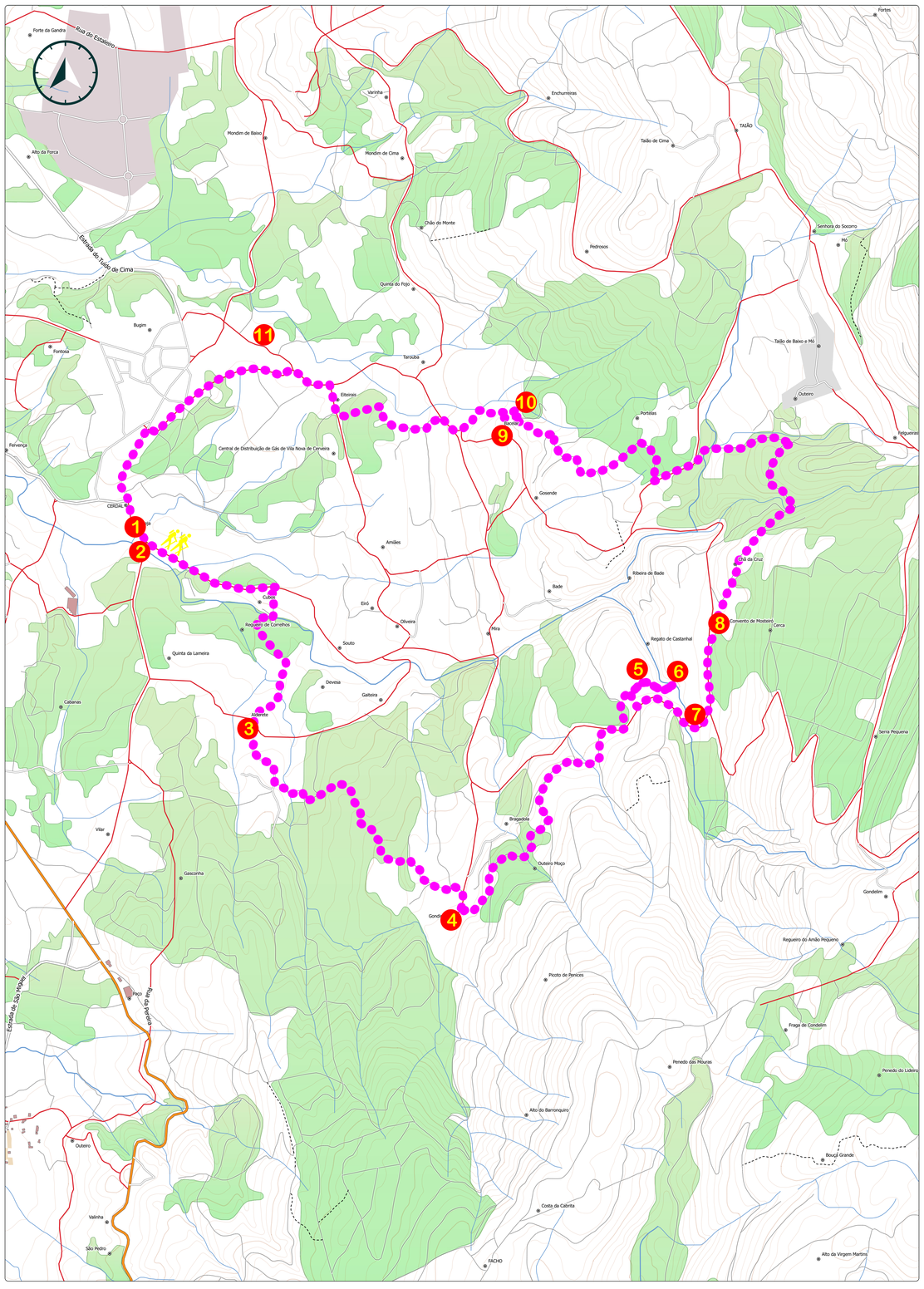
Rede Municipal de Percursos Pedestres de Valença

