ES

Grandes Rutas

MIRADOR DE FAIA • PINHEL • VALE DO CÔA

visit Center of Portugal

Centro de Portugal

Área de 28.199 Km²

270 km de frontera con España

279 km de costa atlántica

4 parques naturales

5 reservas naturales

2 áreas de paisajes protegidos

2 geoparks

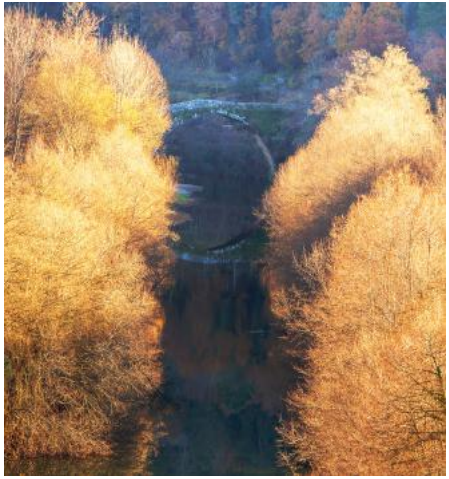
PLAYA DE SÃO PEDRO DE MOEL

En bici o a pie en el Centro de Portugal son algunas de las formas más emocionantes de sumergirse en la cultura local, descubrir tesoros ocultos a través de sinuosas carreteras secundarias y contemplar de cerca paisajes naturales absolutamente impresionantes. ¿Listo para empezar a planear sus vacaciones de aventura en el Centro de Portugal?

Con un soleado clima mediterráneo, excelentes infraestructuras viarias y gentes amables dispuestas a hacerle sentir como en casa en su remoto pueblo. Por eso, montar en bicicleta o caminar por el Centro de Portugal es una de las mejores formas de explorar el país.

Por las onduladas colinas del interior, en los profundos valles fluviales o a lo largo de la refrescante playa de la costa atlántica, en el Centro de Portugal abundan las rutas en bicicleta y a pie. Pero con tanto donde elegir, puede resultar difícil escoger dónde hacer una ruta en bicicleta o a pie.

Así que si se pregunta cuáles son los mejores destinos para explorar a pie o sobre dos ruedas, eche un vistazo a nuestros favoritos.



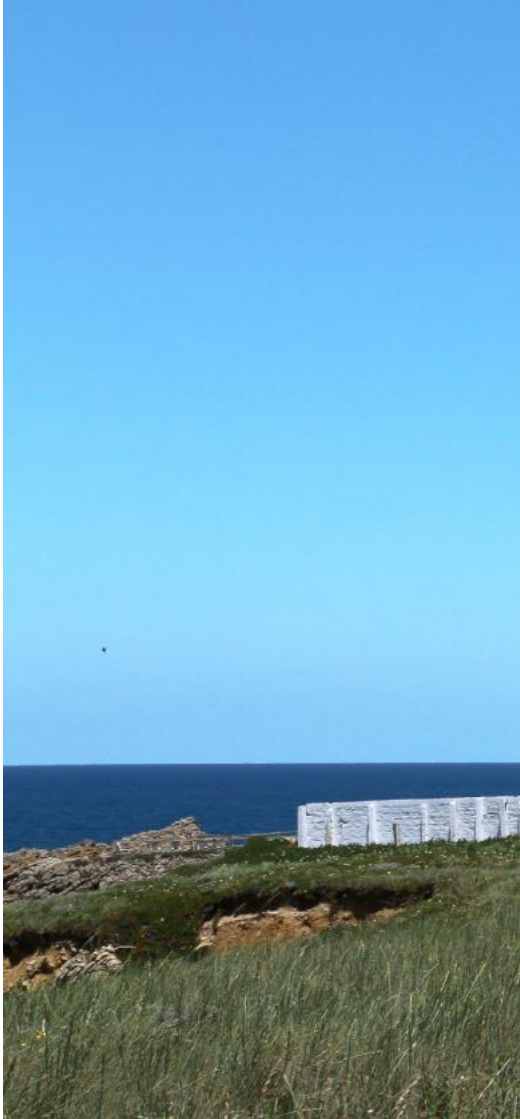
La Estrada Atlántica

No hay mejor forma de explorar la diversidad paisajística e histórica de Portugal que con la brisa del mar en un paseo en bicicleta de norte a sur por la pintoresca costa atlántica del país. Con salida en Caminha, en la frontera norte de Portugal con España, y llegada a Sagres, el punto más meridional de Europa, esta ruta en bici de 700 km es ideal para familias o amantes de la bicicleta en busca de unas vacaciones relajantes.

Puede desafiarse a sí mismo para completar toda la ruta o seleccionar una ruta más corta para conocer a fondo una región específica, como el Centro de Portugal, situado entre Oporto y Lisboa.

Deléitese con deliciosos mariscos, explore ciudades históricas como Oporto, Aveiro, Coimbra, Nazaré, Óbidos y Lisboa, báñese en mar abierto en playas salvajes o descubra uno de los pocos parajes vírgenes que quedan en la costa atlántica.

Recorra en bicicleta la costa atlántica desde Oporto hasta Lisboa. Este recorrido en terreno plano es el más fácil. Con rutas junto al océano, tendrá la oportunidad de disfrutar de las soleadas playas de la Costa Oeste, parando en la terraza de un bar de playa para tomar un café o en otra para degustar un pescado recién asado.



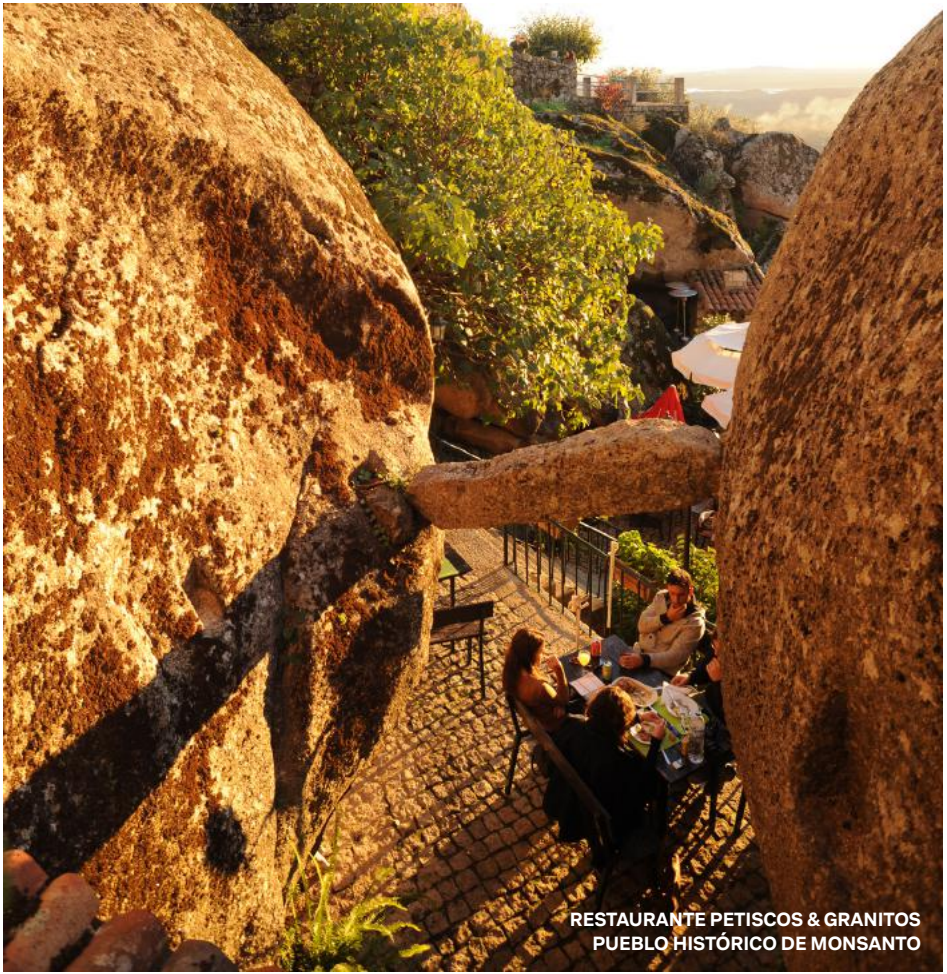
PUEBLO HISTÓRICO DE MONSANTO

Pueblos Históricos

Si los pueblos del siglo XII, los castillos y los bellos paisajes son su tipo de recorrido en bicicleta, entonces su mejor apuesta será la Grande Ruta de los Pueblos Históricos.

En el corazón del Centro de Portugal, este sendero es un auténtico viaje en el tiempo a través de 12 pueblos y castillos antiguos, impresionantes parques naturales como la Sierra da estrela, y sinuosos paisajes naturales.

Una ruta virgen e inusual, donde palpitan la historia y las tradiciones auténticas del país. Se trata de la última travesía en bicicleta de montaña de Portugal, un gran circuito de 600 km.



