

PATRIMÓNIO NATURAL NATURAL HERITAGE

O Rio Zêzere nasce na Serra da Estrela, a cerca de 1900m de altitude, junto ao Cântaro Magro, onde se define o início do maior vale glacial da Europa. Trata-se de um afluente do Tejo, onde, a alguns quilómetros da sua foz, em 1951 foi inaugurada a Barragem de Castelo do Bode, que deu origem a uma albufeira com 60 kms de comprimento.

Para além de pinhais e eucaliptais, vislumbram-se algumas espécies típicas das matas mediterrânicas, como rosmaninho, urze-rosa, estevão, carqueja e medronheiro. Desenvolvem-se em solos pobres e degradados e possuem diversos mecanismos de resistência aos verões quentes, secos e prolongados, revelando grande capacidade de regeneração após a passagem dos incêndios. Nos espaços florestais é possível encontrar coelhos bravos, texugos, saca-rabos, raposas ou javalis, mas também aves como gaivotas, perdizes, milhafres ou águias-pesqueiras. A albufeira de Castelo do Bode constitui-se como habitat de um conjunto alargado de espécies piscícolas: boga, barbo, carpa, perca, savelha, achigã e lúcio-perca.

The Zêzere River originates in the Estrela Mountain at an altitude of about 1900 m, near the Cântaro Magro, where the beginning of the largest glacier valley in Europe is defined. It is a tributary of the Tagus River, where, a few kilometres from its estuary, in 1951 the Castelo do Bode Dam was inaugurated, creating a reservoir with 60 km of length.

In addition to the pine and eucalyptus trees, it is also possible to observe some species typical of Mediterranean forests, such as French lavender, bell heather, gum rockrose, carqueja (baccharis trimera) and strawberry trees. They grow in poor and degraded soils and possess several resistance mechanisms to hot, long, and dry summers, revealing a great capacity of regeneration after the passage of fires. In forest areas, you can find wild rabbits, badgers, Egyptian mongooses, foxes or wild boars, but also birds such as Eurasian jays, partridges, kites or western ospreys. The Castelo do Bode reservoir constitutes a habitat for a wide range of fish species, such as the boga, the common barbell, the common carp, the perch, the twait shad, the largemouth bass and the zander.

PATRIMÓNIO CULTURAL CULTURAL HERITAGE

Segundo a lenda, Martinchel teve a sua origem num jovem mouro que acompanhou D. Afonso Henriques. Destacou-se na conquista de Santarém e o primeiro rei, como forma de compensação pela sua bravura e fé, atribuiu a toda a região o seu nome (Martim Chel), que com o passar do tempo passou a ser Martinchel.

A Barragem de Castelo do Bode foi inaugurada em 1951, no vale do Zêzere, entre os concelhos de Abrantes e Tomar. Trata-se de uma barragem de betão (do tipo arco gravidade), com 115 metros de altura e um desenvolvimento do coroamento de 402 metros, com três turbinas. Desempenha importante papel enquanto centro de produção de energia hidroelétrica e, desde a década de 80, tornou-se determinante no fornecimento de água, nomeadamente à cidade de Lisboa.

A Igreja de São Miguel é um edifício de 1964, que tem no interior a lápide sepulcral de S. João Baptista e interessantes telas do séc. XVIII. Para além destes elementos patrimoniais, ocupam lugar de destaque fontes, azenhas antigas, bem como alguns fornos de cal e concheiras. Como tradições, permanece o cantar dos reis e elementos associados à matança do porco, às vindimas e à apanha da azeitona.

According to the legend, Martinchel had its origin in a young Moor who accompanied Dom Afonso Henriques. He excelled in the conquest of Santarém and, to reward him for his bravery and faith, the first king attributed his name (Martim Chel) to the whole region. As time passed, the young Moor's name transformed into the place name Martinchel.

The Castelo do Bode Dam was inaugurated in 1951, in the Zêzere valley, between the municipalities of Abrantes and Tomar. It is a concrete dam (arch-gravity type), with 115 metres of height and a crown development of 402 metres, with three turbines. It plays an important role as a production centre of hydroelectric energy that, since the 1980s, has become a key element in the water supply, namely to the city of Lisbon.

The Church of São Miguel is a building dating from 1964, which has inside the sepulchral tombstone of S. João Baptista and interesting paintings from the 18th century. In addition, regarding heritage, it is also possible to highlight fountains, old water mills, as well as some limekilns and concheiras (piles of rolled pebbles, resulting from gold digging activities carried out by the Romans; their dimensions can reach between 200-500 metres of surface extension and 10-20 metres of depth). As part of tradition, there is still the cantar dos reis (kings' singing) and elements associated with the slaughter of the pig and the grape and olive harvests.

NORMAS DE CONDUTA RULES OF CONDUCT

- Mantenha-se no trilho traçado; | Remain on the pre-determined trail;
- Preserve a flora e evite perturbar a fauna; | Preserve the flora and avoid disturbing the fauna;
- Evite fazer ruído desnecessário; | Avoid making unnecessary noise;
- Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem; | Do not litter or leave other traces of your passage;
- Não faça lume; | Do not make fire;
- Não colha amostras de plantas ou rochas; | Do not collect samples of rocks or plants;
- Seja afável com as pessoas que encontre no local. | Be friendly with the people you find on the site.