Valença Municipal Pedestrian Routes Network



Legenda
Legend

Trilho de Mosteiró
Mosteiró trail

Época aconselhada
Tudo o ano!
Recommended season
Year round

Escala | scale: 1/10 000

Trilho de Mosteiró | Mosteiró trail

1. Início de percurso | Igreja de Cerdal | PR 06
   Starting point | Cerdal Church | PR 06
2. Lagar de Azeite
   Olive Oil Mill
3. Núcleo Rural de Alderete
   Alderete rural center
4. Capela Nª Srª de Fátima
   Chapel of Our Lady of Fatima
5. Campo de Tiro
   Shooting range
6. Cascata da Grova
   Waterfall of the Grova
7. Parque de Merendas
   Picnic park area
8. Convento de Mosteiró
   Mosteiró Convent
9. Núcleo Rural de Bacelar
   Bacelar rural center
10. Capela Nª Srª da Ajuda
    Chapel of Our Lady of Ajuda
11. Relógio de Sol
    Sun watch

Em caso de acidente | In case of accident

1. **Mantenha a calma** | keep calm;
2. **Ligue 112** | call 112;
3. **Indique a sua posição utilizando os números inscritos no mapa, por exemplo "estou entre o ponto 6 e o ponto 7, junto ao caminho..." ou dê coordenadas** | indicate your position using the numbers on the map, for example "I am between the point 6 and the point 7, next to the path ..." or coordinates;
4. **Indique a gravidade do acidente** | Indicate the severity of the accident;
5. **Aguarde por auxílio** | wait for assistance.

PR 6 VLC — Trilho de Mosteiró
Mosteiró trail

12 km | 4h30m | CIRCULAR | + 388m | – 388m

O Trilho de Mosteiró é um percurso pedestre de pequena rota, marcado e sinalizado de acordo com as directrizes internacionais e nacionais. Este percurso, de âmbito histórico e cultural, percorre os velhos caminhos das freguesias valencianas de Cerdal e de Taião. O território montanhoso destas freguesias confere uma notável diversidade à paisagem, onde os inúmeros ribeiros compartilham o seu relevo, moldando-o desde os pontos mais altos, pelas suas inclinadas encostas até às planas zonas de várzea nas proximidades do rio Minho. Este percurso pedestre tem início junto da Igreja paroquial da Freguesia de Cerdal. Iniciamos o percurso por um curto itinerário de caminho asfaltado em direcção ao lugar de Cubes, acompanhados pelo crepitante som da Ribeira de Mira. Cruzando a ribeira, podemo-nos deliciar com uma curta paragem para desfrutar da envolvente natural. Continuamos pelo caminho em terra, em direcção ao lugar de Alderete. Deixamos para trás o núcleo rural, e seguimos o percurso marcado por um caminho bordeado por vegetação. Chegados a um pequeno ribeiro, somos forçados a cruzá-lo por umas pedras estrategicamente colocadas que permitem a passagem – a este tipo de passagem pedonal sobre cursos de água dá-se-lhes o nome de poldras ou empoldras. Daqui seguimos em direcção ao lugar de Gondim. Em Gondim, visitamos a Capela da Sr.ª de Fátima e passamos por algumas quintas senhoriais, típicas do Alto Minho. Continuamos caminho por uma área menos arborizada que nos permite contemplar e apreciar a amplitude da paisagem. Ao longe avistamos o Campo de Tiro, para pouco-e-pouco nos aproximarmos e visitarmos a Cascata da Grova, onde aproveitamos a beleza do local para um merecedor descanso. O parque de merendas existente permite-nos relaxar e saborear um reconfortante lanche para conferir energia para o restante itinerário. Daqui seguimos caminho em direcção ao Convento de Mosteiró, erigido no século XIV, cuja ocupação foi da Ordem Franciscana. Deixado para trás este elemento do património arquitectónico religioso, retomamos os caminhos lajeados que nos conduzem, por entre muros de pedra solta e campos de cultivo, até ao lugar de Bacelar. Neste lugar, por entre o típico casario compartimentado por estreitas ruas e vielas, destacam-se a Quinta e a Capela da Sr.ª da Ajuda. Abandonando o bucólico núcleo rural, continuamos o percurso pedestre, seguindo as marcações e a sinalização indicativa que se destaca na paisagem e que nos conduzirá ao local onde teve início este «trilho»