RESTAURANTE PETISCOS & GRANITOS
PUEBLO HISTÓRICO DE MONSANTO

PUEBLO DE PIZARRA CASAL DE SÃO SIMÃO

Pueblos de Pizarra

Encontrarse con un ciervo, un jabalí o un raposo es algo que ocurre, no pocas veces, al recorrer el territorio de las Aldeias do Xisto (Pueblos de Pizarra), en el Centro de Portugal. El último censo anual ya informaba de más de mil ciervos identificados en la Sierra de Lousã.

Y es precisamente en esta sierra donde le invitamos a descubrir 10 de un total de 27 Pueblos de Pizarra.

Aquí puede pasar una semana entera recorriendo los senderos de pueblo en pueblo, comiendo y durmiendo en casas de piedra locales totalmente restauradas y listas para acogerle con todas las comodidades modernas.

Las Aldeias do Xisto son pequeñas aldeas con decenas o centenares de habitantes que acogen calurosamente a los viajeros. Hoy en día, las Aldeias do Xisto no sólo acogen a sus familias de habitantes locales, sino también a una nueva ola de forasteros que han renovado algunas de las casas para convertirlas en encantadores alojamientos con alma y restaurantes especializados en cocina local.

El agua dulce que baja de las montañas formando pozas secretas y playas fluviales de aguas cristalinas completan un conjunto de maravillas que invitan a una semana de silencio, naturaleza y contemplación, un pueblo tras otro, a pie o en bicicleta.

PUEBLO DE PIZARRA CERDEIRA

SIERRA DA ESTRELA

Sierra da Estrela y Aldeas de Montaña

La conquista del punto más alto del Portugal continental es una parada obligada para los amantes de las 2 ruedas. Esta desafiante ruta le conducirá por carreteras desiertas con espectaculares vistas alpinas, profundos valles, densos bosques de robles y lagos glaciares.

Y cuando necesite un descanso, deténgase en una de las numerosas Aldeas de Montaña para conocer a los amables lugareños, aprender sobre las antiguas tradiciones pastoriles y degustar el sabroso queso local, el Queso Serra da Estrela. Destaca especialmente el pan de centeno de Aldeia da Serra de Videmonte, que combina a la perfección con este queso único.

Las Aldeas de Montaña son el escenario ideal para los nómadas digitales. Los espacios Cooperativa Cowork @ Aldeias de Montanha son los primeros espacios rurales de coworking en Portugal: con un alma moderna, inusual e inspiradora. Están situados en las Aldeas de Montaña de Videmonte, Alvoco das Várzeas y Lapa dos Dinheiros en plena armonía con la naturaleza.

SIERRA DA ESTRELA

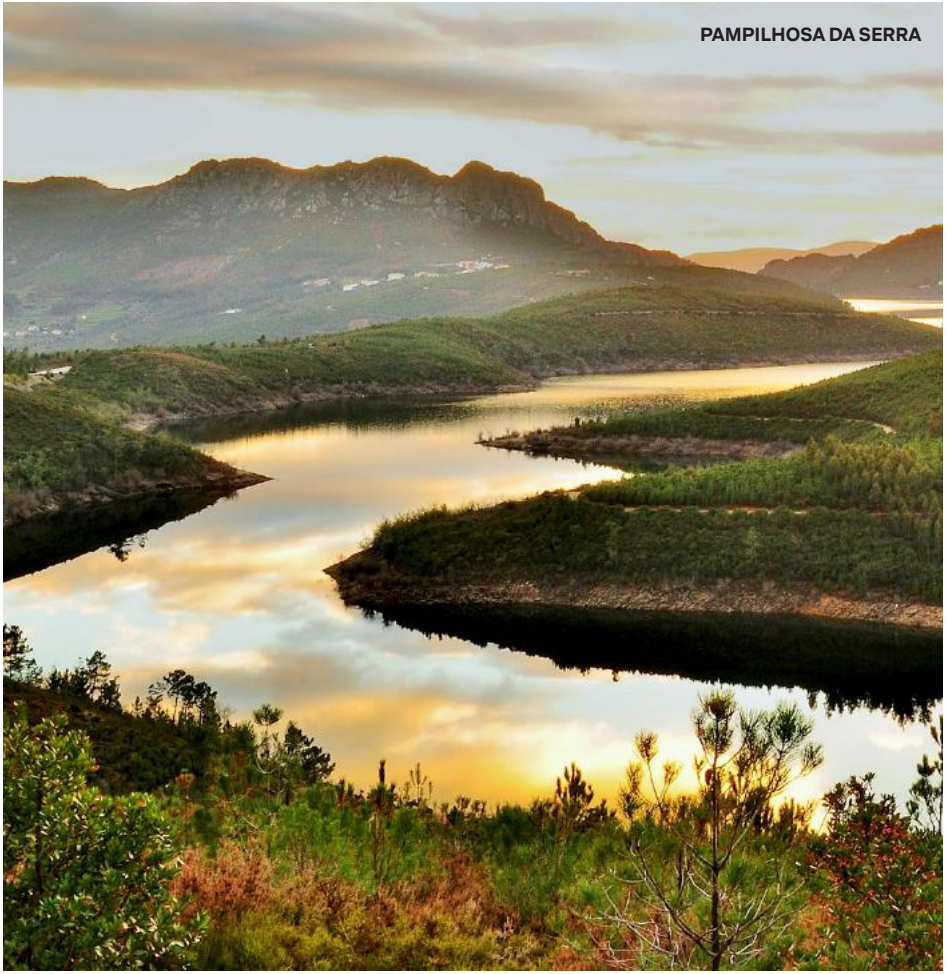
GÓIS

La EN2
(también conocida como la Route 66 portuguesa)

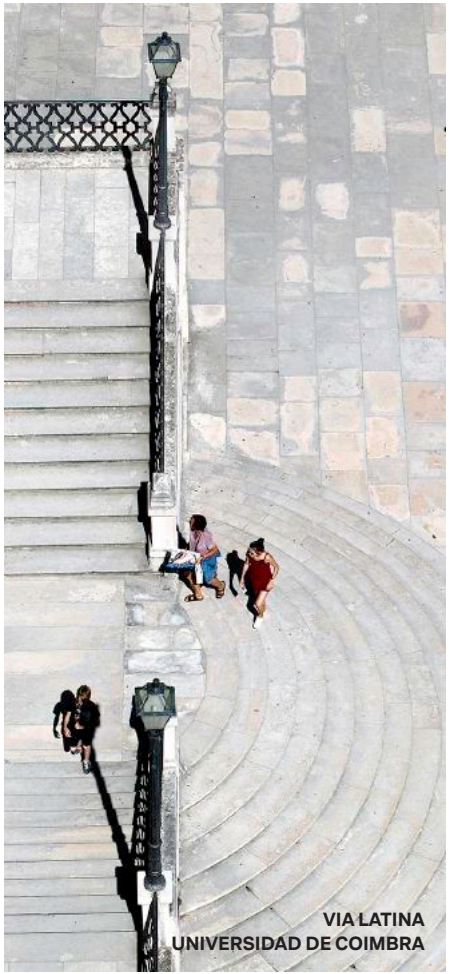
También puede descubrir el país desde sus montañas del norte hasta sus playas del sur a través de la EN2, también conocida como la Ruta 66 portuguesa.

Esta carretera nacional, construida hace más de 70 años, le conducirá hacia el interior, permitiéndole descubrir la historia diversificada, los pueblos y los paisajes de Portugal a lo largo de 739 km de puro deleite.

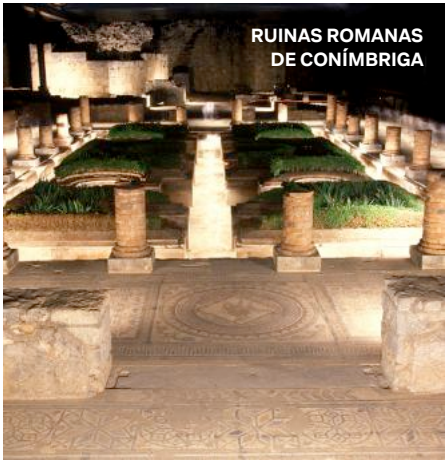
Atraviese los vastos valles de los ríos Duero, Mondego, Tajo y Zêzere, descubra la rica historia de ciudades como Viseu, Sertã, Abrantes y Faro, disfrute del ritmo de vida más pausado de la campiña circundante y deguste algunos de los mejores vinos y manjares regionales por el camino.



PAMPILHOSA DA SERRA



VIA LATINA
UNIVERSIDAD DE COIMBRA



RUINAS ROMANAS
DE CONÍMBRIGA

PLAZA DE LA CATEDRAL DE VISEU

SIERRA DE MONTEMURO

El Camino Portugués de Santiago

Hay nada menos que 12 rutas oficiales a Santiago de Compostela y el camino portugués es cada vez más popular.