CONTACTOS ÚTEIS USEFUL CONTACTS

- CIM Médio Tejo | Middle Tagus Intermunicipal Community: +351 249 730 060
- Câmara Municipal Abrantes | Abrantes Town Council: +351 241 330 100
- Freguesia de Martinchel | Parish Council of Martinchel: +351 241 849 433
- Posto de Turismo | Tourist Office: +351 241 330 100
- Hospital | Hospital: +351 241 360 700
- Bombeiros | Fire Department: +351 241 360 670
- G. N. R. | (National Republican Guard - Police Force): +351 241 360 920
- PSP | PSP (Public Safety Police): +351 241 360 970
- SOS Emergência | SOS Emergency: 112
- Informação Anti-Venenos | Anti-Poison Information: 808 250 143

SINALÉTICA SIGNAGE

GR Grande Rota / Long Distance Path



PR Pequena Rota / Short Distance Path



Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo, temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR)
Pedestrian path belonging to a Short Distance Path (PR) that temporarily crosses a Long Distance Path (GR).

Onde ficar Where to stay



Onde comer Where to eat



Promotores: Promoters:



Percurso pedestre registado e homologado pela: Path Registered as Certified by:



Cofinanciado por: Co-financing:



desenho: floema* 2020

Visita sobre a Albufeira de Castelo do Bode | View over the Castelo do Bode reservoir

PR2
ABT

Percurso Pedestre | Pedestrian Route

Martinchel

PERCURSO ROUTE

O traçado desenvolve-se maioritariamente em caminhos agrícolas e florestais de terra batida e não apresenta declives significativos. Trata-se de um trajeto circular, de 10 kms, com partida e chegada à localidade de Martinchel, situada no norte do concelho de Abrantes. A primeira fase do percurso afasta-se do Rio Zêzere e da albufeira de Castelo do Bode, cruzando espaços florestais, maioritariamente pinhais e eucaliptais. A partir do meio do trajeto, o mesmo volta a aproximar-se da albufeira de Castelo do Bode, sendo possível vislumbrar um belíssimo panorama sobre o grande lago e sobre o paredão da barragem. Na fase final, o traçado reaproxima-se de Martinchel, deixando o espaço florestal para deambular entre pequenas parcelas agrícolas, com as suas oliveiras e demais árvores de fruto.

The route proceeds mostly across agricultural and forest dirt roads and it does not possess any significant slopes. It is a circular route of 10 km, starting and finishing at the locality of Martinchel, situated in the north of the municipality of Abrantes. The first part of the route proceeds away from the Zêzere River and the Castelo do Bode reservoir and goes across forest areas mostly composed of pine and eucalyptus trees. From its middle section, the route returns to the Castelo do Bode reservoir, making it possible to glimpse at the beautiful panorama over the great lake and the dam wall. In its final part, the route returns to Martinchel, leaving behind the forest area to wander between small parcels of agricultural land, characterized by their olive trees and other fruit trees.

O QUE PODE VER? WHAT CAN YOU SEE?

Para além dos elementos patrimoniais já identificados, existe na proximidade deste percurso, nalguns casos em espaços onde passa o percurso um interessante conjunto de monumentos pré-históricos pouco conhecidos: Pedra Encavalada (Anta 5 da Jogada); Anta 3 de Vale Chão, junto a Martinchel; Conjunto Megalítico do Alqueidão, em Martinchel; Arte Rupestre em Martinchel e imediações, que integra uma figura antropomórfica e algumas rochas com covinhas.

In addition to the heritage elements already identified, there is in the vicinity of this route, or in some cases in areas where the route passes, an interesting set of little known prehistoric monuments: The Pedra Encavalada (Dolmen 5 of Jogada); Dolmen 3 of Vale Chão, near Martinchel; the Megalithic Set of Alqueidão, in Martinchel; and Rock Art in Martinchel and surrounding areas, which includes an anthropomorphic figure and some rocks with dimples