The Mosteiró's path it's a small pedestrian route, marked and flagged in accordance with international and national guidelines. This route, of historical and cultural scope, runs the old paths of the Valencian places of Cerdal and Taião. The mountainous territory of these places gives a remarkable diversity of landscape, where the several streams share their relief, shaping it from the highest points, for its steep slopes to the flat lowland areas near the Minho river. This pedestrian path starts near the parish church of Cerdal. Started the journey for a short route of paved road towards the place of Cubos, accompanied by the crackling sound of the Ribeira da Pedreira. Crossing the river we can, with a short stop, enjoy the natural surroundings. We continue by the ground path, towards the place of Alderete. We leave behind the rural core and follow the marked route by a path bordered with vegetation. Having reached a small stream, we are forced to cross it by stones strategically placed to allow passage – this type of pedestrian crossing on watercourses is given the name of "poldras" or "empoldras". From here we follow towards the place of Gondim. In Gondim, we visit the chapel of Sr.ª de Fátima and we pass some manors, typical of the Alto Minho region. We continue the way passing by a less wooded area that allows us to contemplate and appreciate the landscape. At the distance we see the shooting camp to, little by little, approach and visit the Grova waterfall, where we take advantage of the beauty of the place for a deserved rest. The existing picnic area allows us to relax and enjoy a refreshing snack to regain energy to the remaining itinerary. From here, we follow the road to the Mosteiró's Convent, erected in the fourteenth century, whose occupation was by the Franciscan order. Left behind this element of religious architecture, we return to paved roads that lead us, through rubble walls and fields, to the place of Bacelar. In this place, among the typical houses foreclosed by narrow streets and alleys, we highlight the farm and Chapel of Sr.ª da Ajuda. Leaving the bucolic rural core, we continue the pedestrian path, following the markings and signs that will lead us to the place where this beautiful journey began.

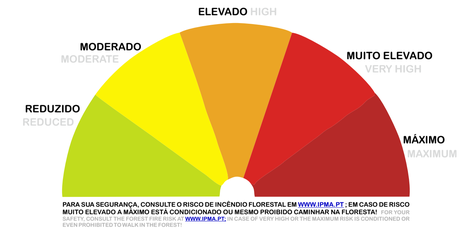
Adversidade do meio | Environmental adversity	Orientação Orientation	Tipo de piso Ground type	Esforço físico Physical effort
1	1	2	3

Perfil Altimétrico | Altimeter Profile

Lagar de azeite

Claustro de Mosteiró

Relógio de Sol



Contatos úteis
Useful contacts

Município de Valença.....+351 251 809 500
Municipality of Valença

Bombeiros Valença.....+351 251 809 000
Valença Firefighters

Centro de Saúde de Valença.....+351 251 800 020
Health Centre of Valença

GNR.....+351 251 801 010
Republican National Guard

Loja de Turismo Valença..+351 251 823 317
Valença Tourism shop

Núcleo Museológico de Valença.....+351 251 806 020
Valença Museological Nucleus

Regulamento
Regulation

- **Não saia do percurso marcado e sinalizado. Preste atenção às marcações** | Do not leave the marked and signposted route. Pay attention to the markings.
- **Evite fazer ruídos e barulhos** | Avoid making noise and clatter.
- **Respeite a propriedade privada** | Respect private property.
- **Não abandone o lixo, leve-o até ao respetivo local de recolha** | Do not leave trash. Leave it in the appropriate collection point.
- **Deixe a Natureza intacta. Não recolha plantas, animais ou rochas** | Leave nature intact. Do not collect plants, animals or rocks.
- **Evite andar sozinho. Leve água consigo. Preste atenção quando caminhe por estradas** | Avoid walking alone. Take water with you. On public roads, always obey rules and regulations.
- **Utilize sempre calçado adequado, impermeável e um chapéu** | Always use appropriate footwear, waterproof sunscreen and a hat.
- **Em caso de risco máximo de incêndio florestal, por questões de segurança não caminhe na floresta** | In case of maximum risk of forest fire, for safety reasons do not walk in the forest

Marcação do percurso pedestre
Hiking trail marking

Direção Correta | Right direction
Direção Errada | Wrong direction
Direção Esquerda | Left direction
Direção Direita | Right direction

Descarregue a aplicação
Download the application

alto minho greenways

cim alto minho

NORTE 2020
PROGRAMA OPERACIONAL REGIONAL DO NORTE

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional