

FICHA TÉCNICA

Partida e Chegada: Sr. do Monte, Alvarenga.

Âmbito: Desportivo, cultural, ambiental e paisagístico.

Tipo de Percorso: De Pequena Rota, por caminhos rurais e de montanha.

Distância a Percorrer: 19 Km - circular

Duração do Percorso: Cerca de 6 horas

Nível de Dificuldade: Médio/Alto

Desníveis: um grande desnível ascendente e um grande descendente.

(altitudes: 829 ▶ 1222 ▶ 700 ▶ 829m).

Época Aconselhada: Todo o ano

O PR 1 "Caminhos do Montemuro" é um percurso pedestre de pequena rota marcado, nos dois sentidos, segundo as normas da Federação Portuguesa de Campismo.

As marcas com tinta amarela e vermelha são as seguintes:



CUIDADOS ESPECIAIS e normas de conduta

- Seguir somente pelos trilhos sinalizados;
- Cuidado com o gado. Embora manso não gosta da aproximação de estranhos às suas crias;
- Evitar barulhos e atitudes que perturbem a paz do local;
- Observar a fauna à distância preferencialmente com binóculos;
- Não danificar a flora;
- Não abandonar o lixo, levando-o até um local onde haja serviço de recolha;
- Fechar as cancelas e portelos;
- Respeitar a propriedade privada;
- Não fazer lume;
- Não colher amostras de plantas ou rochas;
- Ser afável com os habitantes locais, esclarecendo quanto à actividade em curso e às marcas do PR

No inverno, a Serra do Montemuro fica sujeita a baixas temperaturas, com queda de neve e formação de gelo, às vezes de imprevisto, de modo que os praticantes devem tomar as precauções ajustadas a estas situações.

Senhora do Monte - Cume de uma serra, em pleno maciço do Montemuro. Aqui existe uma ermida, dedicada à Virgem, pelos devotos da designada Senhora do Monte, cujas festividades se realizam todos os anos em 8 de Setembro. Desfruta-se, deste local, de uma vista panorâmica impar sobre todo o vale de Alvarenga e sobre os múltiplos vales e elevações que marginam o rio Paiva e se estendem até ao litoral.



Alvarenga - Já foi sede de concelho, passando a integrar o Concelho de Arouca, a partir de 1836. No centro da povoação de Trancoso estão implantados o Pelourinho, datado de 1590 e a antiga Câmara, do Ano de 1520. Alvarenga, para além dos seus atractivos naturais, é também conhecida pelo famoso "bife" e pela "vitela" que, só por si, valem a visita.

Apoios



COMISSÃO DE COORDENAÇÃO
DA REGIÃO DO NORTE



ON OPERAÇÃO NORTE
Programa Operacional da Região do Norte



UNIÃO EUROPEIA

Percorso pedestre registado
e homologado pela:



EW
ERA
FERP
FÉDÉRATION EUROPÉENNE
DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE

Dados de interesse

Festas em Alvarenga:

- Santo António - 1.º domingo a seguir a 13 de Junho;
- S. Lourenço - 1.º domingo a seguir a 10 de Agosto;
- Senhora do Monte - 8 de Setembro;
- S. Sebastião - 1.º domingo a seguir a 20 de Janeiro.

Emergência:
SOS - 112
SOS Floresta - 117

Informações úteis de Arouca

GNR	256 944 220
Táxis	256 944 424
Bombeiros Voluntários	256 944 112
.....	256 944 800

Alojamentos

Residencial S. Pedro	256 944 580
Quinta do Boco	256 944 169
Vila Guiomar	256 951 246
Casa de Cela	919 445 818
Quinta do Pomarinho	256 948 198
Quinta da Guerra	256 944 345
Casa da Laborinha	256 382 707
Parque de Campismo do Merujal	256 947 723

Câmara Municipal de Arouca

Praça do Município 4544-001 Arouca
Telefone 256 940220; Fax: 256 943045
cm.arouca@mail.telepac.pt www.cm-arouca.pt

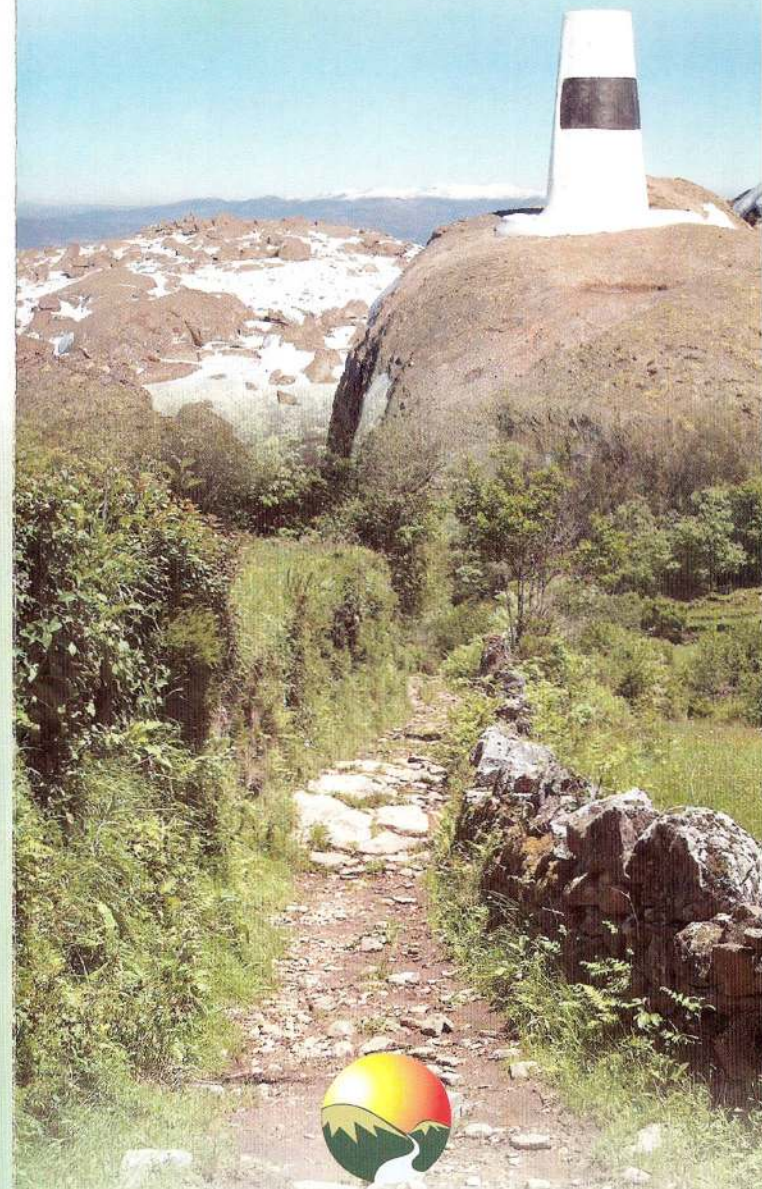
Posto de Turismo de Arouca

Praça Brandão de Vasconcelos 4540 Arouca
Telefone: 256 943575
arouca.rotadaluz@inovonet.pt



Caminhos do Montemuro

Percursos Pedestres de Arouca



AROUCA

Descrição

O PR1-“Caminhos do Montemuro” é um percurso pedestre de pequena rota, circular, com um pequeno ramal de acesso à Sra. do Monte. Tem cerca de 19 Km.

Sai do Santuário da Sra. do Monte por um caminho florestal que se inicia no largo em frente ao portão daquele, indo pela curva de nível, quer dizer, não sobe nem desce...

Passado 1 quilómetro encontra-se numa portela (Fojo) onde há cinco caminhos. Aqui pode optar-se: ou se vai pelo da esquerda, por Bustelo, para norte, ou se segue em frente, para Nordeste. Esta é a opção aconselhada. Segue-se, então, em frente por uma cumeada. O caminho está marcado com marcas amarelas e vermelhas. É só segui-las.

Mais um pouco adiante avista-se uma antena que fica à direita do caminho. Daqui já se avista grande panorâmica, tanto sobre Bustelo e sobre o vale do lado esquerdo como sobre o lado direito.

Continuando, o percurso segue por um caminho tradicional e antigo, a meia encosta sobre o Vale do ribeiro de Bustelo, com Noninha ao fundo, com os seus telhados de xisto, rodeada por courelas em socacos verdejantes.

Logo a seguir atinge-se um estradão feito para construção do parque eólico. Segue-se para a esquerda. Ao atingir uma bifurcação continua-se pelo estradão da direita. Imediatamente antes, pode-se observar, à direita, um menir.

Continuando a marcha, rapidamente se atinge uma estrada calçetada com paralelos, que se encaminha para a capela de S. Pedro do Campo.

Atingida essa estrada, e percorrida no sentido descendente, durante cerca de 150 metros, encontramos, à esquerda, uma fonte de água fresca, para reabastecer o cantil e para refrescar o caminhante.

Descanse-se em S. Pedro, pois que a jornada até aqui foi de 7 quilómetros.

Depois de recuperar forças, encaminha-se o pedestrista para o Marco Geodésico da Pedra Posta, também referida como Pedra Alçada. Este é o ponto mais alto do Concelho de Arouca e um dos pontos mais altos deste recanto da Serra do Montemuro (1222 m).



Alvarenga Arouca



REPRODUÇÃO INTERDITA

Chega-se aqui por um estradão que sai de S. Pedro até uma portela seguindo-se depois por um caminho à esquerda na direcção de uma antena que aparece do lado esquerdo. Encontrada outra bifurcação toma-se o trilho da direita. É só seguir as marcas. Atinge-se, finalmente a Pedra Posta.

Daqui avista-se o vale de Nespereira para oeste, Serra do Marão para Norte, a Serra da Freita para Sudoeste, a Serra da Arada a Sul, etc. A vista que daqui se alcança perde-se nas brumas do horizonte. Temos então percorridos 10 quilómetros.

A descida é, inicialmente, por caminho bem definido e depois por trilhos de pastores, de qualquer maneira bem marcados.

Atingido um caminho na cumeada, para Sudoeste, continua-se por ele até Noninha, que aparece, agora do lado esquerdo, no fundo do vale. Após atravessar o Ribeiro de Bustelo, entra-se na Aldeia.

Quando se atingir a estrada asfaltada, a uns 30 metros, toma-se uma calçada que desce suavemente pela direita. Era o antigo Caminho que ligava Noninha a Bustelo, agora só utilizado para o acesso aos campos.

Continua-se por ele, atravessa-se outra vez o Ribeiro de Bustelo, atravessando-se de novo, logo a seguir, por um sólido e recente pontão de betão.

PR 1 Caminhos do Montemuro

Aconselha-se uma breve paragem no café local para uma bebida fresca ou para um petisco (até aqui estão percorridos cerca de 16 quilómetros). Continuando a jornada, é só seguir o antigo caminho que passando perto da capela de Bustelo (coberta de xisto) segue para a Sra. do Monte. Atingido o Fojo - por onde já se passou anteriormente - segue-se agora à direita para o santuário. Chegada. Até breve!



PEDRA POSTA 1222 m.



LEGENDA

Rapinas	Povoação	PR1
Avifauna de bosque	Casa isolada	Estrada asfaltada
Carvalho	Igreja ou Capela	Caminho
Eucalipto	Antena	Linha de água (ribeira)
Gado	Gerador Eólico	Marco Geodésico
		Fonte
		Menir