

UMA MONTANHA, MUITOS MUNDOS

Os Caminhos de Montanha são uma rede de percursos pedestres que, pela abrangência e diversidade de locais percorridos, representam uma das formas mais enriquecedoras de conhecer a região.

A rota das Canadas percorre um amplo anfiteatro natural, alojado no sopé da vertente sul do planalto da Torre. Na entrada deste relevo, localiza-se a pitoresca aldeia de Alvoco da Serra, ponto de partida de um percurso que se desenvolve por uma intrincada rede de caminhos murados designados de canadas.

CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

SOS Número Europeu de Emergência

112

SOS Ambiente e Território

808 200 520

GNR (Subagrupamento de Montanha do Grupo de Intervenção de Proteção e Socorro) Tel.: 961 188 070 | ui.gips.samont@gnr.pt
Hospital Nossa Senhora da Assunção Tel.: 238 320 700

OUTROS CONTACTOS

CISE (Centro de Interpretação da Serra da Estrela)

Rua Visconde de Molelos, Seia | Tel.: 238 320 300 | cise@cise.pt

ADIRAM (Associação Desenv. Integrado da Rede das Aldeias de Montanha)

Tel.: 238 310 246 | centrodinamizador@aldeiasdemontanha.pt

CERVAS (Centro de Ecologia Recuperação e Vigilância de Animais Selvagens)

Tel.: 919 457 984 | cervas.pnse@gmail.com

Posto de Turismo de Seia Tel.: 238 317 762 | postoturismo@cm-seia.pt

Posto de Turismo de Loriga Tel.: 238 951 175

Posto de Turismo do Sabugueiro Tel.: 238 315 336

Centro de Limpeza de Neve Tel.: 275 336 251

Observatório Meteorológico das Penhas Douradas Tel.: 275 981 304

Parque Natural da Serra da Estrela (Delegação de Seia) Tel.: 238 001 060

ONDE FICAR E ONDE COMER

www.aldeiasdemontanha.pt



Edição 2016 | Pt



PR7
SEI



natureza autêntica, pessoas genuínas

f /aldeiasmontanha

CAMINHOS DE MONTANHA

ROTA DAS CANADAS

A rota das Canadas desenvolve-se na cabeceira do amplo vale de Alvoco, a montante da aldeia de Alvoco da Serra, abrangendo uma paisagem dominada por afloramentos graníticos, giestais, urzais e campos agrícolas.

Neste sector do vale, enquadrado pelos cimos do planalto da Torre e pela serra de Alvoaça, confluem inúmeras linhas de água, que estão na origem da ribeira de Alvoco, e cujas águas contribuem para a fertilidade dos campos agrícolas.

Na aldeia, além do casario antigo merecem uma visita atenta a igreja de N. Sr.ª do Rosário e a capela de Sto. António, que alberga uma coleção de arte sacra, que inclui no seu espólio esculturas em pedra de Ançã, da escola de Coimbra.



PR7
SEI



7

ROTA DAS CANADAS

PATRIMÓNIO NATURAL

- > Ribeira de Alvoco
- > Depósitos fluvio-glaciários
- > Flora e fauna

PATRIMÓNIO HISTÓRICO-CULTURAL

- > Núcleo antigo de Alvoco da Serra
- > Museu de Arte Sacra
- > Ponte medieval
- > Cortes e canadas
- > Moinhos de água e forno comunitário
- > Eira do séc. XVIII

FICHA TÉCNICA

Tipo de percurso: pequena rota circular

Sentido recomendado: anti-horário

Início / fim do percurso: Alvoco da Serra (capela de Sto. António)

Coordenadas de início / fim: N 40º 17.690' / W 07º 40.277'

