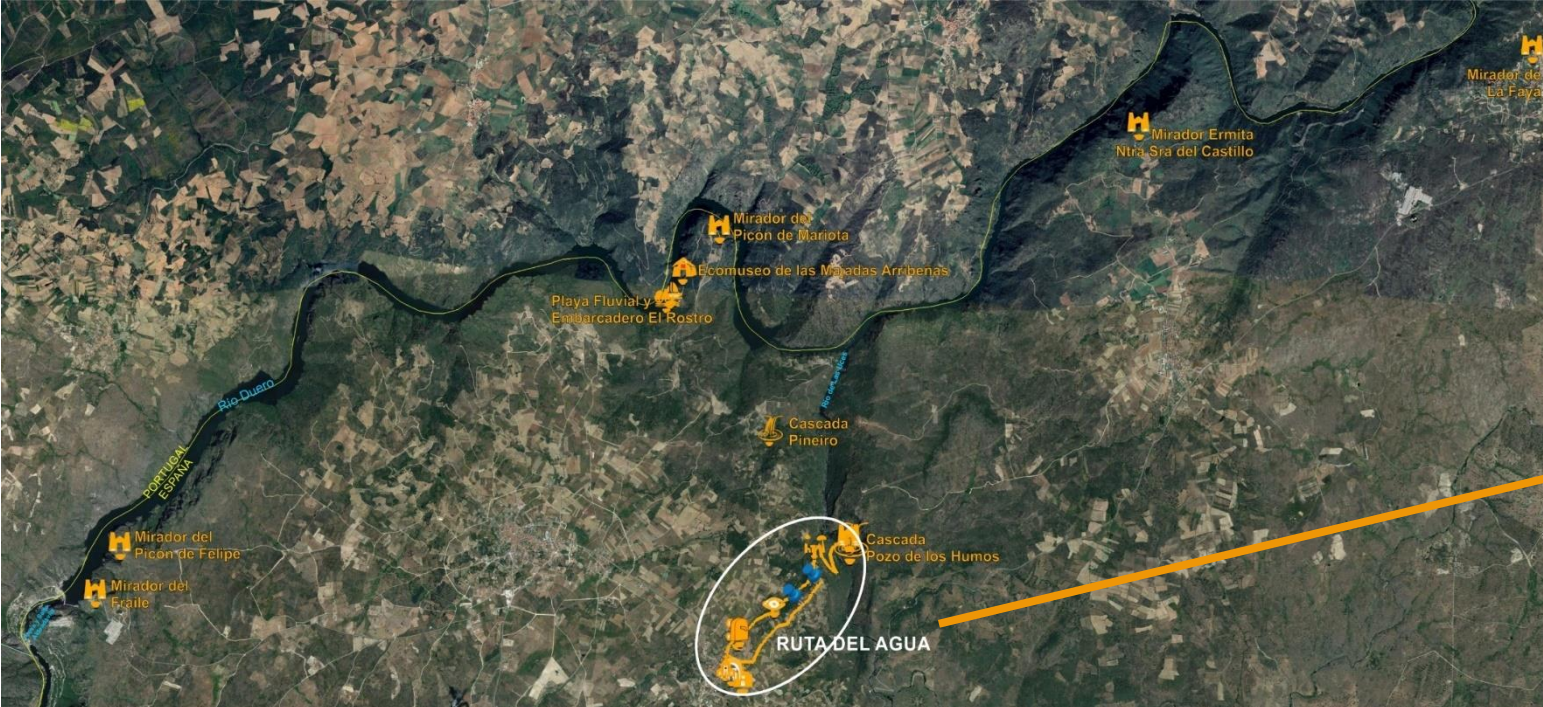
- **Área de localização**  
Aldeadávila de la Ribera (ES)
- **Ponto de partida/Coordenadas**  
Masueco (Salamanca)  
N 41° 12.1350' W 6° 35.1963'
- **Tipo de Percurso**  
Familiar ID. F12
- **Tipo de circuito**  
Circular/Linear
- **Distância**  
6,7 km
- **Duração aproximada**  
2 h
- **Nível de dificuldade**  
Baixo



