

Serra do Açor

Contactos úteis / Useful contacts

SOS Emergência / Emergency

tel.: 112

Incêndios Florestais

Forest fire department

tel.: 117

Informação Anti-Venenos

Poisons Information Centre

tel.: 808 250 133

G.N.R. / Police (Arganil)

tel.: 235 200 520

Bombeiros / Fire Brigade (Côja)

tel.: 235 721 122

Bombeiros / Fire Brigade (Arganil)

tel.: 235 202 122

Centro de Saúde

tel.: 235 200 100

Farmácia de Alva (Côja)

Alva Pharmacy

tel.: 235 729 519

Farmácia Galvão (Arganil)

Galvão Pharmacy

tel.: 235 205 211

Farmácia Moderna (Arganil)

Moderna Pharmacy

tel.: 235 202 431

U. F. Côja e Barril de Alva (Côja)

tel.: 235 721 379

Posto de Turismo

Tourist office (Arganil)

tel.: 235 200 137 / 235 200 139

web.: www.visitarganil.pt

Contactos dos Promotores / Promoter contacts

Município de Arganil

Municipality of Arganil

tel.: 235 200 150

email.: geral@cm-arganil.pt

web.: www.cm-arganil.pt

Aldeias do Xisto

tel.: 275 647 700

email.: info@aldeiasdoxisto.pt

web.: www.aldeiasdoxisto.pt

Onde ficar / Where to stay

Cerdeira:

12 Meses Naturalmente (cottage)

tel.: 968 068 676

Casa da Fonte de Santo António

(cottage)

tel.: 913 893 460

Quinta da Palmeira

(touristic accommodation)

tel.: 235 728 125

Côja:

Casa da Fonte Nova (cottage)

tel.: 912 535 456

Casa de Verão (cottage)

tel.: 969 214 020

Parque de Campismo de Côja

(Coja Campsite)

tel.: 235 729 666

Pensão Vitocalis (Vitocalis Hostel)

tel.: 235 729 383

Pensão Flor do Alva

(Flor do Alva Hostel)

tel.: 235 721 152

Vivenda "A Nossa Coroa" (Villa)

tel.: 936 116 519

Onde comer / Places to eat

Barril de Alva:

Quinta do Urtigal

tel.: 235 728 298

Côja:

A Prensa

tel.: 235 729 614

Lagar do Alva

tel.: 235 721 640

Steak-House

tel.: 962 668 068

Varandas do Alva

tel.: 235 721 432

Normas de conduta

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

Rules of the trail

- Ride on open trails only
- Leave no traces of your passage
- Control your bicycle
- Yield to others
- Never scare the animals
- Plan ahead
- Pay attention to motorvehicles on public roads
- It is forbidden to use motor-vehicles on downhill trails
- Respect the environmental or maintenance signage
- Trails are restricted from September to October due to the red deer mating season
- Recommended use of GPS device

Como chegar / How to get there

A Câmara Municipal de Arganil não se responsabiliza por quaisquer acidentes ocorridos durante a realização nos percursos. The Arganil Municipality takes no liability for accidents that might occur while tracking the pathways.

Promotores:

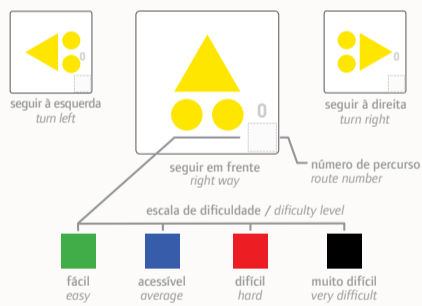


Apoios:



Percursos / Routes

Sinalética usada / Signage used



Tipo de percurso / Route type



Sinalética complementar / Signage supplement



Fácil / Easy

(rolante, piso rijo ou asfaltado e largura > 1,5m; declives inferiores a 10% com média inferior a 5%, sem obstáculos)
(rolling, hard or asphalted trail, with a width > 1,5m; slopes with < 10% and average < 5%, without obstacles)

Acessível / Average

(poucos obstáculos altura < 0,2m; poucas passagens declives inferiores a 15% com média inferior a 10%, piso firme ou estável e largura > 1m)
(few obstacles > 2 m; few technical passages, slopes < 15% with an average < 10%, firm or stable ground and width > 1m)

