

PERCURSO

Na companhia magnífica do rio Tâmega, este percurso linear tem início alternativo entre a Fluvina de Entre-os-rios e o largo da Igreja de S. Pedro de Abragão.

Partindo da Fluvina, entramos em corredor biodiverso de acesso ao núcleo molinológico de Novelhe e parque de merendas.

Em poucos passos alcançamos os parques de lazer de Ribeira e Barco de Souto, onde imperam o chilrear da avifauna ou a tranquilidade do Tâmega. Neste setor, revelam-se as primeiras vinhas, testemunhas intemporais da vitivinicultura a jusante do Tâmega.

Descendo ao rio, encontramos a "praia das famílias" ou parque fluvial de Boelhe, com serventia de bar e parque de merendas. No regresso à cota alta do caminho e demais vinhas, a Capela de S. Miguel dos Passinhos revela a imponência do estilo românico.

Em alternativa, seguindo a variante PR4.1 de cota nivelada, atravessamos as vinhas do Regedor, cuja casa em ruína revela o magnífico traço rural pós-medieval.

Dois edifícios de lavoura romanos, com origem no século I d.C definem a estação arqueológica Bouça do Ouro em derivação de poucos metros, escondida pelo tempo entre vinhas e arvoredos.

Em breve alcançamos a pequena - mas encantadora - Mata biodiversa da Cachada, com seus magníficos carvalhos escondendo o Tâmega.

Segue-se o formoso parque fluvial de Luzim, com seu admirável areal e bar aberto, com sombra aconchegante em dias de calor.

Por fim, continuamos entre aldeias locais até finalizar caminho na majestosa e opulenta Igreja românica de S. Pedro de Abragão, documentada em registos desde 1105 e como tal, anterior à nacionalidade. Se o pedestrianista chegar em horário laboral, ainda será possível visita ao CIER – Centro de Interpretação da Escultura Românica.

São 16kms de história, ruralidade, vitivinicultura e biodiversidade que não deixam ninguém indiferente a esta simbiose entre o Tâmega e Penafiel.

Com início no sentido contrário do percurso, toda a informação serve inversamente como descrição.

ROUTE

In the magnificent company of the River Tâmega, this linear route has alternative beginning between the Fluvina de Entre-os-rios and the square of the Church of St. Pedro de Abragão.

Departing from the Fluvina, we enter a biodiverse access corridor to the Novelhe mills and picnic area.

In just a few steps we can reach the leisure parks of Ribeira and Barco de Souto, where the birdsong or the tranquility of the Tâmega reign supreme.

In this sector, the first vineyards are revealed, timeless witnesses of the viticulture downstreaming Tâmega.

Going down to the river, we find the "family beach" or leisure park of Boelhe, with a bar and picnic area. Returning to the upper part of the path and other vineyards, the Chapel of S. Miguel dos Passinhos reveals the grandeur of the Romanesque style.

Alternatively, following the PR4.1 variant of leveled height, we cross the Ruler's vineyards, whose ruined house reveals the magnificent post-medieval rural trait.

Two Roman farm buildings, dating back to the 1st century AD, define the Bouça do Ouro archaeological site in a branch of a few meters, hidden by time between vineyards and trees.

Soon we reach the small - but charming - biodiverse forest of Cachada, with its magnificent oaks hiding the Tâmega.

Then, there is the beautiful leisure park of Luzim, with its wonderful sand and open bar, with cozy shade on hot days.

Finally, we continue through local villages until we reach the majestic and opulent Romanesque Church of St. Pedro de Abragão, documented in records since 1105 and, as such, before nationality.

If the hiker arrives during working hours, it will still be possible to visit the CIER – Romanesque Sculpture Interpretation Center.

There are 16kms of history, rurality, viticulture and biodiversity that leave no one indifferent to this symbiosis between the Tâmega and Penafiel.

Starting in the opposite direction of the route, all the information inversely serves as description.

NOÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA E RISCO

As atividades de pedestrianismo decorrem em espaços públicos abertos, maioritariamente de cariz natural, com pavimento irregular e noutras situações várias de menor facilidade na progressão a pé.

Só deve percorrer este percurso se estiver em bom estado de saúde, física e psicológica, em boa forma física e reunir os conhecimentos técnicos básicos necessários ao pedestrianismo.

Apenas deve percorrer este percurso quem pratica um comportamento preventivo, para evitar riscos, sem se expor a si, ou terceiros, a perigos desnecessários.

A sua participação envolve assumir o risco associado ao pedestrianismo e atividades de natureza, pelo qual é sempre aconselhável contratar seguro federativo associado à atividade pedestrianista ou seguro de acidentes pessoal que incluam actividade pedestrianista.

IMPORTANTE: Em dias de calor extremo é **desaconselhável** qualquer atividade de pedestrianismo.

AWARENESS OF SAFETY AND RISK

Walking activities take place in open public spaces, mostly on nature ground, with uneven pavement and other circumstances that are less easy to progress on foot.

You should only walk through this route if you are in good health, physical and psychological, in good physical shape and gather the basic technical knowledge necessary for hiking.

Only those who practice preventive behavior should follow this path, to avoid risks, without exposing themselves or others to unnecessary hazards.

Your participation involves taking on the risk associated with hiking and nature activities, which is why it is always advisable to obtain national federation insurance associated with hiking activity or personal accident insurance that includes hiking activity.

IMPORTANT: On days of extreme heat, any hiking activity is inadvisable.

CONSELHOS PARA A CAMINHADA

- Antes do início, consultar a previsão meteorológica para o dia da caminhada.
- Use calçado próprio para terreno irregular. Não use calçado com menos de duas semanas de uso intenso. Preferível botas impermeáveis e semi-rígidas.
- Use roupa leve e larga, para não restringir movimentos. Tenha atenção com a época do ano e as camadas a vestir.
- A mochila deve estar bem ajustada, provida de bebida não açucarada ou não alcoólica, além de alimentação mínima para repor calorias. Prever espaço extra para guardar roupa em excesso de calor por actividade física. Levar pequena lanterna ou frontal; pequeno estojo de primeiros socorros; saco para lixo; chapéu e protector solar.
- Não caminhe sozinho. Leve amigos ou família. Antes de sair, informe familiares sobre a actividade a realizar.
- Na velha máxima montanheira, **"tire apenas fotos, deixe apenas pegadas"**.

HIKING TIPS

- Before start, check weather forecast for the hiking day.
- Wear shoes suitable for uneven terrain. Do not wear shoes with less than two weeks of intense use. Waterproof and semi-rigid boots are preferable.
- Wear light, loose clothing so as not to restrict movement. Pay attention to the season of year and layers to wear.
- The backpack must be well adjusted, provided with a non-sugary or non-alcoholic drink, in addition to the minimum food to replace calories. Provide extra space to store clothes in excess of heat due to physical activity. Carry small flashlight or headlight; small first kit aid; waste bag; hat and sunscreen.
- Don't walk alone. Take friends or family. Before leaving, inform family members about the activity to be performed.
- In the old national mountain saying, **"take photos, leave footprints"**.