Distância: 6,164 km

Desníveis acumulados: +379m / -379m

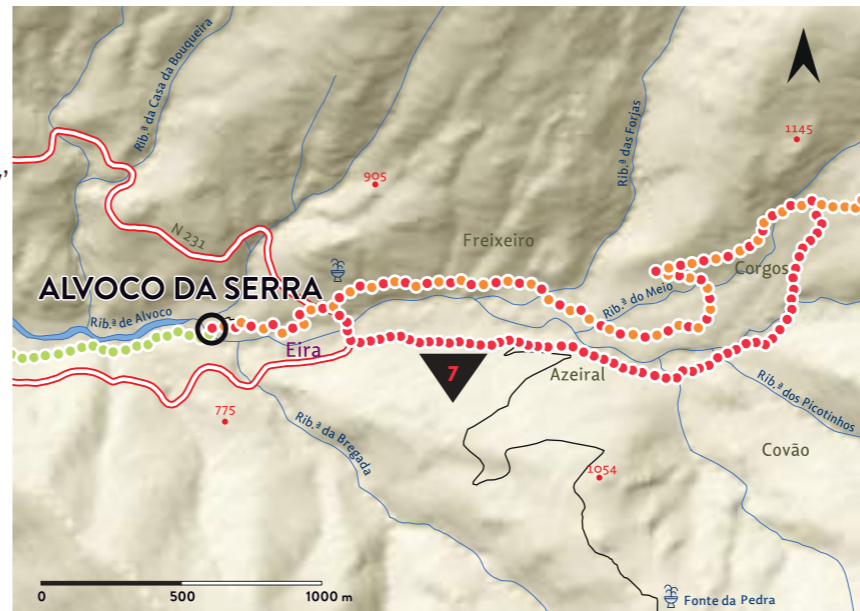
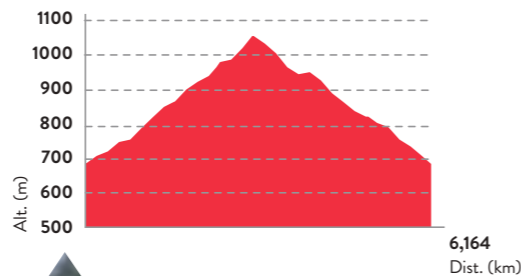
Altitudes: mín. 682 m / máx. 1050 m

Duração aproximada: 2h

Grau de dificuldade: III - algo difícil

Época recomendada: todo o ano

Cartas militares (IGEOE / 1:25000) n.º: 223, 234



ROTA
DAS CANADAS

Início e fim
do percurso

Vereda

ROTA
DO PASTOREIO

Fonte

Rodovia

ROTA DA RIBEIRA
DE ALVOCO

Linhas de água

Ponto cotado



A travessia de algumas ribeiras é
desaconselhada em períodos de forte caudal.

NORMAS DE CONDUTA

- > Planifique o percurso que pretende realizar: reúna previamente a informação disponível necessária e certifique-se que termina a caminhada antes do anoitecer.
- > Não faça fogo.
- > Circule pelos trilhos sinalizados e respeite a sinalização existente.
- > Seja cortês com os habitantes locais e respeite os seus costumes e tradições.
- > Respeite a propriedade privada: feche portões e cancelas.
- > Não perturbe o gado e não danifique as culturas agrícolas.
- > Respeite a natureza: não recolha e/ou perturbe animais, plantas ou danifique formações geológicas.
- > Se encontrar um animal selvagem ferido ou debilitado, procure reencaminhá-lo para um centro de recuperação de fauna selvagem.
- > Não deixe lixo ou vestígios da sua passagem.
- > Leve sempre água, mantimentos, protetor solar, roupa e calçado adequados e estojo básico de primeiros socorros.
- > Em algumas situações terá que transpor estradas asfaltadas, faça-o com atenção.

SINALÉTICA



CAMINHO
CERTO



CAMINHO
ERRADO



VIRAR À
ESQUERDA



VIRAR À
DIREITA

GRAU DE DIFICULDADE



I - MUITO
FÁCIL



II - FÁCIL



III - ALGO
DIFÍCIL



IV - DIFÍCIL



V - MUITO
DIFÍCIL



PERCURSO
CIRCULAR



PERCURSO
LINEAR



DURAÇÃO APROXIMADA
DO PERCURSO