Difícil / Hard

(com diversos obstáculos altura < 0,5 m e passagens técnicas, declives máximos > 15% com média inferior a 15%, piso muito variável)
(several obstacles > 0,5 m and technical passages, maximum slopes > 15% and average < 15%, with variable ground conditions)

Muito Difícil / Very difficult

(bastante técnico, só para praticantes com bastante experiência, declives máximos > 20%, obstáculos não evitáveis altura > 0,5 m; piso imprevisível)
(quite technical, for experienced users only, maximum slopes > 20%, unavoidable obstacles, height > 0,5 m; unpredictable ground conditions)

31 O percurso atravessa algumas ruas estreitas de Coja, em direção à Ponte Romana onde inicia a incursão por pisos de terra batida, até ao Parque do Vale. Nesta fase o percurso segue pelo limite do perímetro urbano de Coja, junto ao Aeródromo e à zona das antigas indústrias cerâmicas. Contornada esta zona o percurso inflete para este (E) em direção à Quinta dos Vales, atravessando de seguida a zona de Gândara. Neste local inicia-se a abordagem a Coja, através de um caminho pavimentado descendente, até ao interior desse aglomerado. A travessia desta localidade faz-se por ruas antigas, passando junto ao centro paroquial e à Biblioteca, em direção à área agrícola pelo caminho da Senhora da Ribeira, seguindo um carreiro que acompanha uma levada, até ao final, no Parque do Prado. The route crosses some narrow streets of Coja, towards the Roman Bridge where the hike begins, through dirt paths, towards the Valley's Park. At this point, the route follows the limit of the urban perimeter of Coja, close to the airfield and the area of the old ceramic industries. Going around this area, the route then inflects to the east (E) towards Quinta dos Vales, afterwards crossing the Gândara area. At this location, the approach to Coja begins, descending through a paved way up to the interior of this village. The crossing of the village is done through ancient streets, passing by the parish centre and the library towards the agricultural area using the way of the Lady of the River ("Senhora da Ribeira") and following a narrow path that goes alongside a "levada" (human-made water channel) up to the end at Prado's Park.

32 O percurso segue na fase inicial, em conjunto com o percurso verde, pelas ruas de Coja e pela Ponte Romana, onde começam os pisos de terra batida, no Parque do Vale. Nesta fase o percurso segue pelo limite do perímetro urbano de Coja, passando o Aeródromo e a zona das antigas indústrias cerâmicas, onde abandona o percurso verde em direção norte (N). A partir daqui o percurso segue ao longo do vale do Rio Alva, até à ponte em Barril de Alva, invertendo aqui o sentido, próximo de Vila Cova de Alva, em direção a Coja, em terrenos a uma cota superior, com uma vista ampla sobre o vale do Alva, até à proximidade dos barreiros das antigas cerâmicas. Nesta zona o percurso inflete para sul (S) em direção a Casal de S. João, e depois em direção a Pisão, atravessando através das ruas antigas em direção aos campos agrícolas. A partir desta zona o percurso segue o sentido da Ribeira da Mata da Margarça, até à Senhora da Ribeira, efetuando a travessia da Ribeira a vau ou por uma ponte pedonal, reencontrando o percurso verde e seguindo o trilho agrícola até ao fim, no Parque do Prado.

The route's initial stage runs along with the green route, through the streets of Coja and the Roman Bridge, where the dirt paths begin, at the Valley's Park. At this point, the route continues along the limit of the urban perimeter of Coja, near the airfield and the area of the old ceramic industries, where it leaves the green route towards the north (N). From this point forward, the route continues along the Valley of the Alva River, up to the bridge at Barril de Alva. Here the route reverses its direction, close to Vila Cova de Alva, towards Coja through higher grounds and with a wide view over the Valley of the Alva up to the vicinity of the old ceramics' clay pits. In this area, the route inflects south (S) towards Casal de São João and then towards Piso, going through ancient streets towards the agricultural fields. From this point, the route follows the direction of the Margarça Woods River, up to the Lady of the River ("Senhora da Ribeira"), crossing the river by ford or through a pedestrian bridge, finding the green route again and following the agricultural trail up to the end at Prado's Park. The route's initial stage runs along with the green route, through the streets of Coja and the Roman Bridge, where the dirt paths begin, at the Valley's Park. At this point, the route