Homologação



Entidade Promotora



Apoio



Projeto
Xavier Lopes
Grafismo
Cream

Implementação
Geolatitude Lda.
JUNHO 2022

Visitar Penafiel



Loja Turismo



Rota Românica



Percursos
Pedestres
Penafiel



PR4
PNF

VIA PANORÂMICA DO TÂMEGA

PANORAMIC WAY OF TÂMEGA

sentir  penafiel

PERCURSOS PEDESTRES DE PENAFIEL / Penafiel walking paths

INÍCIO – FIM / Start – Finish: **Entre os rios – Abragão, Penafiel**

Carta militar 124, 135 – 1/25000 Série M888

**PR4
PNF**

PERCURSO PEDESTRE DE PEQUENA ROTA / SHORT ROUTE WALKING PATH

VIA PANORÂMICA DO TÂMEGA

PANORAMIC WAY OF TÂMEGA

DISTÂNCIA / DISTANCE

TEMPO / TIME

16Km

5h40

SÓ IDA / One way

SÓ IDA / One way



LINEAR

DESNÍVEL ACUMULADO
CUMULATIVE GAP

+782m / -594m

ALTITUDE MÁXIMA
MAXIMUM ALTITUDE

210m

ALTITUDE MÍNIMA
MINIMUM ALTITUDE

23m

NÍVEL DE DIFICULDADE / GRADING

MODERADO / MODERATE

GRAU FCMP/ FCMP GRADE

1 fácil / easy

5 difícil / difficult



I II III IV V

SINALÉTICA / PATH SIGNAGE

Percurso pedestre PR / Short Distance Walking Path



caminho certo
right way

caminho errado
wrong way

virar à esquerda
turn left

virar à direita
turn right

caminho certo Pequena Rota
coincidente com Grande Rota
Short Pedestrian Route taking
place on a Great Route

CÓDIGO DE CONDUTA / CODE OF CONDUCT

- Seguir apenas pelo trilho sinalizado / Follow sign-posted trails only
- Evitar fazer ruídos desnecessários / Avoid making unnecessary noise
- Observar a fauna sem perturbar / Never scare the animals
- Não danificar a flora / Do not damage any vegetation
- Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem / Do not litter and leave no trace of your visit
- Não fazer lume / Do not light fire
- Não recolher amostras de plantas ou rochas / Do not collect or damage plants or rocks
- Ser afável com as pessoas que encontre no local / Be kind to people you find along the way

CONTACTOS ÚTEIS / Useful contacts

— Câmara Municipal Penafiel / Town hall:
(+351) 255 710 700

— Centro Hospitalar Tâmega e Sousa
/ Tâmega Sousa Hospital:
(+351) 255 714 000

— Posto de Turismo / Tourism office
(+351) 255 710 722

— Protecção à Floresta / Forest Fires:
(+351) 117



Pontos de Visita Waypoints

- 1 Fluvina de Entre-os-rios
Fluvina of Entre-os-rios
- 2 Parque Duarte Pacheco
Park Duarte Pacheco
- 3 Moinhos de Novelhos
Novelhos watermills
- 4 Parque de Lazer de Ribeira
Leisure park of Ribeira
- 5 Barca dos amores
Lovers barge
- 6 Parque de Barco do Souto
Leisure park of Barco do Souto
- 7 Casa do Regedor
Ruler's Manor
- 8 Capela
Chapel
- 9 Parque de lazer de Boelhe
Leisure park of Boelhe
- 10 Capela de S. Miguel
Chapel of St. Michael
- 11 Estação Arq. Bouça do Ouro
Bouça do Ouro Archaeological Site
- 12 Mata da Cachada
Cachada Forest
- 13 Baloço de Travassos
Travassos swing
- 14 Parque de lazer de Luzim
Leisure park of Luzim
- 15 Bar CSC Abragão
Bar CSC Abragão
- 16 Igreja de S. Pedro Abragão
Church of Saint Peter of Abragão
- 17 C. Int. Esc. Românica (CIER)
Romanesque Interp. Center (CIER)
- 18 Igreja de S. Gens de Boelhe
Church of Saint Gens de Boelhe
- 19 Moinho de queda vertical
Vertical drop watermill

