

TURISMO E AVENTURA



MOE URA







TURISMO AVENTURA

A Serra da Aboboreira, um contraforte granítico implantado no extremo ocidental do maciço montanhoso Marão/Alvão, localiza-se na margem direita do Rio Douro, no extremo noroeste do distrito do Porto e distribui-se pelos concelhos de Amarante, Baião e Marco de Canaveses.

Os concelhos de Amarante, Baião e Marco de Canaveses localizam-se no território do Baixo Tâmega nas proximidades da confluência do rio Tâmega com o rio Douro e incluem a serra da Aboboreira e do Castelo como continuidade da Serra do Marão e Alvão. Esta localização contribui para as condições naturais influenciadas pelos alinhamentos montanhosos que constituem a barreira de condensação do Noroeste Português, a Sul e Norte do rio Douro. A posição geográfica, a geologia, o relevo e a própria paisagem contribuem para as características deste espaço de transição entre

a amenidade do Entre Douro e Minho, o carácter mediterrânico do Douro Vinhateiro com o rigor dos espaços interiores que apresentam continuidade com o Vale do Douro e as áreas de maior altitude.

A diversidade das condições naturais e a riqueza em recursos naturais favoreceram uma ocupação humana milenar desde a pré-história, e segundo diferentes padrões, até à atualidade.

A Serra da Aboboreira estende-se por longos planaltos e eleva-se até uma altitude de 1.000 metros, sendo de destacar, pela sua importância, três pontos: o da Abogalheira, com 962 metros; o de Meninas, com 970 e o da Senhora da Guia com 972 metros.



PERCURSOS PEDESTRES

Poderá usufruir de 3 percursos pedestres em fase final de homologação que proporcionarão todas as emoções, paisagens e encantos que esta serra tem para lhe oferecer





TRILHO DAS FLORESTAS NATURAIS PR1/BAO

A Igreja Matriz de S. João de Ovil marca o início deste percurso. A título de curiosidade, poderá visualizar parte de um friso românico na fachada norte da igreja, testemunho de um primeiro templo aqui erigido.

Após iniciar o percurso, a paisagem que se observa nas áreas de meia encosta reflete a natureza dinâmica da vegetação e a forma como esta evoluiu na ausência de usos e outras perturbações causadas pelo Homem. O abandono agrícola e pastoril permitiu a recuperação da vegetação espontânea e o desenvolvimento de extensos carvalhais jovens de carvalho-alvarinho e carvalho-negral.

Os matos altos de giestas e codessos completam a paisagem e refletem o percurso que a natureza faz na direção da floresta.

Apesar de dominar esta paisagem, a floresta natural é intercalada aqui e ali por alguns povoaamentos florestais de eucalipto e de pinheiro-bravo. As encostas da serra encontram-se sulcadas por várias linhas de água, colonizadas pelo salgueiro-negro e pelo amieiro. Aí poderá observar diversas espécies de fauna, como a rã-ibérica ou o lagarto-de-água, cujos machos se distinguem

bastante bem na época de reprodução pela coloração azul-turquesa do pescoço e cabeça.

Na parte superior do percurso, encontrará grande parte dos monumentos mais emblemáticos do Conjunto megalítico da Serra da Aboboreira: o menir da Pena e os dólmens de Chã de Parada 1 e Meninas do Crasto 3.

A configuração e implantação no terreno do monólito granítico da Pena permite-nos adivinhar que se poderá tratar de um menir. A confirmar-se esta hipótese através de escavação arqueológica, podemos estar na presença do único menir da Serra da Aboboreira.

O Dólmen 1 de Chã de Parada, Monumento Nacional desde 1910, impressiona todos aqueles que por lá passam pelas suas dimensões e pela quietude de de lugar. O mesmo aconteceu ao escritor José Saramago, que registou a sua experiência: “O viajante dá a volta, aí está o corredor, e lá dentro a câmara espaçosa, mais alto todo o conjunto do que pelo lado de fora parecia (...) e de baixo





SERRA DA ABOBOREIRA

TURISMO E AVENTURA

nada tem. Não há limites para o silêncio. Debaixo destas pedras, o viajante retira-se do mundo. (...) que homens terão levantado à força de braço esta pesadíssima laje, desbastada e aperfeiçoada como uma calote, e que falas se falaram debaixo dela, que mortos aqui foram deitados. O viajante senta-se no chão arenoso, colhe entre dois dedos um tenro caule que nasceu junto de um esteio, e, curvando a cabeça, ouve enfim o seu próprio coração.” Viagem a Portugal, p. 34