continues along the limit of the urban perimeter of Coja, near the airfield and the area of the old ceramic industries, where it leaves the green route towards the north (N). From this point forward, the route continues along the Valley of the Alva River, up to the bridge at Barril de Alva. Here the route reverses its direction, close to Vila Cova de Alva, towards Coja through higher grounds and with a wide view over the Valley of the Alva up to the vicinity of the old ceramics' clay pits. In this area, the route inflects south (S) towards Casal de São João and then towards Piso, going through ancient streets towards the agricultural fields. From this point, the route follows the direction of the Margarça Woods River, up to the Lady of the River ("Senhora da Ribeira"), crossing the river by ford or through a pedestrian bridge, finding the green route again and following the agricultural trail up to the end at Prado's Park.

33 O percurso segue, na fase inicial, juntamente com o percurso verde e azul, as ruas de Coja, a Ponte Romana e Parque do Vale, iniciando os pisos de terra batida através do Aeródromo e da zona das antigas indústrias cerâmicas. Aqui abandona o percurso verde, prosseguindo ao longo do vale do Rio Alva, em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344. A partir deste local é iniciada a subida da serra em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344. A partir deste local é iniciada a subida da serra em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344. A partir deste local é iniciada a subida da serra em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344.

O percurso percorre na fase inicial, com o percurso verde e azul, as ruas de Coja e a Ponte Romana e Parque do Vale, iniciando os pisos de terra batida, pelo Aeródromo e a zona das antigas indústrias cerâmicas, onde abandona o percurso verde, prosseguindo ao longo do vale do Rio Alva, em direção à ponte em Barril de Alva e a Vila Cova de Alva. Atravessadas as ruas seculares segue-se, em direção a este (E) e depois para sul (S), ao longo do vale da Ribeira do Porto de Avô, subindo-o em direção a Anceriz e descendo posteriormente para Portelinha e Pomares. Aqui é iniciada a subida da serra em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344. A partir local é iniciada uma subida, em direção a Anceriz e descendo posteriormente para Portelinha e Pomares. Aqui é iniciada a subida da serra em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344. A partir deste local é iniciada a subida da serra em direção à zona do alto do Carvalhal, nas cotas entre os 500m e os 600m, culminando com uma subida íngreme até à antiga EN344.

34 No início, juntamente com os percursos verde, azul e vermelho, segue-se pelas ruas de Coja, a Ponte Romana e o Parque do Vale, entrando nos pisos de terra batida através do Aeródromo e da zona das antigas indústrias cerâmicas. Aqui abandona o percurso verde, prosseguindo ao longo do vale do Rio Alva, em direção à ponte em Barril de Alva e a Vila Cova de Alva. Atravessadas as ruas seculares segue-se, em direção a este (E) e depois para sul (S), ao longo do vale da Ribeira do

Porto de Avô, subindo-o em direção a Anceriz e descendo posteriormente para Portelinha e Pomares. Aqui inicia-se a subida da serra em direção ao alto do Carvalhal, entre as cotas de 500m e os 600m. No final da subida separa-se o percurso vermelho pelo lado sudeste (SE), para o cabeço da Chama e depois ao longo da vertente para Moura da Serra. Nesta localidade reinicia-se a subida da Serra do Açor, pelo caminho antigo para Mourisá e para a "Encosta de Amieira". No topo encontra-se a estrada real e desce-se, em pisos de xisto, por vezes muito duros, até à Casa do Guarda Florestal. Aqui é possível optar pela ligação ao percurso vermelho, reduzindo a distância e o nível de dificuldade física. Continuando o percurso preto, segue-se até Parrozelos e Porto Castanheiro, por antigos caminhos em socacos de xisto e depois em caminhos florestais até à pitoresca localidade de Água d'Alte, onde inicia uma nova subida, em direção a Selada das Eiras. Desde local avista-se o próximo desafio, o Posto de Vigia do Cabeço de Monte Redondo. Junto ao posto é iniciada a longa, rápida e técnica descida em trilhos single track, passando em "Deguimbra de Cima", "Pêra Afonso", até à Ribeira de Folques, curso de água que o percurso acompanha até Arganil, passando pela Quinta do Mosteiro, Folques, Valbona e os carvalhais do Mont'Alto. A passagem em Arganil é feita sempre ao longo da Ribeira de Folques e depois pelo longo trilho do Rio Alva até à praia fluvial em Secaia. Aqui é abandonado o trilho e sobe-se para cotas mais elevadas num encadeado de caminhos florestais em direção a Machorro, e depois Coja, onde ao chegar reencontra os percursos azul e vermelho, até ao Centro de BTT.