FICHA TÉCNICA TECHNICAL SHEET



10 km
distância
distance



Circular
sentido dos
ponteiros do relógio
clockwise



2h30 m
duração (aproximada)
duration



281/111 m
altitude máx/min
altitude max/min



370 m
desnível acumulado
altitude variation



Fácil (nível II)
grau de dificuldade
Easy (level 2)
difficulty level



Todo o ano
época aconselhada
All year round
recommended season



Martinchel

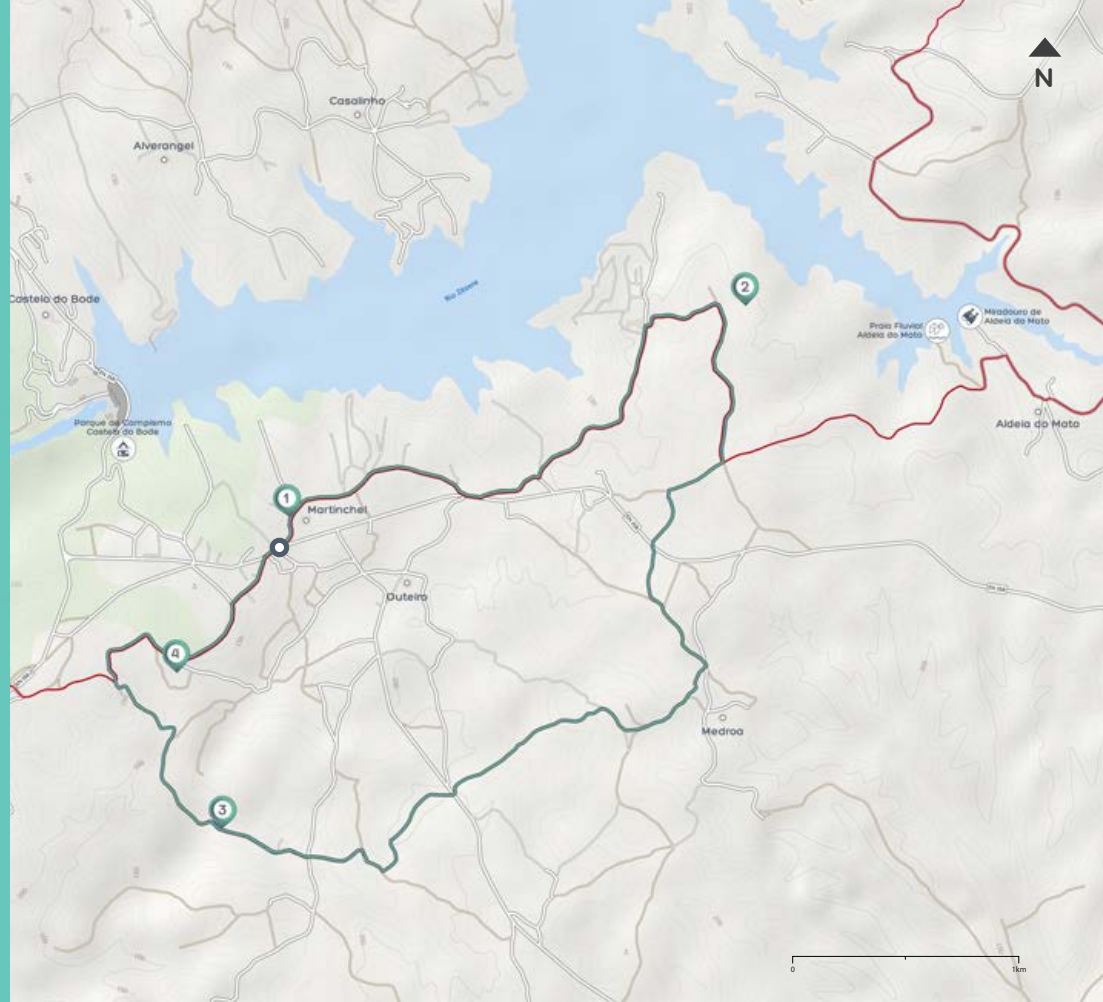
Início
Starting point

GPS

39°32'12.26"N | 8°18'38.36"W

PONTOS DE INTERESSE POINTS OF INTEREST

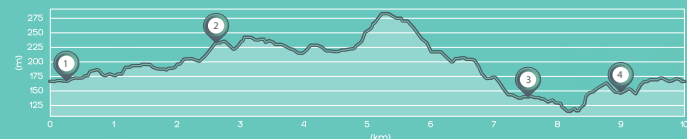
- 1 Igreja de São Miguel**
Church of São Miguel
- 2 Pedra Encavalada (Anta 5 da jogada)**
Pedra Escavalada (Dolmen 5 of Jogada)
- 3 Aldeia Alminha Velha**
Alminha Velha Village
- 4 Anta**
Dolmen



LEGENDA DO MAPA MAP LEGEND

- Ponto de início / fim
Starting point / end
- Floresta
Forest
- Linhas de Água
Watercourse
- Estradas
Roads
- Estradas de terra
Dirt roads
- Curvas de nível
Contour

PERFIL TOPOGRÁFICO TOPOGRAPHY



Barragem de Castelo de Bode | The Castelo do Bode Dam



Igreja de São Miguel | Church of São Miguel

PATRIMÓNIO NATURAL NATURAL HERITAGE

O Rio Zêzere, pelo qual se estende a albufeira de Castelo do Bode, nasce na Serra da Estrela, a cerca de 1900m de altitude, junto ao Cântaro Magro, onde se define o início do maior vale glacial da Europa. Trata-se de um afluente do Tejo, onde, a alguns quilómetros da sua foz, em 1951, foi inaugurada a Barragem de Castelo do Bode, que deu origem à enorme albufeira, com 60 kms de comprimento.

Para além de pinhais e eucaliptais, vislumbram-se algumas espécies típicas das matas mediterrânicas, como rosmaninho, urze-rosa, estevão, carqueja e medronheiro. Desenvolvem-se em solos pobres e degradados e possuem diversos mecanismos de resistência aos verões quentes, secos e prolongados, revelando grande capacidade de regeneração após a passagem dos incêndios. Nos espaços florestais é possível encontrar coelhos bravos, texugos, saca-rabos, raposas ou javalis, mas também aves como gaios, perdizes, milhafres ou águias-pesqueiras. A albufeira de Castelo do Bode constitui-se como habitat de um conjunto alargado de espécies piscícolas: boga, barbo, carpa, perca, saveiha, achigá e lúcio-perca.

The Zêzere River, through which the Castelo do Bode Reservoir extends, originates in the Estrela Mountain, at an altitude of about 1900 m, near the Cântaro Magro, where the beginning of the largest glacier valley in Europe is defined. It is a tributary of the Tagus River, where, a few kilometres from its estuary, in 1951, the Castelo do Bode Dam was inaugurated, creating the enormous reservoir with 60 km of length.

In addition to the pine and eucalyptus trees, it is also possible to observe some species typical of Mediterranean forests, such as French lavender, bell heather, gum rockrose, carqueja (baccharis trimeria) and strawberry trees. They grow in poor and degraded soils and possess several resistance mechanisms for hot, long and dry summers, revealing a great capacity of regeneration after the passage of fires. In forest areas, you can find wild rabbits, badgers, Egyptian mongooses, foxes or wild boars, but also birds such as Eurasian jays, partridges, kites or western ospreys. The Castelo do Bode reservoir constitutes a habitat for a wide range of fish species, such as the boga, the common barbel, the common carp, the perch, the twait shad, the largemouth bass and the zander.

PATRIMÓNIO CULTURAL CULTURAL HERITAGE

Igreja Matriz de São Silvestre: Tem o ano de 1637 como data da primeira notícia documental conhecida, enquanto as "Memórias Paroquiais de 1758", por sua vez, informam que foi construída em 1740, porque a primitiva estava incapaz e em muita distância do lugar. Espaço unificado, com cinco altares, tal como era corrente no século XVIII, apresentando monumentalidade para um contexto rural. Em 1980 foi alvo de uma campanha de obras, acabando por perder as características barrocas. O espólio religioso é constituído por uma peça escultórica, do século XVI, em pedra policromada, representando a Senhora da Piedade, uma pia baptismal concheada em pedra calcária, uma pintura, do século XVIII, figurando o arcanjo São Miguel, certamente parte integrante de um retábulo desmantelado.