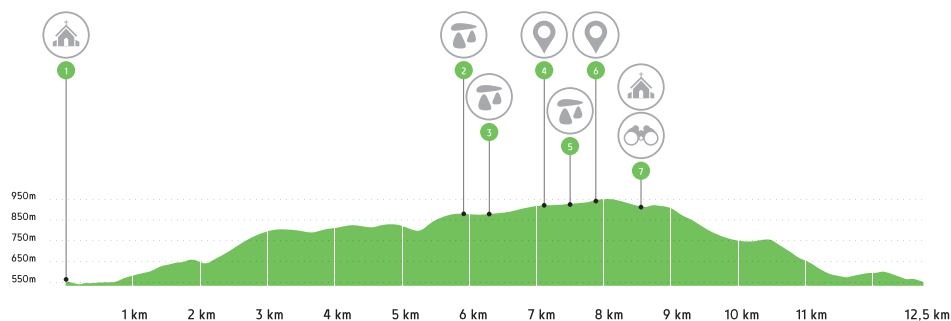
Pode ainda observar-se algumas gravuras pré-históricas em alguns dos esteios que compõem a câmara dolménica. A sua observação é mais perceptível quando se conhece a sua localização, pelo que se aconselha a marcação de uma visita orientada, através do Núcleo de Arqueologia do Museu Municipal de Baião. Cabe a todos a responsabili-

dade da conservação e preservação destas gravuras para as gerações vindouras.

Em contraponto, poderá apreciar a graciosidade de Meninas do Crasto 3, de dimensões bem mais modestas.

Para além da visita aos monumentos megalíticos, não deixe de apreciar a decoração singela de umas alminhas do séc. XIX, refrescar-se na Fonte do Mel e perceber por que chamam os pastores da Serra “Pedra de Sol” a um batólito granítico isolado, que por ter essa característica, funciona naturalmente como um relógio de sol.

Termine o percurso deliciando-se com a beleza da paisagem que se avista a partir dos Cruzeiros da Capela de Nossa Senhora da Guia.



SERRA DA ABOBOREIRA TURISMO E AVENTURA



- 1 OVIL (IGREJA DE SÃO JOÃO DE OVIL)
- 2 PENA (POSSÍVEL MENIR)
- 3 CHÃ DE PARADA 1 (MONUMENTO NACIONAL)
- 4 FONTE DE MEL (FONTE E PARQUE DE MERENDAS)
- 5 MENINAS DO CRASTO 3 (ANTA)
- 6 PEDRA DO SOL (BATÓLITO GRANÍTICO)
- 7 SENHORA DA GUIA (CAPELA E MIRADOURO)

DISTÂNCIA 12,5 KM

ACUMULADO 644 M

ALTITUDE MÁXIMA 944 M

ALTITUDE MÍNIMA 528 M

TEMPO ESTIMADO 4H30

Possível de efectuar em qualquer época do ano. Precaução no inverno com a possibilidade de nevoeiro e de baixas temperaturas. Nos dias mais quentes de verão, cautelas, dada a grande exposição do percurso ao sol.







TRILHO DAS 5 ALDEIAS E DA ÁGUA PR5/AMT-BAO

Antes de iniciar o percurso pela Serra, sugerimos uma visita à singela aldeia do Castelo, cujo nome evoca ainda a memória da fortificação medieval entretanto desaparecida. No cimo do monte, junto à Capela da Sra. do Castelo, conserva-se ainda um friso Pré-românico do templo medieval. Daí, contemplam-se vastos horizontes sobre o vale do Fornelo e as encostas do Marão.

O percurso inicia junto do carvalho centenário da aldeia de Carvalho de Rei, virando à direita, vai deparar-se com a Aldeia de Pé Redondo, de seguida encontrará a Aldeia Nova, seguido da Aldeia Velha, são os aglomerados rurais de montanha – expressão singular do povoamento em altitude, de padrão concentrado que contrasta com a disseminação em pequenos lugares típica das terras baixas.

Aqui poderá encontrar o antigo tanque comunitário, 50 M à esquerda do percurso e o antigo caminho e do moinho desta Aldeia. Um pouco mais à frente, do lado esquerdo do percurso poderá encontrar a capela de São Domingos. A próxima

paragem é pouco distante do percurso ao lado direito, mas imperdível, a Senhora da Guia, Capela e Miradouro, com paisagens de tirar o fôlego.

Regressando ao percurso depara-se com a “Pedra do Sol”, batólito granítico que, por se encontrar isolado, funciona naturalmente como um relógio do sol. Este fator terá certamente influenciado a designação que lhe foi atribuída pelos pastores da Serra da Aboboreira.

Perto, encontra a Meninas do Crasto 3 [Anta], que integra já um segundo momento construtivo que ocorreu nos inícios do IV milénio AC. As dimensões modestas e a laje de cobertura atribuem a este monumento uma certa graciosidade.

Quase no fim do percurso, encontrará a levada e um dos moinhos de Carvalho de Rei, fundamentais para a agricultura desta Aldeia. Por fim, encontrará a Igreja e o Cruzeiro de Carvalho de Rei.

Estas Aldeias conservam uma arquitetura tradicional característica, frequentemente polarizada





SERRA DA ABOBOREIRA

TURISMO E AVENTURA

numa eira comum envolvida por conjuntos de espigueiros.