Con salida de la Catedral de Lisboa, el Camino Portugués Central de Santiago se extiende a lo largo de 500 km de increíbles paisajes. Este camino ha sido siempre una de las rutas favoritas, sólo superada en número de peregrinos por el Camino de Santiago Francés.

Este camino atraviesa lugares históricos, Patrimonio de la Humanidad de la UNESCO, como el Convento de Cristo en Tomar y la Universidad de Coimbra, a las orillas del Tajo.

El Camino Portugués Central de Santiago pasa por Alvaiázere, Ansião, Santiago da Guarda, la Villa Romana de Rabaçal y las Ruínas Romanas de Conímbriga. En dirección al norte, la ruta prolonga hacia Mealhada, Águeda, Albergaria-a-Velha, São João da Madeira y Grijó, antes de entrar en Oporto, donde comienza el Caminho do Norte.

El Camino Interior Portugués de Santiago se extiende a lo largo de 205 km en territorio portugués, atravesando los municipios de Viseu, Castro Daire, Lamego, Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião, Vila Real, Vila Pouca de Aguiar y Chaves.

Tanto si le apasionan las tradiciones ancestrales, los paisajes vírgenes o la adrenalina de desafiarse a sí mismo por sinuosos senderos, en el Centro de Portugal encontrará el recorrido a pie o en bicicleta ideal para usted. Sea cual sea la ruta que elija, tendrá muchas oportunidades de sumergirse en la cultura local, degustar deliciosos manjares locales, conocer a gente amable y acogedora y participar en tradiciones únicas.

La Grande Ruta de la Ría de Aveiro — GR 57, 58 e 59

Hay muchas maneras de explorar toda la interminable belleza de la Ría de Aveiro. Dar un paseo en barco a bordo de un "moliceiro" tradicional puede ser una gran manera de sentir la singularidad de esta deslumbrante laguna.

Sin embargo, puede disfrutar de este ecosistema único participando en la Gran Ruta de la Ría de Aveiro, que ha abierto recientemente dos rutas adicionales para caminar y pasear en bicicleta: la ruta dorada y la ruta verde, que conducen a los visitantes a través de la región circundante.

La ruta azul - **GR 57** - tiene 130,8 km de longitud a lo largo de su litoral y caminos tan diversos como los paisajes y los biotopos de un ecosistema lagunar único en Portugal. Desde las marismas hasta el hábitat del "Bocage", desde los bosques de pinos plantados en los cordones dunares que sujetan el Océano, hasta los campos de cultivo de las aldeas que conviven con la Ría desde hace siglos, es una ruta que nos descubre la diversidad y la riqueza de las relaciones que el ser humano establece con el mundo natural.

La ruta dorada - **GR 58** - es la más larga y diversificada de las 3 grandes rutas de la Ría de Aveiro. Esta ruta de 234 km se adentra en el mar, la montaña y el valle del Vouga, donde el visitante encontrará las cascadas más pintorescas y espectaculares del país. Ideal para realizar excursiones en bicicleta, esta ruta recorre la Ecopista del Vouga, atravesando algunas de las localidades más señeras de la región.

La ruta verde - **GR 59** - tiene 194 km que se pueden recorrer a pie o en bicicleta, así como en barco. La ruta verde recorre los paisajes más diversos, como el valle

PHALACROCORAX CARBO

del Vouga, los interminables viñedos de la región vinícola de Bairrada, los bosques ribereños del río Alfusqueiro o el corazón urbano de Aveiro.

Atraviesa Águeda, Anadia, Albergaria-a-Velha, Aveiro, Oliveira do Bairro y Sever do Vouga. La Pateira de Fermentelos es una de las más grandes lagunas naturales de la Península Ibérica, con una flora y una fauna muy diversificadas.

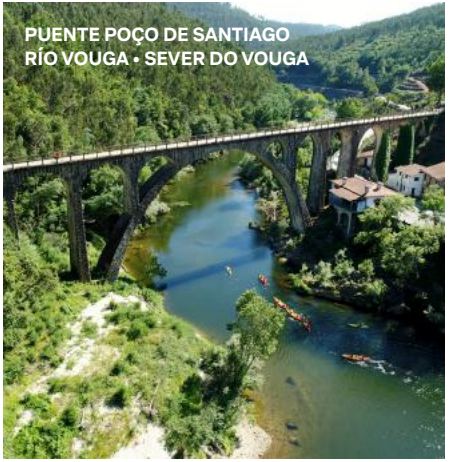
DOS NETOS
AZ770AL

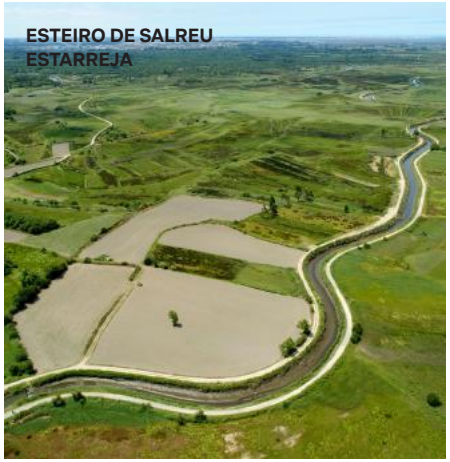
GRANDE RUTA DE LA RIA DE AVEIRO

CAIS DA BÉSTIDA • MURTOSA

PATEIRA DE FROSSOS
ALBERGARIA-A-VELHA

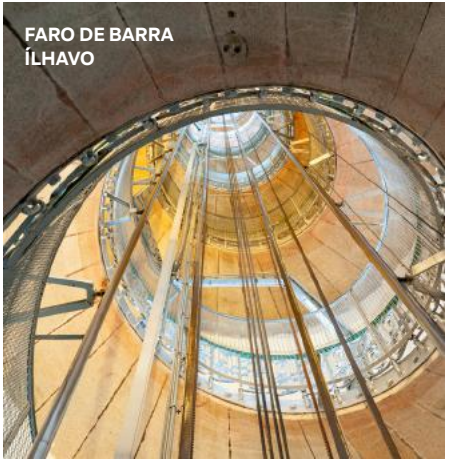
CAIS DO TORRÃO • OVAR


PUENTE POÇO DE SANTIAGO
RÍO VOUGA • SEVER DO VOUGA



ESTEIRO DE SALREU
ESTARREJA

ESTEIRO DO NACINHO
PARDILHÓ • ESTARREJA



FARO DE BARRA
ÍLHAVO

PLAYA DE COSTA NOVA • ÍLHAVO

PATEIRA DE FERMENTELOS • ÁGUEDA

LAGO DEL PARAISO • AVEIRO

PHOENICOPTERUS ROSEUS

FORTE DA BARRA
ÍLHAVO

CASCADA DE CABREIA
SEVER DO VOUGA

Grande Ruta de las Montañas Mágicas — GR 60

Totalmente señalizada, es una ruta pedestre circular, con 275 km, dividida en 14 etapas.

También ofrece una ruta circular en bicicleta de montaña, de 280 km, dividida en 8 etapas, con un recorrido que coincide, casi en su totalidad, con la Ruta Pedestre. Atraviesa las Sierras de Montemuro, Arada, Arestal y Freita, cruzando los ríos Duero, Vouga y Paiva.

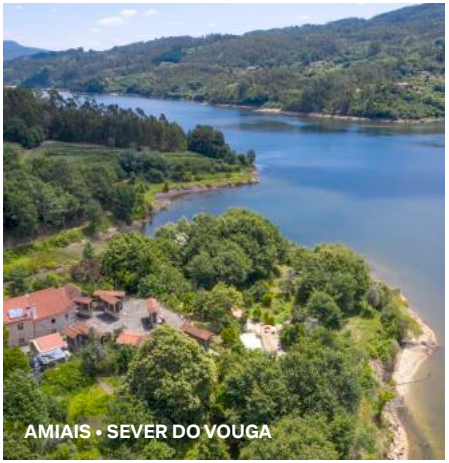
Con 4 Zonas Especiales de Conservación incluidas en la Red Natura 2000 y un Geoparque Mundial de la Unesco, no es de extrañar que, en el plano paisajístico, ¡sea memorable!

Partiendo del Alto Duero, atraviesa el Centro de Portugal desde la Sierra de Montemuro, en Castro de Aire, pasando por las Sierras de Arada y S. Macário, cerca del Balneario Termal de S. Pedro do Sul, para terminar en la Sierra de Freita, en Arouca.

Con una geodiversidad absolutamente única, una biodiversidad notable y la riqueza cultural de las pequeñísimas economías de montaña, la Ruta de las Grandes Montañas Mágicas es un Portugal inexplorado y absolutamente sorprendente.