Ermida da Senhora do Tojo: Situada num local ermo, da sua primitiva fundação não há certezas. As notícias documentais mais recuadas conhecidas são do século XVII, em que se expressa a importância do santuário na região. As suas proporções são modestas, próprias de uma ermida de romaria, com evidências de remodelações em intervenções recentes, datando a última de 2004. Ainda assim, conservaram-se os alpendres para acolher osromeiros. No interior existe um espaço cuidadosamente conservado ao longo dos séculos, um nicho, designado pela população por "gruta", que pretende sinalizar o local da aparição. O espaço onde se edificou a ermida está identificado como sagrado através de um cruzeiro e, nas suas imediações, existem pelo menos duas nascentes, uma conhecida por Fonte Velha, cuja tradição oral considerou santa, porque capaz de curar maleitas de pessoas e animais.

O **Souto** era, em meados do séc. XX, uma das freguesias de maior dimensão e com mais população do concelho de Abrantes, todavia a construção da Barragem de Castelo do Bode, com a albufeira a cortar a ligação a Tomar, bem como o desmembramento da freguesia, levaram à perda de importância desta localidade.

The Main Church of São Silvestre: 1637 is the date of the first known record, however, the "Parish Memories of 1758" state that it was built in 1740, because the primitive church was not adequate and distant from the locality. It is a unified space, with five altars, as it was practice in the 18th century, providing grandiosity to a rural context. In 1980, the church underwent works that made it lose its baroque characteristics. The religious collection consists of a 16th century sculptural piece in polychrome stone, representing the Senhora da Piedade, a baptismal font with limestone, and an 18th century painting, depicting the archangel Saint Michael, thought to be part of a dismantled altarpiece.

The Hermitage of the Senhora do Tojo: Located in an isolated place, there are no certainties about its primitive foundation. The oldest known records date from the 17th century and express the importance of the sanctuary in the region, its proportions are modest, typical of a place of pilgrimage. There are evidences of remodelling in recent interventions, with the last one dating from 2004. Nevertheless, the porches that received the pilgrims were preserved. Inside the hermitage, there is a space carefully preserved throughout the centuries, a niche, called "grotto" by the population, which signals the place of the apparition. The area where the hermitage was built is identified as sacred with a cross and, in its vicinity, there are at least two springs. One of the springs known as Fonte Velha (Old Fountain) is considered holy by oral tradition because it is thought to be capable of curing health problems of both people and animals.

In the middle of the 20th century, **Souto** was one of the largest parishes with more population of the municipality of Abrantes. However, the construction of the Castelo do Bode Dam, with the reservoir cutting off the connection to Tomar together with the dismemberment of the parish, led to the loss of importance of this locality.

NORMAS DE CONDUTA RULES OF CONDUCT






- Mantenha-se no trilho traçada; | Remain on the pre-determined trail;
- Preserve a flora e evite perturbar a fauna; | Preserve the flora and avoid disturbing the fauna;
- Evite fazer ruído desnecessário; | Avoid making unnecessary noise;
- Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem; | Do not litter or leave other traces of your passage;
- Não faça lume; | Do not make fire;
- Não colha amostras de plantas ou rochas; | Do not collect samples of rocks or plants;
- Seja afável com as pessoas que encontre no local. | Be friendly with the people you find on the site.

CONTACTOS ÚTEIS USEFUL CONTACTS






- **CIM Médio Tejo** | Middle Tagus Intermunicipal Community: **+351 249 730 060**
- **Câmara Municipal Abrantes** | Abrantes Town Council: **+351 241 330 100**
- **União de Freguesias de Aldeia do Mato e Souto** | Union of Parishes of Aldeia do Mato and Souto: **+351 241 849 050**
- **Posto de Turismo** | Tourist Office: **+351 241 330 100**
- **Hospital** | Hospital: **+351 241 360 700**
- **Bombeiros** | Fire Department: **+351 241 360 670**
- **G. N. R.** | (National Republican Guard - Police Force): **+351 241 360 920**
- **PSP** | PSP (Public Safety Police): **+351 241 360 970**
- **SOS Emergência** | SOS Emergency: **112**
- **Informação Anti-Venenos** | Anti-Poison Information: **808 250 143**

SINALÉTICA SIGNAGE

GR Grande Rota / Long Distance Path © FCMP

				
caminho certo right way	caminho errado wrong way	virar à esquerda turn left	virar à direita turn right	

PR Pequena Rota / Short Distance Path

				
caminho certo right way	caminho errado wrong way	virar à esquerda turn left	virar à direita turn right	

Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo, temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR)
Pedestrian path belonging to a Short Distance Path (PR) that temporarily crosses a Long Distance Path (GR).

Onde ficar
Where to stay



Onde comer
Where to eat



Promotores:
Promoters:



Percurso pedestre registado e homologado pela:
Path Registered as Certified by:



Cofinanciado por:
Co-financing:



desenvolvido por: floema* 2020

Albufeira de Castelo do Bode | Castelo do Bode Reservoir

PR3
ABT

Percurso Pedestre | Pedestrian Route

Souto



PERCURSO ROUTE

O traçado desenvolve-se maioritariamente em caminhos agrícolas e florestais de terra batida, apresentando em alguns espaços alguns declives acentuados. Trata-se de um trajeto circular, de 12,6 kms, com partida e chegada à localidade de Souto, situada no norte do concelho de Abrantes, com passagem pelas aldeias da Brunheta, Carril, Sentieiras e Atalaia. A primeira fase do percurso afasta-se da albufeira de Castelo do Bode, cruzando espaços florestais, maioritariamente pinhais e eucaliptais. A partir do meio do trajeto, quando se atinge a localidade de Sentieiras, o mesmo volta a aproximar-se da albufeira de Castelo do Bode, sendo possível vislumbrar um bellissimo panorama sobre o grande lago. Nesta segunda parte, com declives mais acentuados, quando se aproxima das aldeias de Sentieiras e Atalaia, o trajeto cruza pequenas parcelas agrícolas, com as suas oliveiras e demais árvores de fruto.