At the starting point, together with the green, blue and red routes, this route goes along the streets of Coja, the Roman Bridge and the Valley's Park, entering the dirt paths through the airfield and the area of the old ceramic industries, where it leaves the green route continuing along the Valley of the Alva River, towards the bridge at Barril de Alva and up to Vila Cova de Alva. Crossing the secular streets, the route continues eastward (E) and then southward (S), along the Valley of the Porto de Avô River, upwards to Anceriz and descending later to Portelinha and Pomares. At this point, the ascent to the mountain begins towards the top of Carvalhal, between 500m and 600m altitude. At the end of the ascent, the red route is left behind on the southeast side (SE) towards Cabeço da Chama, continuing along the slope to Moura da Serra. It is at this point that the ascent to Açor Mountain is resumed, using the old road to Mourisá and to the Amieira's Slope ("Encosta de Amieira"). At the top, the route meets the royal road and descends through, sometimes very hard, schist pavements up to the House of the Forest Ranger. Here, it is possible to choose the connection with the red route, reducing the distance and the level of physical difficulty. Continuing on the black route, this one goes to Parrozelos and Porto Castanheiro, through ancient schist paths in the terraces and then across forest paths up to the picturesque town of Água d'Alte, where there is a new ascent towards Selada das Eiras. From this point, it is possible to see the next challenge, the "Cabeço de Monte Redondo" Watchtower. Near the watchtower a long, fast and technical descent begins on single track trails. It passes by "Deguimbra de Cima", "Pêra Afonso", up to the Folques River, a water course that the route accompanies up to Arganil, passing through Quinta do Mosteiro, Folques, Valbona and the oak trees of Mont'Alto. The transit through Arganil is always made along the Folques River and then following the long trail of the Alva River to the fluvial beach in Secaia. At this point, the trail is abandoned as it rises to higher altitudes in an intersection of forest paths towards Machorro and then Coja, where the black route reconnects with the blue and red routes up to the Mountain Bike Centre.



percurso route



distância distance



tempo time



desnivel positivo positive height gain

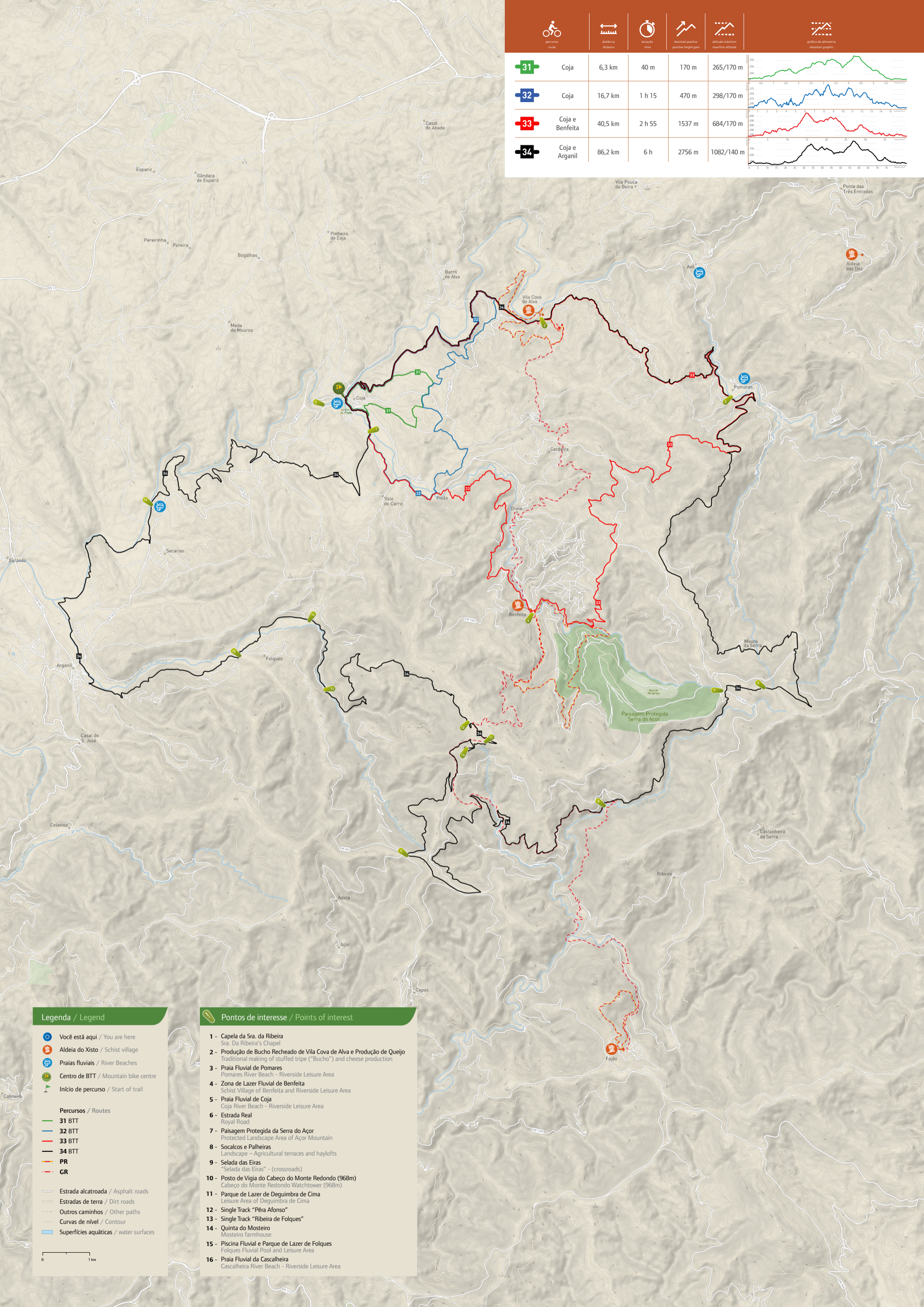


altitude máxima maximum altitude



gráfico de altitude elevation graphic

31	Coja	6,3 km	40 m	170 m	265/170 m	
32	Coja	16,7 km	1 h 15	470 m	298/170 m	
33	Coja e Benfeita	40,5 km	2 h 55	1537 m	684/170 m	
34	Coja e Arganil	86,2 km	6 h	2756 m	1082/140 m	



Legenda / Legend

- Você está aqui / You are here
- Aldeia do Xisto / Schist village
- Praias fluviais / River Beaches
- Centro de BTT / Mountain bike centre
- Início de percurso / Start of trail

Percurso / Routes

- 31 BTT
 - 32 BTT
 - 33 BTT
 - 34 BTT
 - PR
 - GR
- Estrada alcatroada / Asphalt roads
 - Estradas de terra / Dirt roads
 - Outros caminhos / Other paths
 - Curvas de nível / Contour
 - Superfícies aquáticas / water surfaces

0 1 km

Pontos de interesse / Points of interest

- 1 - Capela da Sra. da Ribeira
Sra. Da Ribeira's Chapel
- 2 - Produção de Bucho Recheado de Vila Cova de Alva e Produção de Queijo
Traditional making of stuffed tripe ("Bucho") and cheese production
- 3 - Praia Fluvial de Pomares
Pomares River Beach - Riverside Leisure Area
- 4 - Zona de Lazer Fluvial de Benfeita
Schist Village of Benfeita and Riverside Leisure Area
- 5 - Praia Fluvial de Coja
Coja River Beach - Riverside Leisure Area
- 6 - Estrada Real
Royal Road
- 7 - Paisagem Protegida da Serra do Açor
Protected Landscape Area of Açor Mountain
- 8 - Socalcos e Palheiras
Landscape - Agricultural terraces and haylofts
- 9 - Selada das Eiras
"Selada das Eiras" - (crossroads)
- 10 - Posto de Vigia do Cabeço do Monte Redondo (968m)
Cabeço do Monte Redondo Watchtower (968m)
- 11 - Parque de Lazer de Deguimbra de Cima
Leisure Area of Deguimbra de Cima
- 12 - Single Track "Pêra Afonso"
- 13 - Single Track "Ribeira de Folques"
- 14 - Quinta do Mosteiro
Mosteiro farmhouse
- 15 - Piscina Fluvial e Parque de Lazer de Folques
Folques Fluvial Pool and Leisure Area
- 16 - Praia Fluvial da Cascalheira
Cascalheira River Beach - Riverside Leisure Area