SIERRA DA ARADA • S. PEDRO DO SUL

MARIOLAS DA ARADA • S. PEDRO DO SUL



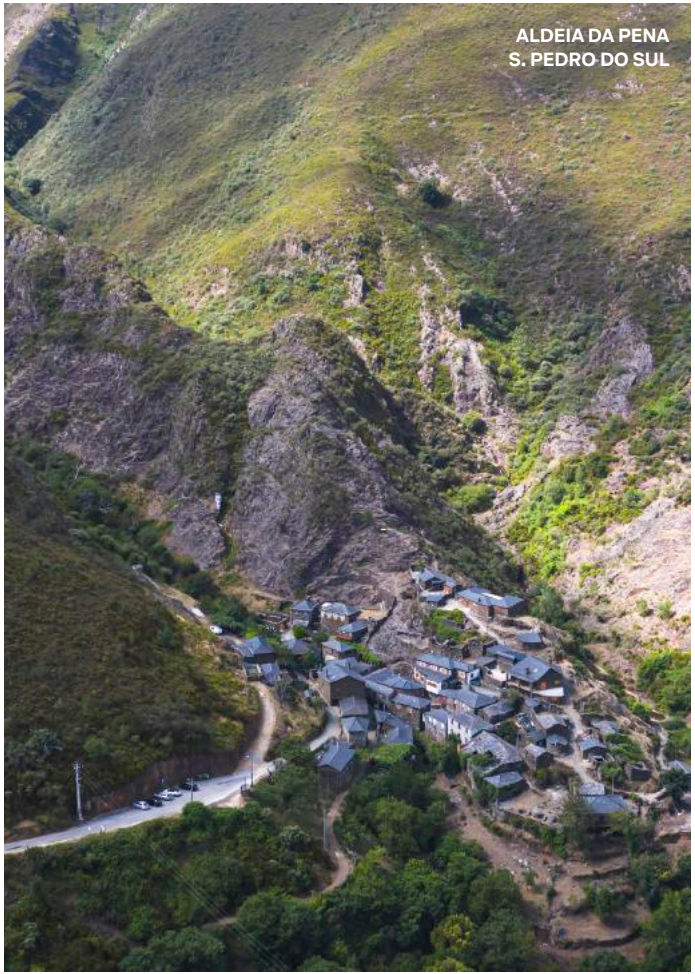
AMIAIS • SEVER DO VOUGA

MIRADOR DE ALBUFEIRA
SEVER DO VOUGA

Datos técnicos y de altimetría

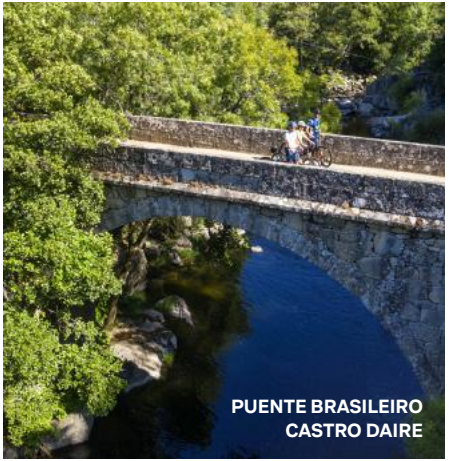
Distancia: 275 km a pie y 280 km en BTT
Ruta Ciclo-turística: 312Km
Numero de Etapas: 14 a pie y 8 en BTT
Altitud máxima: 1235 m
Altitud mínima: 18 m
Desnivel acumulado positivo: 9625 m a pie y 9420 m en BTT
Duración total: 14 dias a pie
Grau de dificultad: medio a muy difícil
Época recomendable: Primavera, Verano y Otoño

SIERRA DA ARADA
S. PEDRO DO SUL


ALDEIA DA PENA
S. PEDRO DO SUL

SIERRA DA ARADA • S. PEDRO DO SUL

DESEMBOCADURA DEL RÍO LORDELO
SEVER DO VOUGA



PUENTE BRASILEIRO
CASTRO DAIRE

Nivel del mar

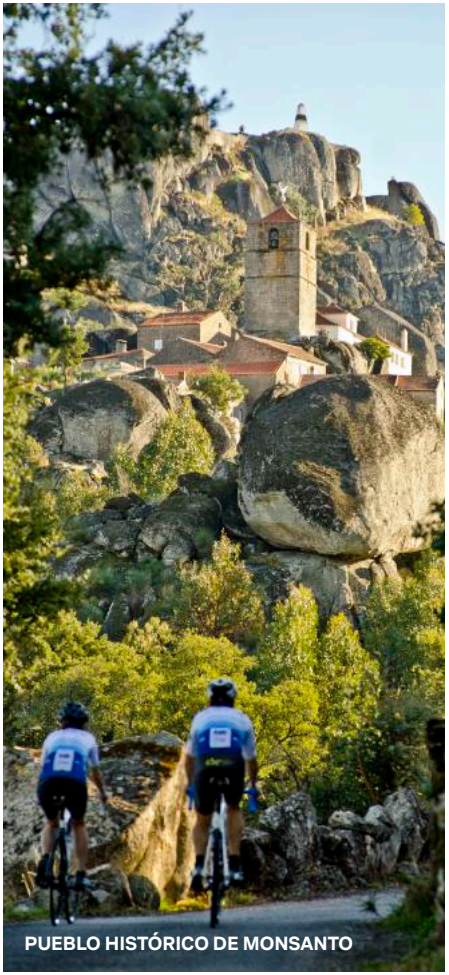
1993 m de altitud

SERRA DA ESTRELA

Grande Ruta de los Pueblos Históricos — GR22

Une por etapas los 12 Aldeas Históricas del Centro de Portugal, en un recorrido circular de unos 600 kilómetros. Sorprendentes castillos que marcan el horizonte, murallas de defensa militar, parques naturales de singular belleza como el Parque Arqueológico del Vale do Côa, el Parque Natural de la Serra da Estrela, el Parque Natural del Tajo Internacional y limpias playas fluviales.

El sello Leading Quality Trails - Best of Europe, concedido por la Asociación Europea de Senderismo, subraya los criterios de sostenibilidad del GR22, el nivel de la experiencia proporcionada al usuario, la calidad de la ruta y una riqueza cultural y natural sin igual. Las Grandes Rutas de los Pueblos Históricos enlazarán con España en un futuro próximo.


PUEBLO HISTÓRICO DE MONSANTO

PUEBLO HISTÓRICO DE CASTELO NOVO

CEREZOS EN FLOR
EN CASTELO NOVO

PUEBLO HISTÓRICO
DE IDANHA-A-VELHA

PUEBLO HISTÓRICO DE PIÓDÃO

PUEBLO HISTÓRICO DE CASTELO RODRIGO

PUEBLO HISTÓRICO DE MARIALVA

Datos técnicos y de altimetría

Extensión: 600 Km
Numero de etapas: 13
Numero de etapas BTT: 13
Altitud máxima: 1588 m
Altitud mínima: 269 m
Desnivel acumulado positivo a pie: 10.927
Desnivel acumulado negativo a pie: 10.707
Desnivel acumulado positivo en BTT: 10.296
Desnivel acumulado negativo en BTT: 10.124
Grau de dificultad: medio
Grau de dificultad en BTT: difícil
Duración total: 30 días a pie; 7 días en BTT; 12 días en running
Época recomendable: Primavera y Otoño

PUEBLO HISTÓRICO DE MONSANTO

La Grande Ruta del Valle del Côa — GR 45

La Grande Ruta del Valle del Côa es un recorrido mágico de 196 km a lo largo del río Côa, desde el manantial de Fóios en Sabugal hasta el estuario del río Duero en Vila Nova de Foz Côa.

Sus 196 km casi vírgenes se extienden desde la Reserva Natural de la Malcata, donde el roble negro *(Quercus pyrenaica)*, el madroño *(Arbutus unedo)* y la encina *(Quercus rotundifolia)* confieren muchos matices de verde al paisaje, hasta el abrupto valle del río ya cerca de Foz, donde afloramientos rocosos muy dramáticos son admirados desde el cielo por los majestuosos vuelos de las águilas perdiceras *(Aquila fasciata)*, las águilas reales *(Aquila chrysaetos)*, el petrel *(Neophron percnopterus)* y el buitre negro *(Aegypius monachus)*.

Como hay una fascinante red de arroyos y afluentes del río, también hay un rico mosaico de cultivos mediterráneos como la vid, el olivo y el almendro a lo largo del recorrido.

Y donde hay almendros hasta donde alcanza la vista, también hay palomares circulares, construidos en piedra y utilizados para la cría de palomas de roca *(Columba livia)*, tan importantes para la producción de “pichón”, el más natural de los abonos.

Y al brezo que también domina el paisaje del Valle del Côa, en la Reserva Natural de la Malcata, le siguen la retama blanca *(Cytisus multiflorus)*, el piorno-amarelo *(Retama spherocarpa)*, la jara *(Cistus ladanifer)* y zonas de zarza, con rosa-canina *(Rosa canina)* y mora *(Rubus sp.)*.