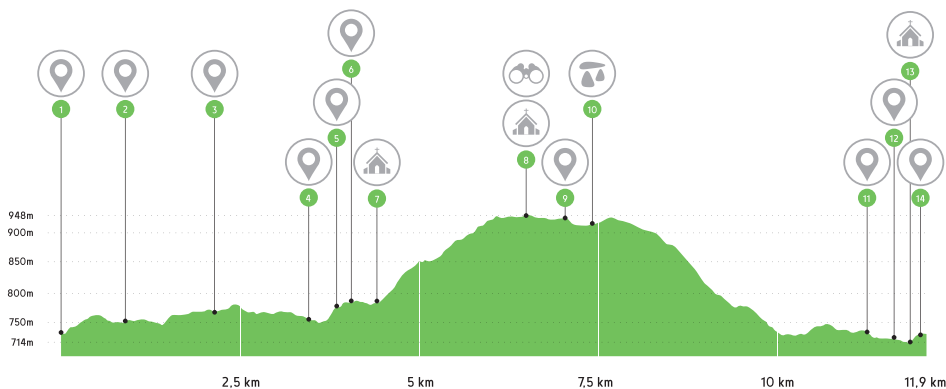
A utilização racional dos recursos de água disponíveis é evidenciada pelos caminhos tradicionais, que servem muitas vezes de levadas por onde a água passa antes de chegar aos campos. Uma forma tradicional de adubar os terrenos, lavando as calçadas dos excrementos que o gado deixa ao passar nos caminhos das aldeias.

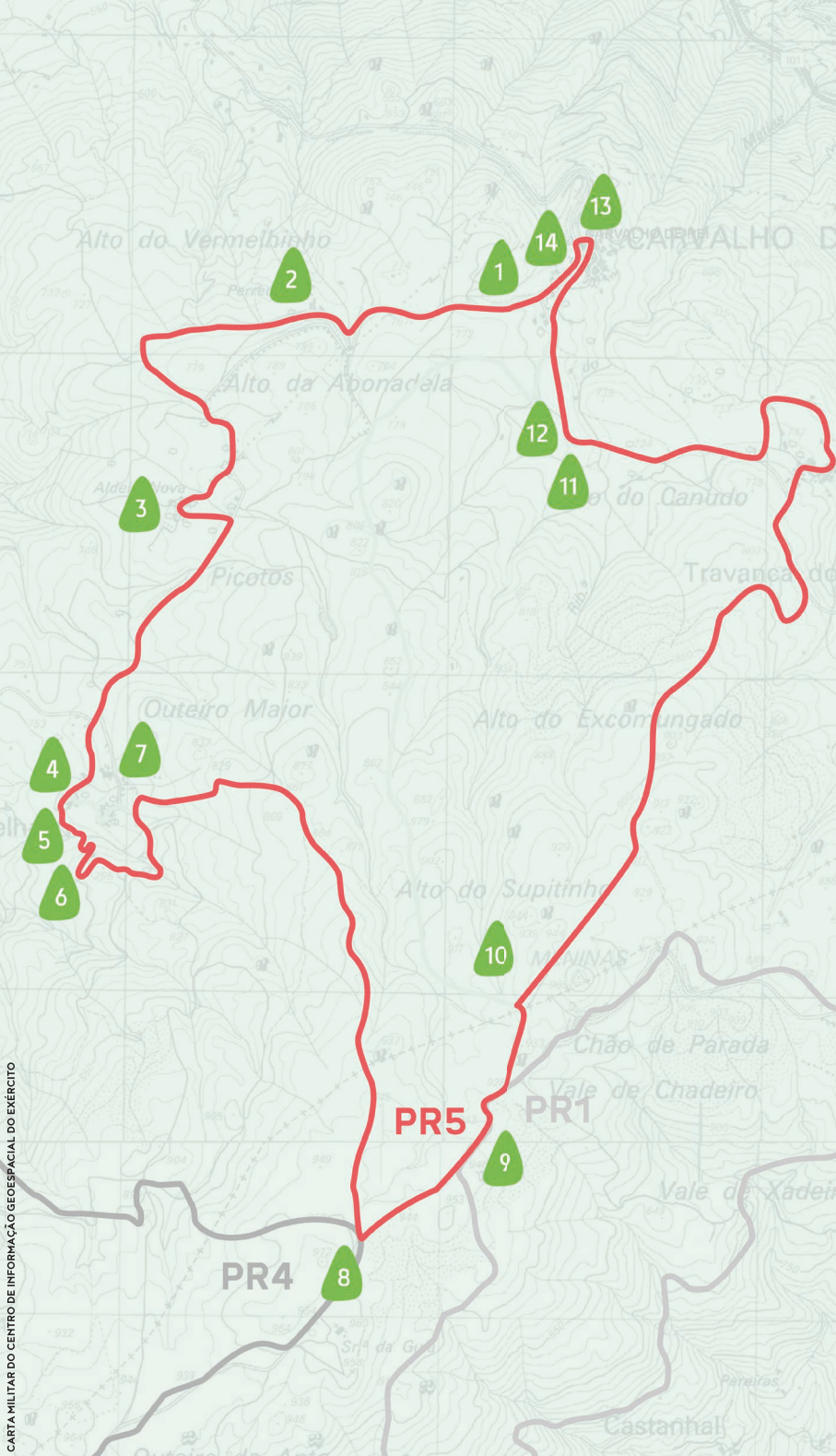
Desta forma, os agricultores tradicionais transformaram um ambiente urbano, pouco apetecível, num habitat de elevado interesse ecológico. A diversidade de plantas que se encontra nestes caminhos agrícolas do interior rural é o notável testemunho de que o Homem e a Biodiversidade não são incompatíveis. A chupadeira, o urtigão e

o poejo são apenas algumas das plantas que pontuam esses caminhos.

Nestas aldeias é frequente encontrar a andorinha-das-chaminés, cuja presença é bem tolerada pelas populações, uma vez que esta ave se alimenta dos insetos indesejáveis, muito comuns em zonas com gado.

Na envolvência das aldeias observa-se uma cintura de hortas, lameiros e campos agrícolas, que tende a diminuir por efeito da desertificação do interior rural. Nos lameiros, verdadeiros repositórios de diversidade vegetal, poderá encontrar gramíneas vistosas como o feno-de-cheiro, a erva-lanar ou a erva-nozelha.





- 1 CARVALHO DE REI (ALDEIA)
- 2 PÉ REDONDO (ALDEIA)
- 3 ALDEIA NOVA (ALDEIA)
- 4 TANQUE DE ALDEIA VELHA (LOCAL)
- 5 CAMINHO ANTIGO DA ALDEIA VELHA (LOCAL)
- 6 ANTIGO MOINHO DA ALDEIA VELHA (LOCAL)
- 7 CAPELA DE SÃO DOMINGOS - 50M À ESQ. (CAPELA)
- 8 SENHORA DA GUIA (CAPELA E MIRADOURO)
- 9 PEDRA DO SOL (BATÓLITO GRANÍTICO)
- 10 MENINAS DO CASTRO 3 (DÓLMEN)
- 11 LEVADA DE CARVALHO DE REI (LOCAL)
- 12 MOINHOS DE CARVALHO DE REI (LOCAL)
- 13 IGREJA DE CARVALHO DE REI (IGREJA)
- 14 CRUZEIRO (LOCAL)

DISTÂNCIA 11,9 KM

ACUMULADO 408 M

ALTITUDE MÁXIMA 948 M

ALTITUDE MÍNIMA 714 M

TEMPO ESTIMADO 4H00

Possível de efectuar em qualquer época do ano. Precaução no inverno com a possibilidade de nevoeiro e de baixas temperaturas. Nos dias mais quentes de verão, cautelas, dada a grande exposição do percurso ao sol.





TRILHO DOS DÓLMENS

PR4/BAO-MCN-AMT

A paisagem típica que se observa neste percurso conta a história da transformação das densas florestas primitivas de carvalhos em zonas de pastagem e numa paisagem aberta, devido à atividade pastoril que o Homem aqui desenvolveu ao longo de milhares de anos.

As gramíneas dominam estes ambientes, sendo típicas nas áreas mais planas do topo da serra. A erva-fina é uma das mais apetecidas pelo gado, já que as suas folhas são mais palatáveis do que as das restantes espécies presentes. Este é o habitat preferencial do tartaranhão-caçador, uma ave de rapina de grande beleza e com um voo característico, com frequentes acrobacias.

A ocorrência frequente de incêndios favorece a presença, por vezes com grande profusão, de plantas típicas de espaços queimados, como o feito-ordinário ou a abrótega.

Os processos erosivos resultantes da ação do Homem durante séculos levaram ao aumento dos afloramentos rochosos e de solos esqueléticos na paisagem. Estes ambientes são colonizados por algumas plantas especializadas como o tomentelo, espécie de tomilho bravo usada pelas populações

para lavar o cabelo, por lhe conferir brilho. Nas nascentes de algumas linhas de água observam-se pequenas turfeiras, zonas húmidas com uma flora muito especializada.

No planalto superior, também poderá observar vários monumentos com tumulus que fazem parte do conjunto megalítico da Serra da Aboboreira. Poderá facilmente constatar que estas construções não cumpriram apenas uma função funerária. Marcam o território, exibindo-se mais ou menos na paisagem, marcam o esforço construtivo que estas comunidades despenderam na construção e marcam a vontade / necessidade de coesão social entre as várias comunidades que a construção dos monumentos de maiores dimensões exigiria.

Na ampla chã de Outeiro de Gregos, estão identificados cinco monumentos de diferentes tipologias e de diferentes rituais correspondendo a épocas distintas da Pré-história (Neolítico e Idade do Bronze).