The route proceeds mostly across agricultural and forest dirt roads, presenting in some areas some significant slopes. It is a circular route of 12.6 km, starting and finishing at the village of Souto, located in the north of the municipality of Abrantes. The route passes through the villages of Brunheta, Carril, Sentieiras and Atalaia. The first part of the route proceeds away from the Castelo do Bode reservoir, crossing forest areas mostly composed of pine and eucalyptus trees. From its middle section, when reaching the village of Sentieiras, the route returns to the Castelo do Bode reservoir, making it possible to glimpse at the beautiful panorama over the great lake. In this second part, with steeper slopes, while approaching the villages of Sentieiras and Atalaia, the route crosses small agricultural parcels, characterized by their olive trees and other fruit trees.

O QUE PODE VER? WHAT CAN YOU SEE?

No Souto, nas proximidades da Igreja de São Silvestre, deparamos com o Coreto, com uma nave e teto de madeira de três planos. A Capela de Santo António, destruída no terramoto de 1755, que perdeu muita da sua riqueza histórica, fruto de múltiplas reparações, funciona atualmente como capela funerária, merecendo ainda atenção a Fonte dedicada ao mesmo santo.

Ainda no Souto, pode visitar-se, mediante marcação, o Núcleo Museológico desta localidade, situado na antiga Escola Primária, onde se encontram objetos associados às atividades tradicionais da freguesia. Junto às ribeiras, são visíveis antigos lagares e antigas azenhas, que eram fundamentais no âmbito das atividades económicas destes espaços rurais.

In Souto, near the Church of São Silvestre, we find the Bandstand, with a nave and a wooden ceiling of three planes. The Chapel of Santo Antonio, destroyed during the earthquake of 1755, lost much of its historical richness due to the multiple interventions it suffered. The Chapel now functions as a funeral chapel. The Fountain dedicated to Santo Antonio also deserves attention.

Still in the Souto, there is the opportunity to visit, by appointment, the Museological Nucleus of this village, located at the old Primary School. Here visitors can observe objects associated to the traditional activities of the parish. Along the rivers, it is possible to see the old mills and old water mills; these were of fundamental importance to the economic life of these rural areas.

Núcleo Museológico | Museological Nucleus: Manuel Traquina: +351 934 127 423

FICHA TÉCNICA TECHNICAL SHEET



12,6 km
distância
distance



Circular
contrário ao dos
ponteiros do relógio
counter-clockwise



3h30 m
duração (aproximada)
duration



271/ 131 m
altitude máx/min
altitude max/min



520 m
desnível acumulado
altitude variation



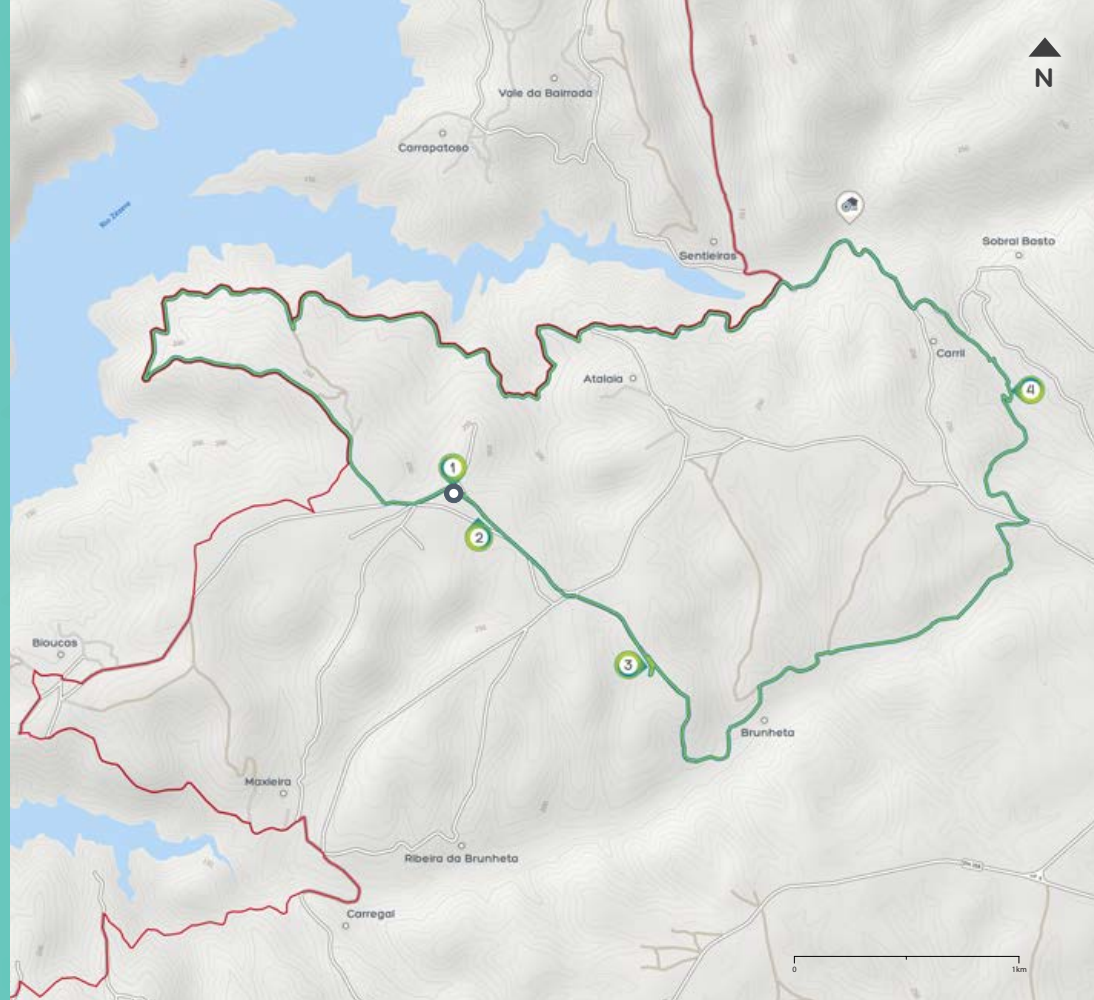
Médio (nível III)
grau de dificuldade
Medium (level 3)
difficulty level



Todo o ano
época aconselhada
All year round
recommended season



Souto
Início
Starting point
GPS
39°34'34.42"N | 8°14'6.10"W



LEGENDA DO MAPA MAP LEGEND

- Ponto de início / fim**
Starting point / end
- PR3 ABT Souto**
- GR33**
Grande Rota do Zézere
Great Route Zézere
- Floresta**
Forest
- Linhas de Água**
Watercourse
- Estradas**
Roads
- Estradas de terra**
Dirt roads
- Curvas de nível**
Contour

PONTOS DE INTERESSE POINTS OF INTEREST

- 1 Igreja Matriz de São Silvestre**
The Main Church of São Silvestre
- 2 Núcleo Museológico**
Museological Nucleus
- 3 Ermida da Senhora do Tojo**
The Hermitage of the Senhora do Tojo
- 4 Azenha (ruínas)**
Watermill (ruins)



Igreja Matriz de São Silvestre | The Main Church of São Silvestre

PERFIL TOPOGRÁFICO TOPOGRAPHY



Ermida da Senhora do Tojo | The Hermitage of the Senhora do Tojo

PATRIMÓNIO NATURAL NATURAL HERITAGE

O Rio Tejo é o maior rio da Península Ibérica em extensão, nasce a 1593 metros de altitude, na Serra de Albaracín, em Espanha, e desagua no Oceano Atlântico, em Lisboa. Percorre 1100 quilómetros, dos quais 230 em Portugal, promovendo o encontro do Alentejo com a Beira e o Ribatejo.

Parte significativa deste traçado desenvolve-se na proximidade da margem sul do Tejo. A paisagem é marcada pela presença de espécies ripícolas, como salgueiros, amieiros e choupos, bem como terrenos agrícolas. À medida que nos afastamos do Tejo, surge uma paisagem de Charneca, na qual ocupam lugar de destaque montados de sobre, pinhais e eucaliptais.

Espécies de peixes da bacia hidrográfica do Tejo, entre os quais se destacam: achigã, lampreia, enguia, sável, savelha ou saboga, robalo, boga, lúcio, lúcio-perca, peixe-rei ou verdugo, barbo e tainha - também conhecida por muge, mugem ou fataça. Há ainda espécies entretanto introduzidas no habitat, como o lagostim do rio. Espaço privilegiado para a observação de aves, como o abelharuco, o mergulhão-de-crista, a águia-pesqueira, a cegonha branca e a garça-real.

The Tagus River is, in extension, the largest river of the Iberian Peninsula, it originates at 1593 metres of altitude, in the Albaracín Mountain, in Spain, and it empties into the Atlantic Ocean, in Lisbon. It runs across 1100 kilometres, 230 of which in Portugal, promoting the meeting between the Portuguese regions of Alentejo, Beira and Ribatejo.

A significant part of this route takes place in the proximity of the south bank of the Tagus River. The presence of riparian species such as willows, black alders and poplars, as well as agricultural lands, mark the landscape. As we move away from the Tagus, a heath landscape emerges, where the cork oak, the pine and the eucalyptus forests stand out.

Among the fish species of the Tagus basin, it is possible to highlight the largemouth bass, the lamprey, the eel, the albis shad, the twait shad or twaite shad, the common snook, the boga, the pike, the zander, the sand smelt, the common barbel and the mullet - also known as muge, mugem or fataça. There are also species that meanwhile were introduced into the habitat, such as the river crayfish. It is also a privileged area for birdwatching, such as the bee-eater, the great crested grebe, the western osprey, the white stork and the grey heron.

PATRIMÓNIO CULTURAL CULTURAL HERITAGE

Igreja Paroquial de S. Pedro em Alvega - Templo de uma só nave, no interior pode-se apreciar uma boa tela do século XVIII, proveniente do Convento de S. Domingos (Abrantes).

Capela de Nossa Senhora da Guia - Pitoresca ermida de forma circular fundada em 1626, consagrada a Nossa Senhora da Guia por ali ter sido encontrada uma imagem da santa dentro de um poço, completamente seca e sem sinal de desgaste. Padroeira dos pescadores da região que faziam a sua invocação, pedindo-lhe protecção em dias de cheias e tempestades.

Pegões de ponte romana em Alvega / Pilares do Tejo - São estruturas de pedra sobre o Tejo, do que se supõe ter sido uma ponte localizada na cidade romana de "Aritium Vetus". Apesar de tradicionalmente se lhe atribuir origem romana, a sua construção será do período filipino (1580-1640).

Parish Church of S. Pedro in Alvega - a single-nave church, inside which it is possible to observe a beautiful 18th century canvas, originating from the Convent of S. Domingos (Abrantes).

Chapel of Nossa Senhora da Guia - A picturesque circular hermitage founded in 1626 and consecrated to Nossa Senhora da Guia, where an image of the saint was found inside a well completely dry and without any signs of wear. Patron saint of the region's anglers, they invoke her on days of floods and storms, asking for protection.

Pegões of Roman bridge in Alvega / Pillars of the Tagus - Stone structures over the Tagus, which are supposed to have been a bridge located in the Roman city of "Aritium Vetus". Although traditionally these stone structures are believed to be of Roman origin, their construction dates from the Philippine period (1580-1640).

NORMAS DE CONDUTA RULES OF CONDUCT

- Mantenha-se no trilho traçado; | Remain on the pre-determined trail;
- Preserve a flora e evite perturbar a fauna; | Preserve the flora and avoid disturbing the fauna;
- Evite fazer ruído desnecessário; | Avoid making unnecessary noise;
- Não deixe lixo ou outros vestígios de passagem; | Do not litter or leave other traces of your passage;
- Não faça lume; | Do not make fire;
- Não colha amostras de plantas ou rochas; | Do not collect samples of rocks or plants;
- Seja afável com as pessoas que encontre no local. | Be friendly with the people you find on the site.

CONTACTOS ÚTEIS USEFUL CONTACTS

- **CIM Médio Tejo** | Middle Tagus Intermunicipal Community: **+351 249 730 060**
- **Câmara Municipal Abrantes** | Abrantes Town Council: **+351 241 330 100**
- **Freguesia de Martinchel** | Parish of Martinchel: **+351 241 849 433**
- **Posto de Turismo** | Tourist Office: **+351 241 330 100**
- **Hospital** | Hospital: **+351 241 360 700**
- **Bombeiros** | Fire Department: **+351 241 360 670**
- **G. N. R.** | (National Republican Guard - Police Force): **+351 241 360 920**
- **PSP** | PSP (Public Safety Police): **+351 241 360 970**
- **SOS Emergência** | SOS Emergency: **112**
- **Informação Anti-Venenos** | Anti-Poison Information: **808 250 143**

SINALÉTICA SIGNAGE

GR Grande Rota / Long Distance Path © FCMP

caminho certo right way caminho errado wrong way virar à esquerda turn left virar à direita turn right

PR Pequena Rota / Short Distance Path

caminho certo right way caminho errado wrong way virar à esquerda turn left virar à direita turn right

Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo, temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR)
Pedestrian path belonging to a Short Distance Path (PR) that temporarily crosses a Long Distance Path (GR).

Onde ficar
Where to stay



Onde comer
Where to eat



Promotores:
Promoters:



Percurso pedestre registado e homologado pela:
Path Registered as Certified by:



Cofinanciado por:
Co-financing:



PR4
ABT

Percurso Pedestre | Pedestrian Route

Alvega

PERCURSO ROUTE

O traçado desenvolve-se maioritariamente por caminhos agrícolas e florestais de terra batida, nas proximidades do Rio Tejo, e não apresenta declividades significativas. Trata-se de um percurso circular, de 12,2 kms, com início e fim na localidade de Alvega, sede da União das Freguesias de Alvega e Concavada - concelho de Abrantes, no decurso do qual se atravessam as localidades de Ribeira de Fernando e Monte Galego. No espaço mais afastado do rio, a sul da EN 118, o traçado desenvolve-se por um espaço de Charneca, com montado de sobre, pinhais e eucaliptais. Nas proximidades do Tejo, a norte da EN 118, o trajeto cruza planícies aluvionares, campos agrícolas particularmente férteis.

The route proceeds mostly across agricultural and forest dirt roads, around the Tagus River, and it does not possess any significant slopes. It is a circular route of 12.2 km, starting and finishing at Alvega, seat of the Union of the Parishes of Alvega and Concavada - municipality of Abrantes. The route also crosses the localities of Ribeira de Fernando and Monte Galego in the furthest area from the river, south of NR 118 (National Road 118), the route proceeds across a heath, with cork oak, pine and eucalyptus forests. Around the Tagus River, north of NR 118, the route crosses alluvial plains, agricultural lands characterized for being particularly fertile.

O QUE PODE VER? WHAT CAN YOU SEE?

Estação de Canoagem de Alvega - Zona de recreio e lazer inaugurada em 2016, dispõe de condições para a prática de canoagem e voleibol de praia. Tem espaço de proteção de embarcações, uma zona fluvial que permite a prática desportiva de atividades aquáticas, bar, esplanada, instalações sanitárias e chuveiros.

Património hidráulico - Muito do património hidráulico presente na bacia do Tejo reporta-se às épocas muçulmana e romana, como acontece com a ponte represa de Alvega. Podem ainda observar-se algumas ruínas de noras, azenhas e moinhos de água.

Aproveitamento Hidroagrícola de Alvega - A Associação de Regantes e Beneficiários de Alvega foi constituída em 1938 e reconhecida através de alvará de 1941. Obra de referência, beneficiou uma área de regadio de 333,7 ha, com a origem da água a ter início na estação elevatória do Tejo, abastecendo uma rede de rega por gravidade constituída por canais e regadeiras, imagens de marca na paisagem agrícola desta freguesia.

Alvega Canoeing Station - A leisure and recreation area inaugurated in 2016, it has the conditions for the practice of canoeing and beach volleyball. It has an area of protection for boats, a fluvial area that allows the practice of aquatic activities, a bar, an esplanade, toilets and showers.

Hydraulic heritage - Much of the hydraulic heritage present in the Tagus basin refers to the Muslim and Roman Periods, as it is the case of the Alvega dam bridge. It is still possible to observe some ruins of norias and water mills.

Hydro-agricultural use of the Alvega - The Alvega Association of Irrigators and Beneficiaries was established in 1938 and recognized through a permit of 1941. Considered a work of reference, it benefited an irrigated area of 333.7 ha, with the water originating in the Tagus lift station and supplying, through gravity, an irrigation network made up of canals and water grooves, the trademarks of the agricultural landscape of this parish.