Más cerca de la desembocadura del río, la Reserva de Faia Brava, que forma parte de la Zona de Intervención Forestal

PASARELAS DEL CÔA
VILA NOVA DE FOZ CÔA

NEOPHRON PERCNOPTERU
RESERVA NATURAL DA FAIA BRAVA

GYPS FULVUS
RESERVA NATURAL DA FAIA BRAVA

MEROPS APIASTER

RESERVA NATURAL DA FAIA BRAVA

QUERCUS SUBER

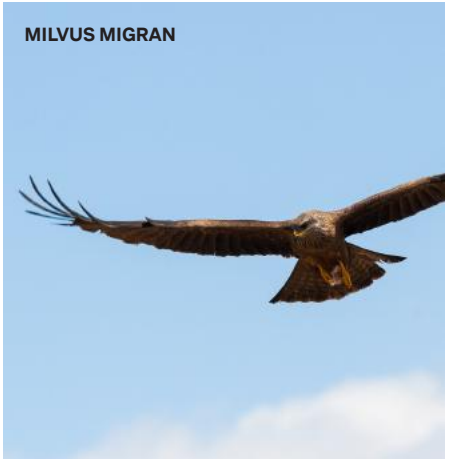
de Algodres y Vale de Afonsinho, es un enorme bosque de alcornoques *(Quercus suber)*, encinas *(Quercus rotundifolia)* y el muy imperial roble portugués *(Quercus faginea)* que nos sorprenden.

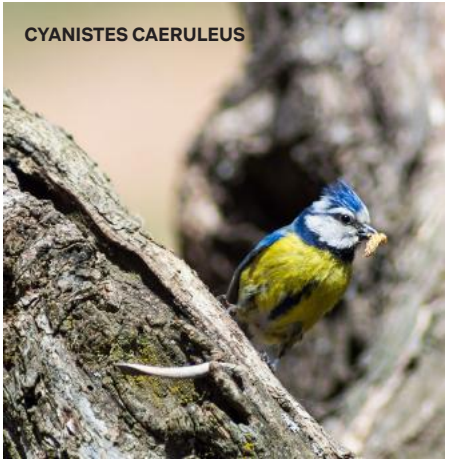
Y hay, a nuestros ojos, grandes extensiones de lavanda *(Lavandula stoechas)* y audaces pinceladas de tomillo bela-luz *(Thymus mastichina)* y helichrysum stoechas *(Helichrysum stoechas)*.
En las orillas del río, la línea absolutamente perfecta de fresnos *(Fraxinus angustifolia)*, lotos *(Celtis australis)* y álamos *(Popullus sp.)*, es visitada por muchas aves.

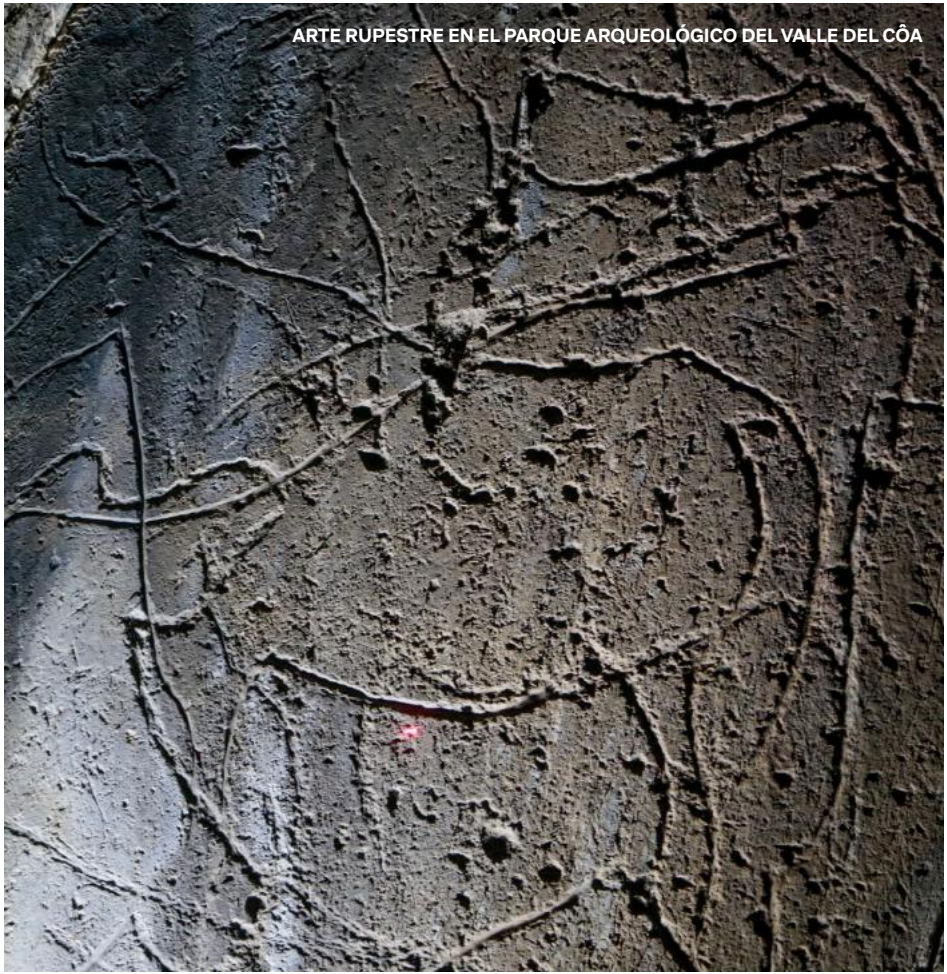
Para los más experientes, se puede ver a la curruca ondulada *(Sylvia undata)*, la aguja coronada *(Pyrrhula pyrrhula)* o la oropéndola dorada *(Oriolus oriolus)*; Un gran valle encantado.

Pero a lo largo de esta ruta, hay castillos de cuento de hadas. Son castillos muy antiguos, estratégicamente esenciales para la estabilidad de la frontera entre Portugal y España. Todos son imponentes: Sabugal, Vila Maior, ya de camino a Almeida, están Castelo Mendo y Castelo Bom, el magnífico Castelo de Pinhel, la Fortaleza de Almeida, Castelo Rodrigo y Castelo Melhor.

Y por si los árboles, los pájaros, las grullas, las palomas y los preciosos aromas no fueran suficientes, cerca de la desembocadura del río, hay miles de grabados del Paleolítico Superior: una galería de arte al aire libre absolutamente única, conservada durante 30.000 años y clasificada por la UNESCO: el Parque Arqueológico del Valle del Côa


MILVUS MIGRAN


CYANISTES CAERULEUS



ARTE RUPESTRE EN EL PARQUE ARQUEOLÓGICO DEL VALLE DEL CÔA

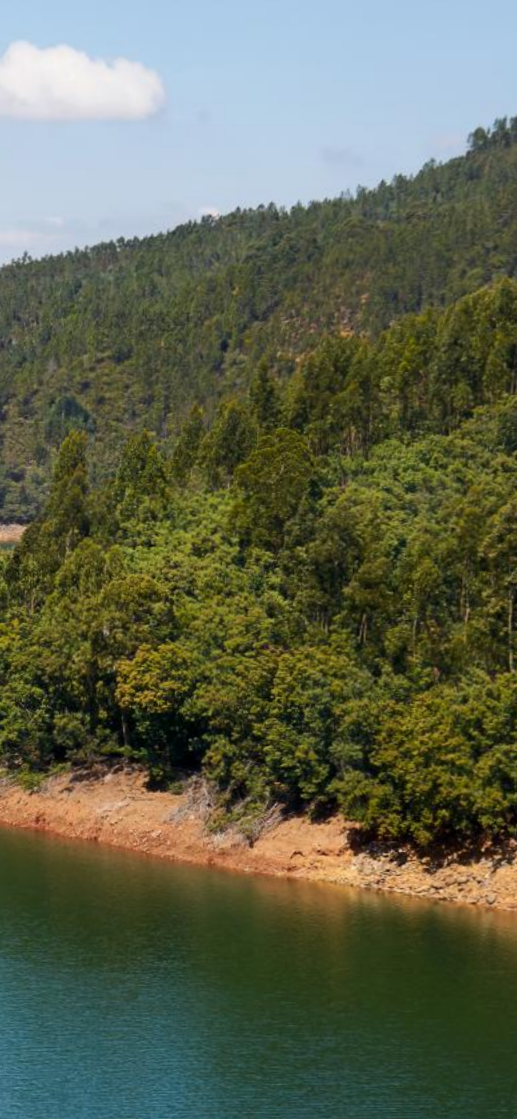
PUEBLO HISTÓRICO DE CASTELO RODRIGO

Datos técnicos y de altimetría

Extensión: 196 Km
Número de etapas: 11
Altura máxima: 1164 m
Altura mínima: 129 m
Grado de dificultad: medio a muy difícil
Duración total: 10 a 15 días a pie; 3 a 6 días en bicicleta
Época recomendable: Primavera y otoño

RESERVA NATURAL DA FAIA BRAVA

DORNES



Grande Ruta del Zêzere — GR 33

Hay 370 km desde el nacimiento hasta la desembocadura de uno de los ríos más salvajes de Portugal, el río Zêzere.
Un reto para hacer a pie, en bicicleta o en canoa. Una inmersión profunda en la diversidad natural y cultural que hace del valle del río Zêzere un paisaje único en el corazón del Centro de Portugal.