Do lado direito do percurso, encontra os dólmenes





SERRA DA ABOBOREIRA TURISMO E AVENTURA

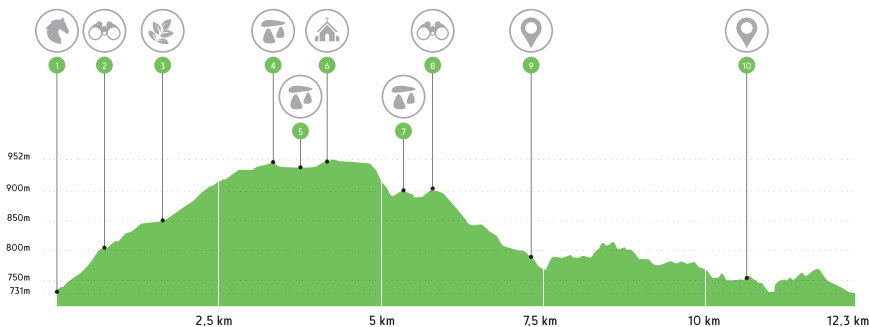
de Outeiro de Gregos 2 e 3, construções da 1ª metade do IV milénio A.C., que ocuparam propositalmente outeiros naturais e que se destacam bastante bem na paisagem. A primeira mamoa encerra um dólmen com uma pequena abertura a leste, e a segunda um dólmen fechado. Neste último, uma segunda tumulação seria só possível através da deslocação parcial da tampa. Do lado esquerdo do caminho, apesar de o seu estudo não estar ainda concluído, poderá observar um outro monumento (Outeiro de Gregos 1), cuja construção data já dos inícios do II milénio A.C. Trata-se de uma cista, originalmente coberta por um pequeno montículo construído apenas com pedras e que passa, ao contrário dos restantes monumentos, completamente despercebido na paisagem.

Na chã a montante, em Outeiro de Ante, poderá também visitar dois monumentos megalíticos. O identificado com o n.º 3, foi o primeiro monumento a ser escavado no âmbito do Campo Arqueológico da Serra da Aboboreira, em 1978, e encontra-se bastante incompleto. No entanto, ainda é visível a abertura marcada por um pequeno umbral. O n.º 1 impressiona pelo destaque que tem na paisagem,

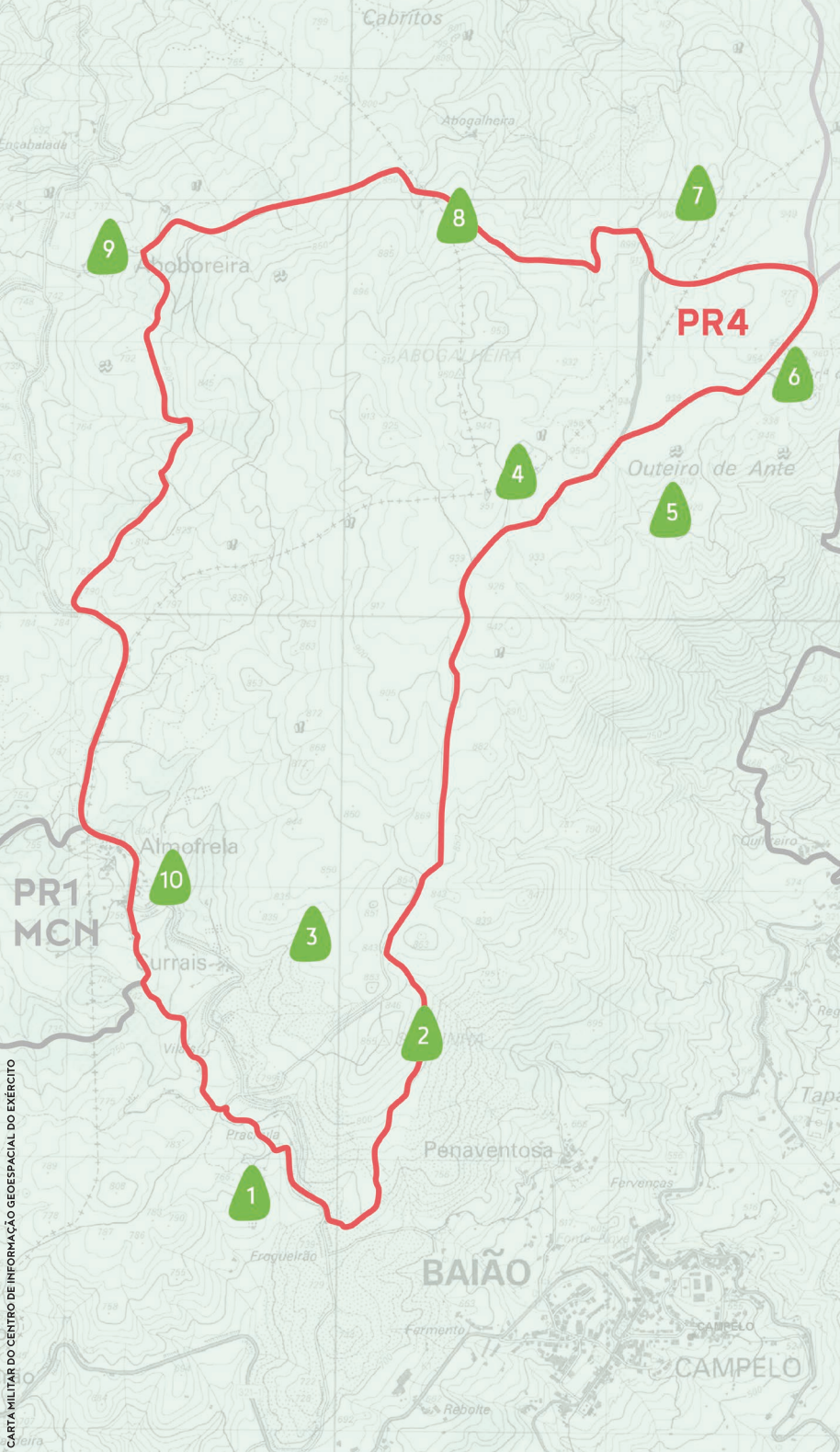
por mais uma vez o homem pré-histórico ter aproveitado uma elevação natural sobre a qual construiu o dólmen e a mamoa, conferindo-lhe assim maior monumentalidade. O acesso ao interior fazia-se através da parte superior da mamoa.