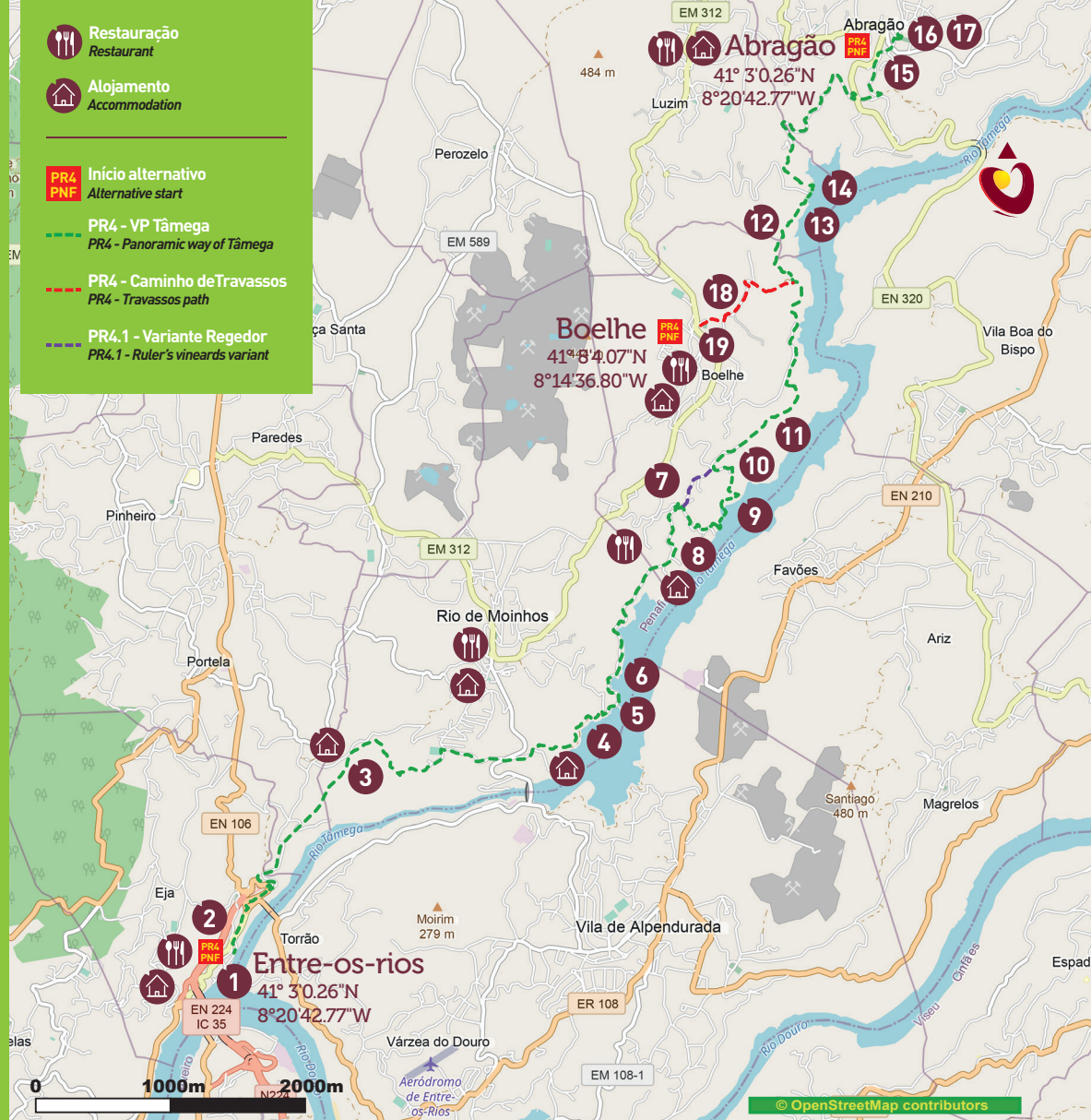
- Restauração
Restaurant
- Alojamento
Accommodation

**PR4
PNF** Início alternativo
Alternative start

PR4 - VP Tâmega
PR4 - Panoramic way of Tâmega

PR4 - Caminho de Travassos
PR4 - Travassos path

PR4.1 - Variante Regedor
PR4.1 - Ruler's vineyards variant



PERFIL DE ALTIMETRIA / GRADIENT PROFILE