Con un comienzo impresionante en Covão d'Ametade, en Serra da Estrela - 1.900 metros de altura exactamente donde nace el río Zêzere - esta Gran Ruta atraviesa parcialmente la Serra da Estrela, algunas de las más singulares Aldeas de Pizarra, llegará a Dornes ya en el lago Castelo de Bode para terminar en el río Tajo en la muy luminosa Constância.

Los 370 Km de longitud de esta Gran Ruta pasan por Manteigas, Covilhã, Guarda, Fundão, Pampilhosa da Serra, Vila de Rei, Oleiros, Sertã, Pedrógão Grande, Figueiró dos Vinhos, Ferreira do Zêzere, Abrantes y Constância y la identidad del río es una procesión de sorpresas, cortada por las presas de Cabril, Bouçã y Castelo do Bode. El río, discurre entre bloques tectónicos, y la singularidad del paisaje es un regalo: Baja por la Serra da Estrela en su valle glaciar, único en Europa, enérgico, joven y claro, bordea Manteigas para llegar sereno a la Aldea Histórica de Belmonte y Covilhã.

Pero al sur de Covilhã, entra de nuevo en la Cordillera Ibérica Central y hasta Zaboeira, en Vila de Rei, mucho más al sur, el valle se llena de curvas. Son los encantadores "Meandros do Rio", uno de los geositios del Geoparque Naturtejo clasificado por la UNESCO, especialmente marcados entre las sorprendentes Aldeas de Pizarra de Janeiro de Cima, Janeiro de Baixo y Pedrogão Grande, pasando por el absolutamente fascinante mirador de Cabeço do Mosqueiro.

Pero para llegar hasta aquí, el río ya ha atravesado el Cabeço da Argemela, muy

COVÃO DA AMETADE . MANTEIGAS

FOZ DE ALGE • FIGUEIRÓ DOS VINHOS

PRESA DE CASTELO DE BODE

cerca de Fundão, rodeado por las Sierras de Gardunha, Estrela y Açor, marcado por sus riquezas minerales y la Aldeia de Barco llamada así en recuerdo del antiguo transbordador que cruzaba el río.

La fascinación del lugar Cabeço do Pião y las sombras de su pasado minero.
La absolutamente fascinante y serena Dornelas do Zêzere- Pampilhosa da Serra, en la orilla derecha del río y encantadora al menos desde 1320, cuando su Iglesia Matriz fue mencionada en el "Catálogo das Igrejas, Comendas e Mosteiros dos Reinos de Portugal e dos Algarves" como "Santa Maria de Dornelas". La muy sorprendente Aldea de Pizarra de Álvaro - Oleiros, en el valle del río Zêzere, con su cielo muy majestuoso, sus numerosas iglesias y capillas y el embalse de la presa de Cabril.

Las gargantas de Zêzere, Almegue y Cabril, y el puente filipino de la Aldea de Pizarra de Pedrógão Pequeno, junto a la mítica EN2.

Y ya en una ensenada del embalse de Castelo do Bode, a 10 km de Ferreira do Zêzere, el nobilísimo pueblo de Dornes que bien podría pertenecer al mundo de Juego de Tronos.

Y así es como la ruta, diseñada para ser multimodal -se puede hacer a pie, en bicicleta o en canoa-, cuenta con 13 Estaciones Intermodales instaladas en lugares cercanos al río.

Tenga en cuenta que a partir de esta Gran Ruta existen rutas complementarias de Pequeño Recorrido, como Caminhos do Xisto.

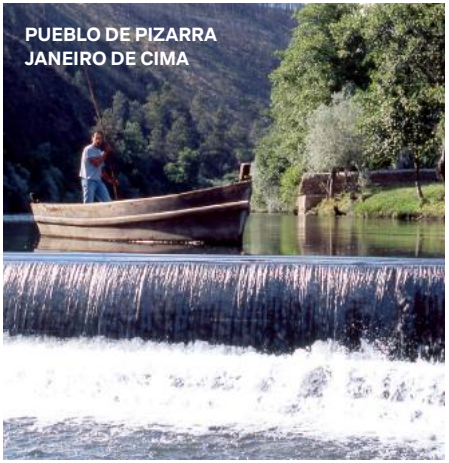
Datos técnicos y de altimetría

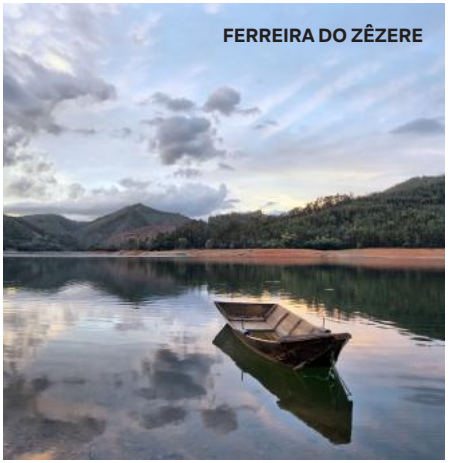
Extensión: 370 km
Numero de Etapas: 9
Duración: 112h00
Punto más alto: 1429 m
Punto más bajo: 20 m
Desnivel acumulado positivo: 7245 m
Desnivel acumulado negativo: 8644 m
Época recomendable: Primavera, Verano y Otoño

VALLE GLACIAR DEL ZÊZERE

PUEBLO DE PIZARRA ÁLVARO

RÍO ZÊZERE


PUEBLO DE PIZARRA
JANEIRO DE CIMA


FERREIRA DO ZÊZERE

PEDRÓGÃO GRANDE

PRESA DE CASTELO DE BODE

Pasarelas del Mondego

Con una magnífica ubicación en el corazón del Parque Natural de la Serra da Estrela y del Estrela Geopark, clasificado por la UNESCO, las Pasarelas del Mondego son el atractivo natural más reciente de la región de Guarda. Representan una inversión determinante en el turismo de naturaleza, así como un enorme recurso de todo el territorio.

La ruta de 12 km de longitud sigue el río Mondego y sus afluentes, el Ribeiro do Barrocal y el Río Caldeirão, con 6,7 km de pasarelas de madera, algunas planas y otras con escaleras. El resto del camino recorre los senderos existentes. Se han construido tres puentes colgantes y se ha rehabilitado el de Ribas.

Estas pasarelas comienzan en la Aldea de la Montaña de Videmonte y llegan hasta la presa de Caldeirão, atravesando las Aldeas de la Montaña de Videmonte, Trinta, Meios y Corujeira, así como Aldeia Viçosa, Mizarela, Pero Soares y Vila Soeiro.

Trinta fue el primer pueblo del distrito de Guarda con electricidad, habiendo sido en el pasado un importante centro de producción de lana, donde funcionaban 7 fábricas. Los recuerdos de la lana siguen muy vivos en este acogedor pueblo. En estas tierras se tejían las mantas, dignas de un Papa. De ahí el nombre de “cobertor de papa”.

Meios cuenta con un Museo del Tejido, alojado en una antigua fábrica de lana que cerró sus puertas en la década de 1980. En este agradable museo, los visitantes pueden observar utensilios relacionados con la producción de lana y telares, todavía en funcionamiento.

Aldeia Viçosa es conocida por su impresionante playa fluvial, totalmente equipada, situada en la orilla derecha del río Mondego, con una vista inigualable sobre el valle del Mondego.

Los visitantes tienen acceso a lugares realmente únicos como: el mirador del Mocho Real, cascadas, molinos, antiguas fábricas de lana y producción eléctrica (Hidroeléctrica do Pateiro).

Justo a la entrada de la ciudad de Guarda se encuentra la Cascata do Caldeirão, una gigantesca cascada, donde las aguas de la Ribeira do Caldeirão se precipitan en un abrupto abismo, mostrando un tono rosado.

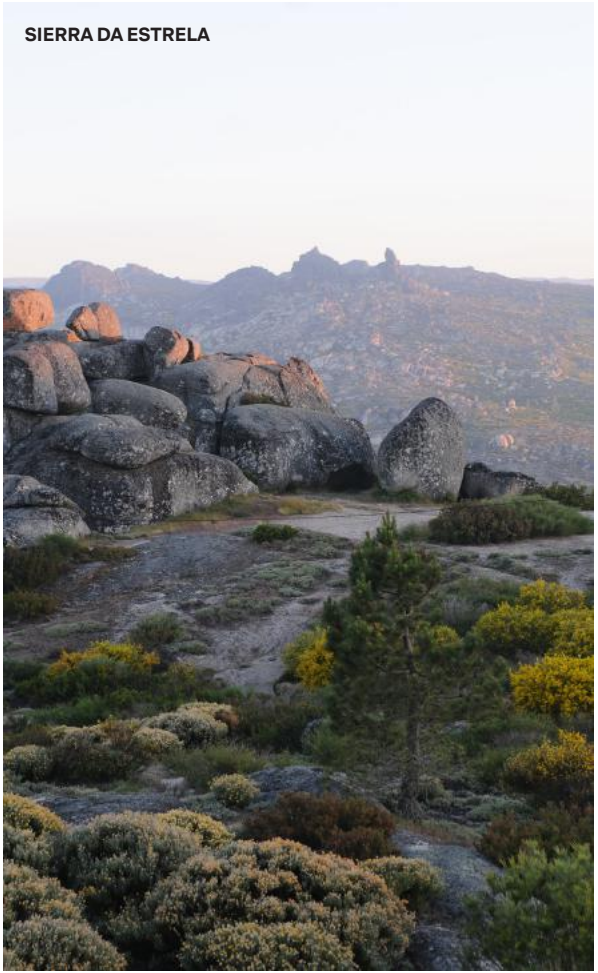
Un fascinante recorrido por los secretos bien guardados del río Mondego que ha sido diseñado en perfecta armonía con los más altos criterios de sostenibilidad ambiental.

Información útil

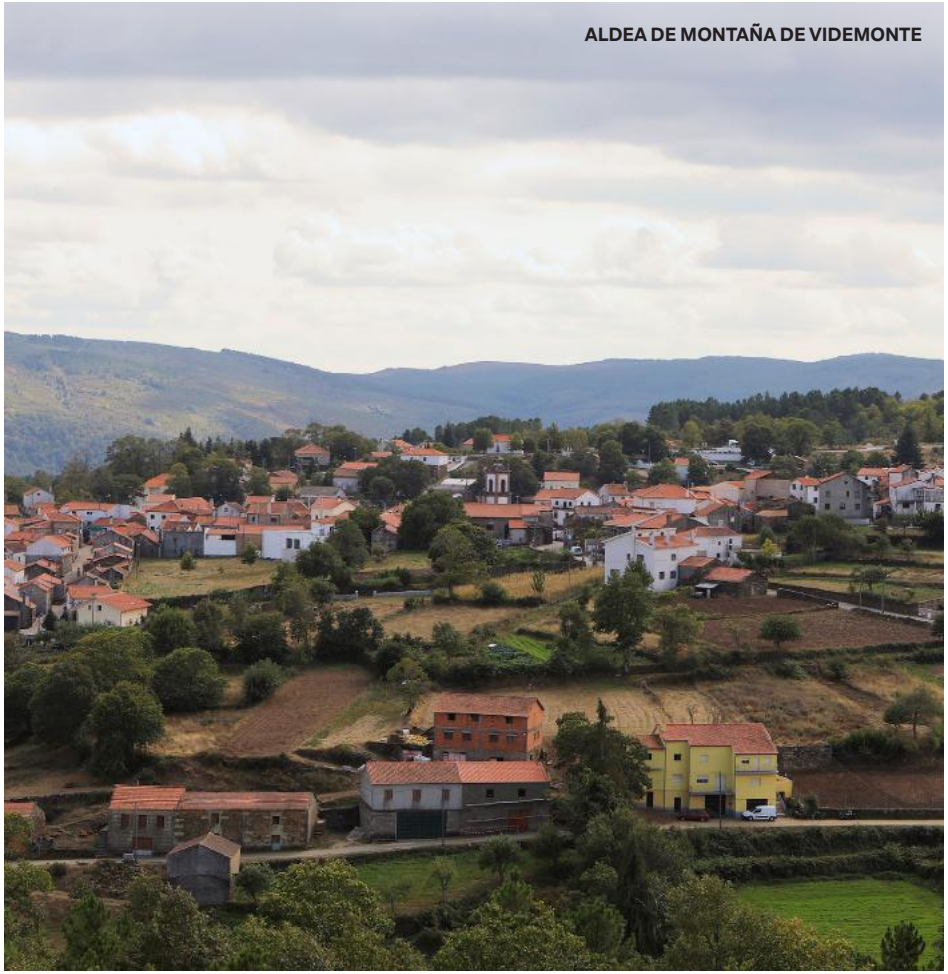
Hay 3 rutas disponibles:

- Ruta completa: 12km, lineal, dificultad media, aprox. 4/5 horas // Barragem do Caldeirão – Videmonde
- Ruta familiar: 2km, lineal // Videmonde - Açude dos Trinta
- Ruta de Movilidad Reducida: 2km, lineal // Vila Soeiro - Central - Puente colgante del Engenho do Pateiro

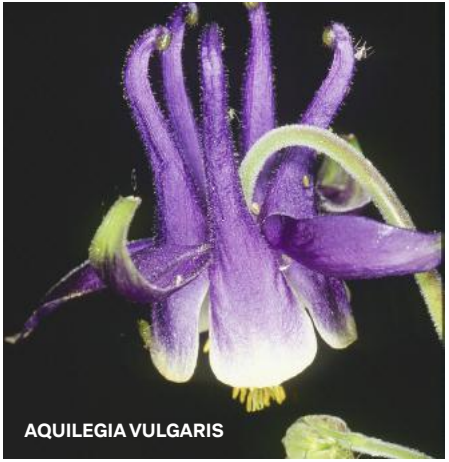
Las pasarelas están abiertas todos los días, de las 9 a las 17 horas.
Debido a la naturaleza de las pasarelas, no recomendamos que se permitan los carritos de bebé, a excepción de la ruta para movilidad reducida.
No se permite la presencia de mascotas en las pasarelas.
Hay cafés y restaurantes cerca de las tres entradas de las pasarelas.
Como los recorridos son lineales, hay traslados para llevarle de un extremo a otro.
La reserva de las entradas es obligatoria.
Hay aparcamientos cerca de las entradas de las pasarelas.



SIERRA DA ESTRELA



ALDEA DE MONTAÑA DE VIDEMONTE



AQUILEGIA VULGARIS

INVIERNO EN LA SIERRA DA ESTRELA

Pasarelas del Côa

Son sólo 930 metros de longitud, que unen el Museo de Côa y la desactivada estación ferroviaria de Côa, cerca de la desembocadura del río Côa, ya frente al río Duero. La ruta es corta, pero exigente: hay 890 escaleras y una pendiente de 160 metros. Suficiente para deslumbrar los sentidos. La naturaleza, todavía muy salvaje, pero también la historia, marcan el ritmo del paseo por los Senderos del Côa, donde se vislumbra un paisaje marcado por laderas y terrazas escarpadas, la tranquilidad de los ríos Duero y Côa, e innumerables especies vegetales y animales, algunas de ellas protegidas. Absolutamente extraordinario, entre dos paisajes clasificados como Patrimonio Mundial por la Unesco: el Arte Prehistórico del Valle del Côa y el Paisaje Vitícola del Duero. Parte del territorio del Parque Arqueológico del Valle del Côa corresponde a la Zona de Protección Especial del Valle del Côa, clasificada en 1999.
El inicio de los Senderos del Côa está junto al Museo del Côa, en Vila Nova de Foz de Côa.

Ecopistas Vale do Vouga y Dão
100 Kilómetros Deslumbrantes

Ecopista Vale do Vouga

En el antiguo ramal ferroviario del Vouga - la muy sinuosa línea Vale das Voltas (desmantelada en 1980), los 70 kilómetros de la ecopista do Vale do Vouga conectan Sernada do Vouga, pequeña localidad junto al río Vouga – ayuntamiento de Águeda con Santa Comba Dão, pasando por Águeda, Albergaria-a-Velha, Sever do Vouga, Oliveira de Frades, Vouzela, S. Pedro do Sul, Viseu y Tondela.

Es el valle encantado del río Vouga el que marca el paisaje de esta ecopista: el río Vouga nace en un pequeño arroyo a 930 metros de altitud en la Serra da Lapa, en Viseu, y tras 148 kilómetros llega a la Ría de Aveiro.

Es un refugio de biodiversidad con paisajes muy diversos: comienza como un río de altura hasta S. Pedro do Sul, luego atraviesa un profundo valle convirtiéndose en un río de montaña hasta Pessegueiro do Vouga, y después recorre sus últimos 50 kilómetros entre orillas anchas y bajas convirtiéndose en un río de llanura hasta su desembocadura en la Ría de Aveiro.

El muy monumental Ponte do Poço de Santiago en Sever do Vouga, uno de los puentes de piedra más altos de Portugal con 28,5 metros de altura, once arcos de medio punto perfectos y un tablero de 165 metros, es uno de los lugares más impresionantes de toda la Ecopista.

Nos vamos en tren

La conexión entre Aveiro y Sernada do Vouga también se puede hacer en tren a través de la línea de Vouga, una línea ferroviaria inaugurada en 1908, que transportó a muchas personas que presenciaron la caída de la monarquía y la instauración de la República, que sobrevivieron a dos guerras mundiales, y que fueron testigos del ascenso y la caída del fascismo en Portugal.

De junio a octubre, el Tren Histórico de Vouga circula entre Aveiro y Macinhata do Vouga, un viaje en la única línea de vía estrecha en funcionamiento en Portugal.

LUPINUS LUTEUS

ECOPISTA DEL VALLE DEL VOUGA • S. PEDRO DO SUL

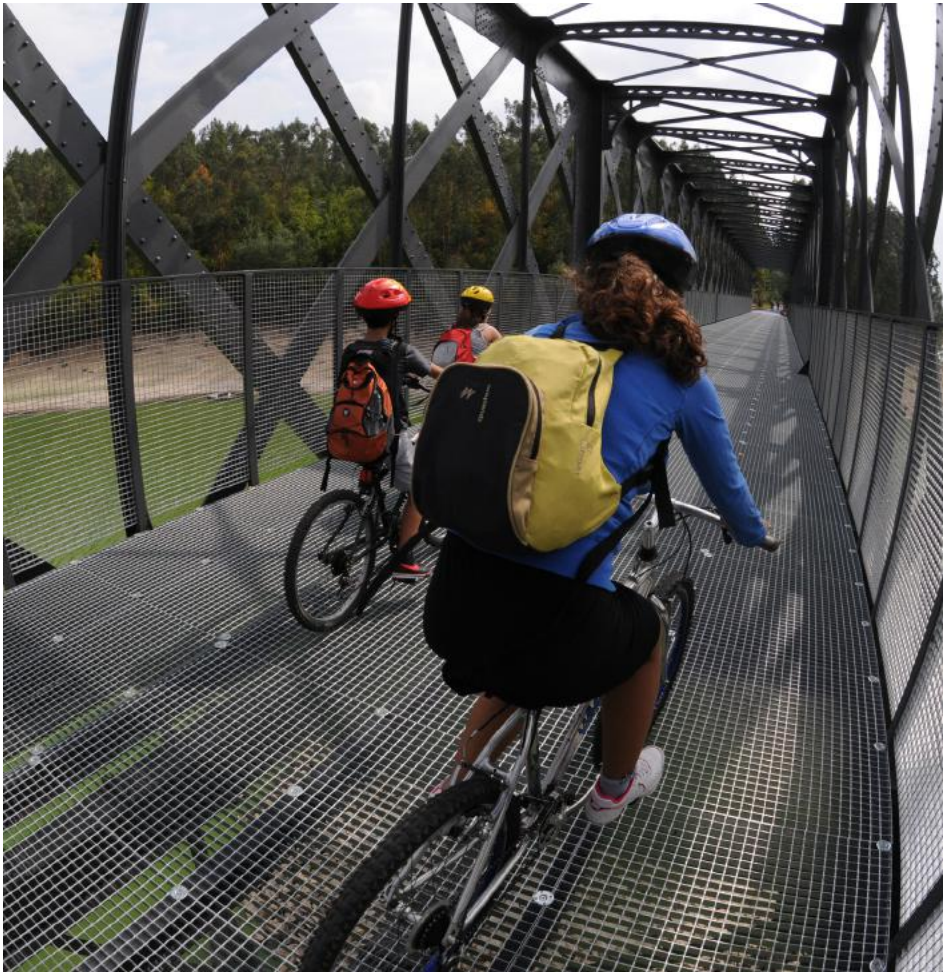
Ecopista do Dão

Situada en el antiguo Ramal de Viseu (antigua Línea do Dão) e inaugurada en julio de 2011, esta Ecopista con 49,200 km atraviesa los municipios de Santa Comba Dão, Tondela y Viseu.

A orillas del río Dão y del río Pavia, su recorrido sinuoso sigue las curvas de los ríos siempre en un paisaje natural de alcornoques, castaños, robles, viñedos y campos cultivados con vistas a las Sierras do Caramulo y Estrela.

Nos vamos en tren

La conexión con Santa Comba Dão se puede hacer desde Coimbra también en tren: Intercidades o Regional.



DARK SKY ALDEAS DE PIZARRA

Sitios web útiles

El sitio web de Eurail ayuda a los visitantes a planificar viajes en tren por Europa. El sitio muestra la duración media de los trayectos entre las principales ciudades europeas: **www.eurail.com**

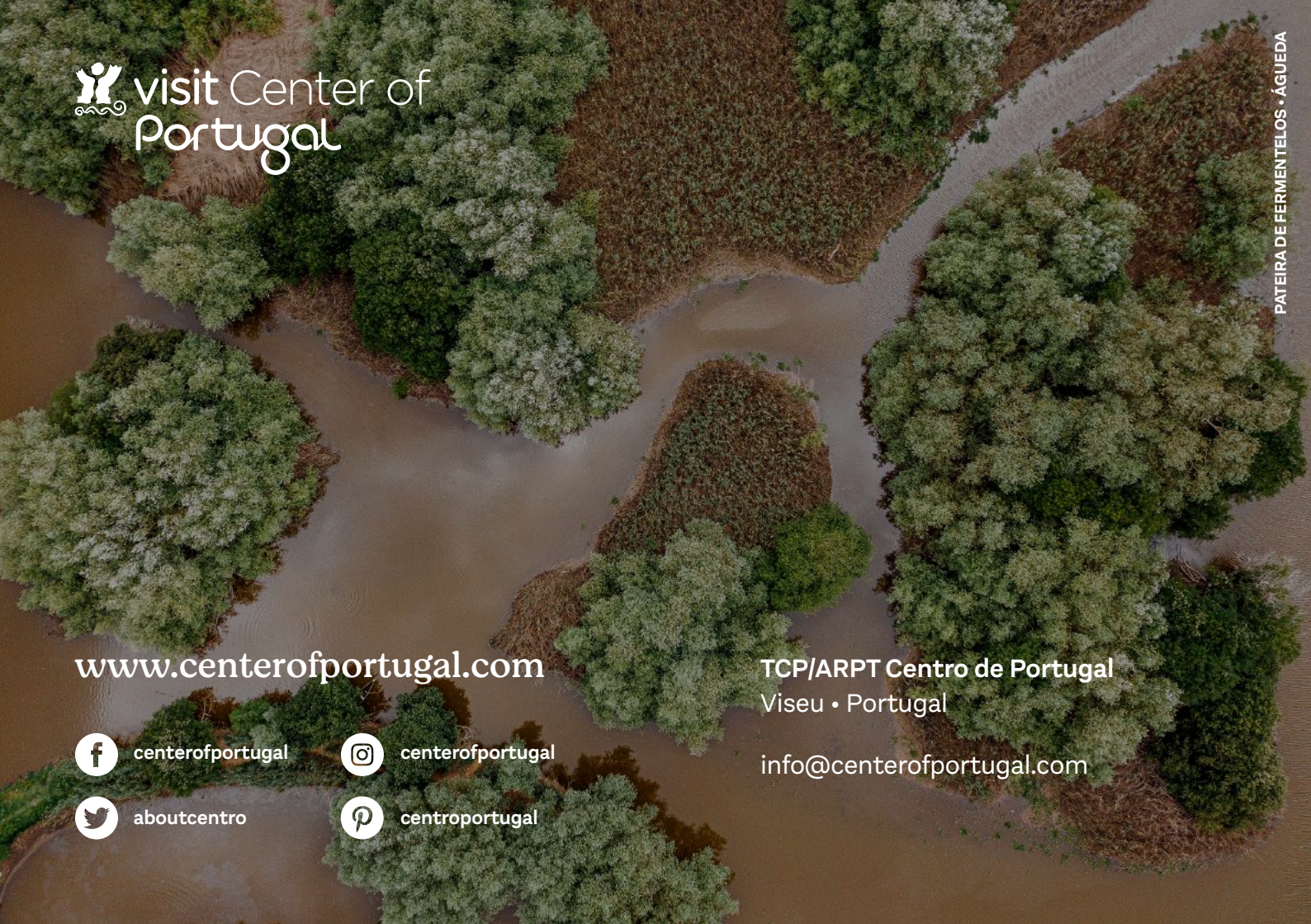
La Rail Europe y la The Train Line son dos servicios de reserva y planificación de viajes en tren por toda Europa:
www.raileurope.com
www.thetrainline.com

The Man in Seat 61 es un excelente recurso web para viajar en tren por Europa. El sitio ofrece información sobre las mejores rutas, horarios y tarifas desde Londres a los principales destinos de Europa y entre las principales ciudades europeas: **www.seat61.com**

El sitio web de las ferrovías portuguesas CP permite consultar los horarios de trenes en todo el país: **www.cp.pt**

Una calculadora para comparar el consumo de energía, el CO2 y las emisiones de escape de aviones, coches y trenes de pasajeros:
www.ecopassenger.org

visit Center of Portugal



PATEIRA DE FERMENTELOS • ÁGUEDA

www.centerofportugal.com

centerofportugal

centerofportugal

aboutcentro

centroportugal

TCP/ARPT Centro de Portugal
Viseu • Portugal

info@centerofportugal.com