Um pouco mais à frente, do lado direito do caminho e a uma cota inferior, poderá observar um outro dólmen (Mina do Simão) que, apesar de não estar preparado para visitaçao, tem uma implantação curiosa: apresenta-se, isolado, na encosta de uma pequena chã, envolvido por uma paisagem “em anfiteatro”, e que só se destaca a partir do ribeiro, pelos lados leste ou sul. A posição dos esteios do dólmen é também curiosa, atribuindo-lhe um aspeto “naviforme”, com a “proa” a norte.

Termine o percurso visitando as Aldeias tradicionais de Aboboreira e Almofrela. A primeira, conhecida na região pelos grandes rebanhos de gado caprino e lanar e pelos queijinhos frescos de cabra. A segunda, pelo mosaico agrícola de prados e campos, pontuado por árvores como o castanheiro e o freixo, e arbustos como o amieiro-negro e a pereira brava.



SERRA DA ABOBOREIRA TURISMO E AVENTURA



- 1 CENTRO HÍPICO / CENTRO BTT DE BAIÃO**
- 2 VISTA PANORÂMICA**
- 3 TURFEIRA (ZONA HÚMIDA)**
- 4 OUTEIRO DE GREGOS (CONJUNTO DE ANTAS)**
- 5 OUTEIRO DE ANTE (CONJUNTO DE ANTAS)**
- 6 SENHORA DA GUIA (CAPELA E MIRADOURO)**
- 7 MINA DO SIMÃO (MONUMENTO MEGALÍTICO)**
- 8 VISTA PANORÂMICA**
- 9 ABOBOREIRA (ALDEIA)**
- 10 ALMOFRELA (ALDEIA DE PORTUGAL)**

DISTÂNCIA 12,30 KM

ACUMULADO 426 M

ALTITUDE MÁXIMA 952 M

ALTITUDE MÍNIMA 731 M

TEMPO ESTIMADO 4H30

Possível de efectuar em qualquer época do ano. Precaução no inverno com a possibilidade de nevoeiro e de baixas temperaturas. Nos dias mais quentes de verão, cautelas, dada a grande exposição do percurso ao sol.





PERCURSOS BTT

Poderá usufruir de 4 percursos, com 121,8 quilómetros de percursos cicláveis, por paisagens deslumbrantes e histórias milenares.

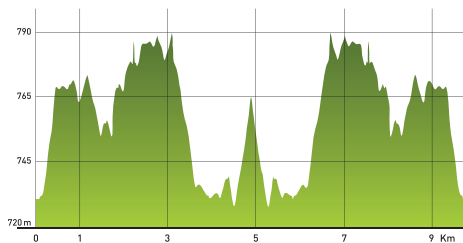


PERCURSO 1 PERCURSO 2

O percurso mais acessível, o verde possui uma distância de 9,74km, com um acumulado de subida de 190m, com um tempo estimado de realização de 1h30.

É um percurso linear, com início e fim no Centro de BTT. Passa em Almofrela e vai até à Aldeia da Aboboreira, ponto onde se regressa pelo mesmo caminho. Acessível a todos os praticantes da modalidade.

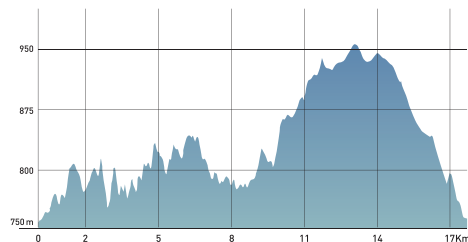
Nível de dificuldade é fácil. Piso rolante, rijo ou asfalto e largo. Praticamente plano (declives inferiores a 10% com média inferior a 5%, sem obstáculos).



O segundo percurso, o azul possui uma distância de 17,46km, com um acumulado de subida de 598m, com tempo estimado de realização entre 1h30 e 2h.

Percurso circular com início e fim no Centro de BTT. Segue em direção a nordeste, pelo estradão da Meia Encosta, subindo depois em direção à Capela da Sra. da Guia, atravessando o planalto da Serra da Aboboreira, pontuado por vários monumentos megalíticos. Acessível a todos os praticantes da modalidade.

Nível de dificuldade é moderado, com pequenos obstáculos (altura <0,2m) e poucas passagens técnicas e carreiros (declives inferiores a 15% com média inferior a 10%, piso firme ou estável).



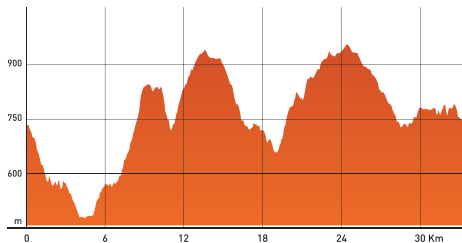


PERCURSO 3 PERCURSO 4

O terceiro percurso, o vermelho possui uma distância de 32,86km, com um acumulado de subida de 1170m, com um tempo estimado de realização entre 3h e 4h.

Percurso circular com início e fim no Centro de BTT. Segue em direção à Vila de Baião, passando pelo campo de jogos de Baião. Cortando à esquerda para o caminho de terra batida, em direção ao lugar de Outoreça, de onde sobe até ao planalto da Serra do Castelo em direção à Chã de Arcas. Desce à Aldeia de Loivos do Monte, cruzando a EN 321 e seguindo depois pelo estradão da Aboboreira, até ao seu planalto. Percurso de difícil execução.

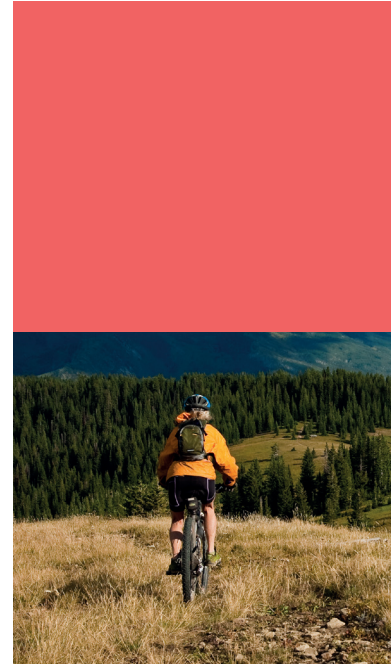
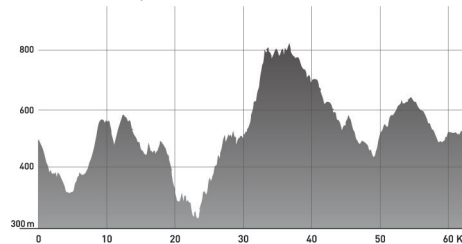
Nível de dificuldade difícil, com diversos obstáculos, drops (altura < 0,5m), passagens técnicas e subidas desafiantes (declives máximos > 15% com média inferior a 15% piso muito variável). Precisa de bom controlo de técnica de BTT e bicicletas de qualidade).



O quarto percurso, o preto possui uma distância de 61,74km, com um acumulado de subida de 2778m, com um tempo estimado de realização entre 5h e 6h.

Percurso circular com início e fim no Centro de BTT. Segue em direção à Vila de Baião, passando o campo de jogos de Baião. Cortando à esquerda para o caminho de terra batida, em direção ao lugar de Outoreça, de onde sobe até ao planalto da Serra do Castelo em direção a Gestaçõ e a Teixeira, atravessando depois a Aldeia de Várzea, subindo à Capela da Senhora do Socorro em Teixeira. Cruza o Marão pela encosta virada a Sul, seguindo depois em direção a Loivos do Monte pela EN 321, cortando para o estradão da Aboboreira, até o seu planalto. Percurso de difícil execução e aconselha-se uma boa preparação técnica e física para a sua realização.

Nível de dificuldade Muito Difícil, bastante técnico com obstáculos grande (altura >0,5m) e não evitáveis e grandes subidas (declives máximos > 20%, piso imprevisível). Só para praticantes com bastante experiência e elevada preparação, com bicicletas de qualidade.







O QUE VISITAR

01. Capela de São Brás dos Bugalhos e Alminhas
02. Menir da Pena
03. Dólmen de Chã da Parada 1
(Monumento Nacional)
04. Fonte do Mel
05. Dólmen de Meninas do Crasto 3
06. Pedra do Sol
07. Capela de S.ra da Guia
08. Monumentos Megalíticos de Outeiro de Ante
09. Monumentos Megalíticos de Outeiro de Gregos

10. Núcleo de Arqueologia (MMB)
11. Castelo de Matos
12. Monumentos Megalíticos de Chã de Arcas
13. Capela de Sta. Comba de Telões
14. Capela da S.ra do Socorro
15. Pelourinho da Rua
16. Igreja Matriz da Teixeira
17. Padrão das Invasões Francesas

REGRAS DE CONDUTA NOSTRILHOS

- Circule apenas em trilhos abertos
 - Não deixe vestígios da sua passagem
 - Tenha controlo sobre a sua bicicleta
 - Ceda sempre a prioridade
 - Nunca assuste is animais
 - Planeie antecipadamente o seu passeio
- Tenha atenção à possibilidade de cruzamento com veículos motorizados em caminhos públicos sinalizados
 - Respeite a sinalização específica de condicionamento de utilização dos trilhos por razões ambientais ou de manutenção



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



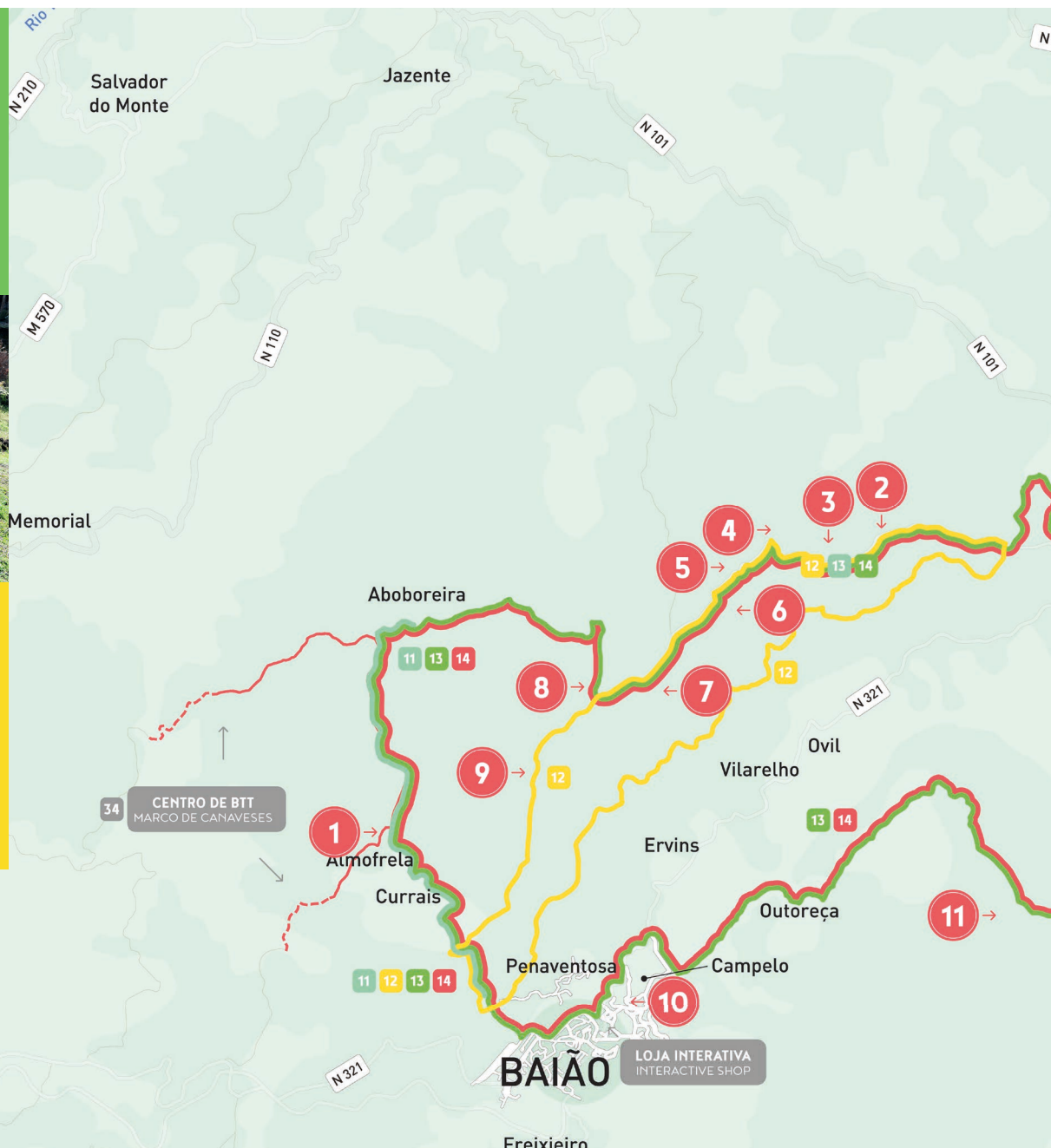
Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)



Grandes Travessias BTT
(Percursos > 1 dia)

LIGAÇÃO







MESÃO FRIO



SERRA DA ABOBOREIRA
TURISMO E AVENTURA

COMO CHEGAR

Vindo do Porto: Na A4, saia em direção a Marco de Canaveses (nº14), siga pela variante à EN 321 e continue pela EN 321-1 em direção à Baião. Ao km 5.2 saia na indicação Centro Hípico de Baião/Centro de BTT.

Vindo de Amarante: Na EN 101, ao Km 15.15 corte à direita em direção à Baião. Ao chegar ao centro da Vila circule pela EN 321-1 e siga a indicação de Centro Hípico de Baião/Centro de BTT.
GPS: 41.165891, -8.049543





ONDE COMER | ONDE DORMIR

Informação completa em:

Posto de Turismo – Amarante

Loja Interativa de Turismo
Largo Conselheiro António Cândido
4600-552 Amarante
Telefone: +351 255 420 246
E-mail: turismo@cm-amarante.pt



Posto de Turismo – Baião

Loja Interativa de Turismo
Rua de Camões, Jardim Dr. José Teixeira da Silva
4640-147 Baião
Telefone: +351 255 006 348
E-mail: turismo@cm-baião.pt



Posto de Turismo – Marco de Canaveses

Loja Interativa de Turismo
Alameda Dr. Miranda da Rocha
4630-219 Marco de Canaveses
Telefone: +351 255 538 800
E-mail: turismo@cm-marco-canaveses.pt





União Europeia

Fundo Europeu de
Desenvolvimento Regional