FICHA TÉCNICA TECHNICAL SHEET



12,2 km
distância
distance



Circular
contrário ao dos
ponteiros do relógio
counter-clockwise



3h
duração (aproximada)
duration



89 / 29 m
altitude máx./mín
altitude max./min



192 m
desnível acumulado
altitude variation



Fácil (nível II)
grau de dificuldade
Easy (level 2)
difficulty level



Todo o ano
época aconselhada
All year round
recommended season



Alvega
Início | Starting point
GPS
39°28'7.11"N | 8°2'44.82"W

PONTOS DE INTERESSE POINTS OF INTEREST

1 **Estação de Canoagem de Alvega e Praia Fluvial** | Alvega Canoeing Station and River Beach

2 **Igreja Paroquial de São Pedro**
Parish Church of S. Pedro

3 **Oliveira Centenária**
Centenary Olive Tree

1 **Fonte / Nascente**
Fountain

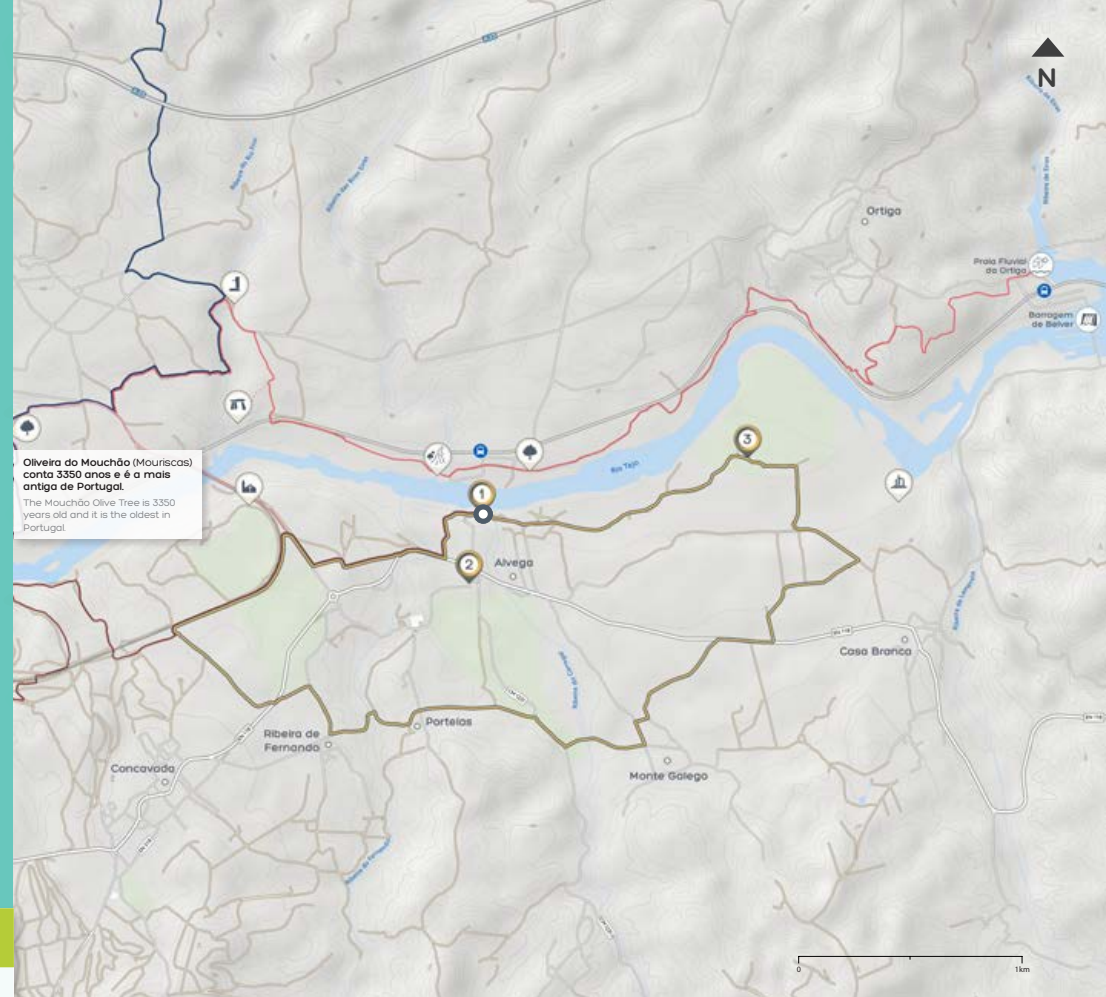
Anta da Foz do Rio Frio
Foz do Rio Frio Dolmen

Capela de Nossa S^{ra} da Guia
Chapel of Nossa Senhora da Guia

Foz da Ribeira das Boas Eiras
Mouth of the River

Oliveiras Milenares
Millenary Olive trees

"Aritius Vetus"
Pegões de ponte romana
Pegões of Roman bridge



LEGENDA DO MAPA MAP LEGEND

Ponto de início / fim
Starting point / end

PR4 ABT Alvega
GR12 E7 - Grande Rota do Tejo
Great Route Tejo

GR12.1 E7 - Ligação a Abrantes
Conexão a Abrantes

GR12.3 E7 - Ligação a Ortiga
Conexão a Ortiga

Acesso à Anta da Foz
Access to the Foz Dolmen

GR55 - Grande Rota das Ribeiras de Arcês e Rio Frio, e do Rio Tejo
Great Route of the Arcês River, Rio Frio River, and the Tagus River

Floresta
Forest

Linhas de Água
Watercourse

Estradas
Roads

Estradas de terra
Dirt roads

Curvas de nível
Contour



Igreja Paroquial de S. Pedro | Parish Church



Capela de Nossa Senhora da Guia | Chapel

PERFIL TOPOGRÁFICO TOPOGRAPHY