## OBSERVAÇÕES

Esta rota atravessa o **Parque Natural de Arribes del Duero**, pelo que devem ser respeitadas as condições estabelecidas nos planos de ordenamento deste espaço protegido. A reduzida área de estacionamento nas imediações do poço faz com que não seja aconselhável levar o carro até ao último ponto de acesso, tendo em conta que apenas uma secção de aproximadamente 1,2 km apresenta um declive que implica um pequeno esforço para descer e subir. Apesar disso, é uma rota de grande afluência turística, pelo que se recomenda cuidado perante a presença de veículos durante o percurso.

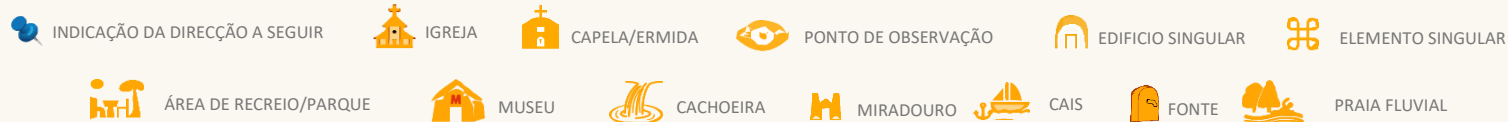




## LEGENDA

ROTA FAMILIAR (F12)

Rota da Água - Pozo de los Humos



## PONTOS DE INTERESSE e/ou EVENTOS

- Barragem de la Almendra.
- **Aldeadávila:** Monumento ao cabreiro. Igreja de San Salvador. Ermida do Santo Cristo do Humilladero.
- Praia fluvial e cais de El Rostro de Aldeadávila. Ecomuseu das Majadas Arribeñas.
- Miradouros: Picón de Mariota, Picón de Felipe, Picón del Fraile, La Faya e Teso de San Cristobal (Vilarino de los Aires), La Code (Mieza).
- Cascata de Pineiro.
- **Pereña de la Ribera:** Igreja paroquial e ermida na localidade. Miradouro e ermita do Castelo.
- Vilvestre (área recreativa La Barca e cruzeiros), Vitigudino (Petrus, Museu da Torre) e Barruecopardo (Museu de Mineralogia).
- **Saucelle:** Trilho botânico das Lavanderas, Miradouro de Las Janas e Picón del Moro.
- **Fermoselle** (aldeia declarada complexo histórico; muralhas e castelo; património religioso; adegas; miradouros; cruzeiro pelo Douro; Casa do Parque de los Arribes del Duero; etc.).

- **Mogadouro:** Castelo, Torre do Relógio, Pelourinho, Sala Arqueológica, Igreja matriz e Igreja de São Francisco, etc.
- **Freixo de Espada à Cinta:** conjunto monumental com importantes exemplos de estilo manuelino, castelo, Museu da Seda, etc. Mercado Manuelino realizado no final de junho.
- **Bemposta:** barragem, praia fluvial e microreserva botânica (parajes de Quartel da Guarda e Gavilas). Chocalheiro de Bemposta (festas de máscaras de inverno): dias 26 de dezembro e 1 de janeiro. Além de outras festas e celebrações nas diferentes freguesias e aldeias.
- **Miranda do Douro:** castelo, fortaleza, sé, igrejas, palácios e outro património; comércio; miradouros; Museu Terra de Miranda; Ecocentro micológico; Estação Biológica Internacional Duero-Douro, cruzeiro ambiental pelo Douro, etc.

TRANSFERÊNCIA DA TRACK NA SECÇÃO ROTAS (Formato KML):







MESETA  
IBÉRICA  
RESERVA DE BIOSFERA