



GRANDE TRAVESSIA DO DOURO INTERNACIONAL E VINHATEIRO

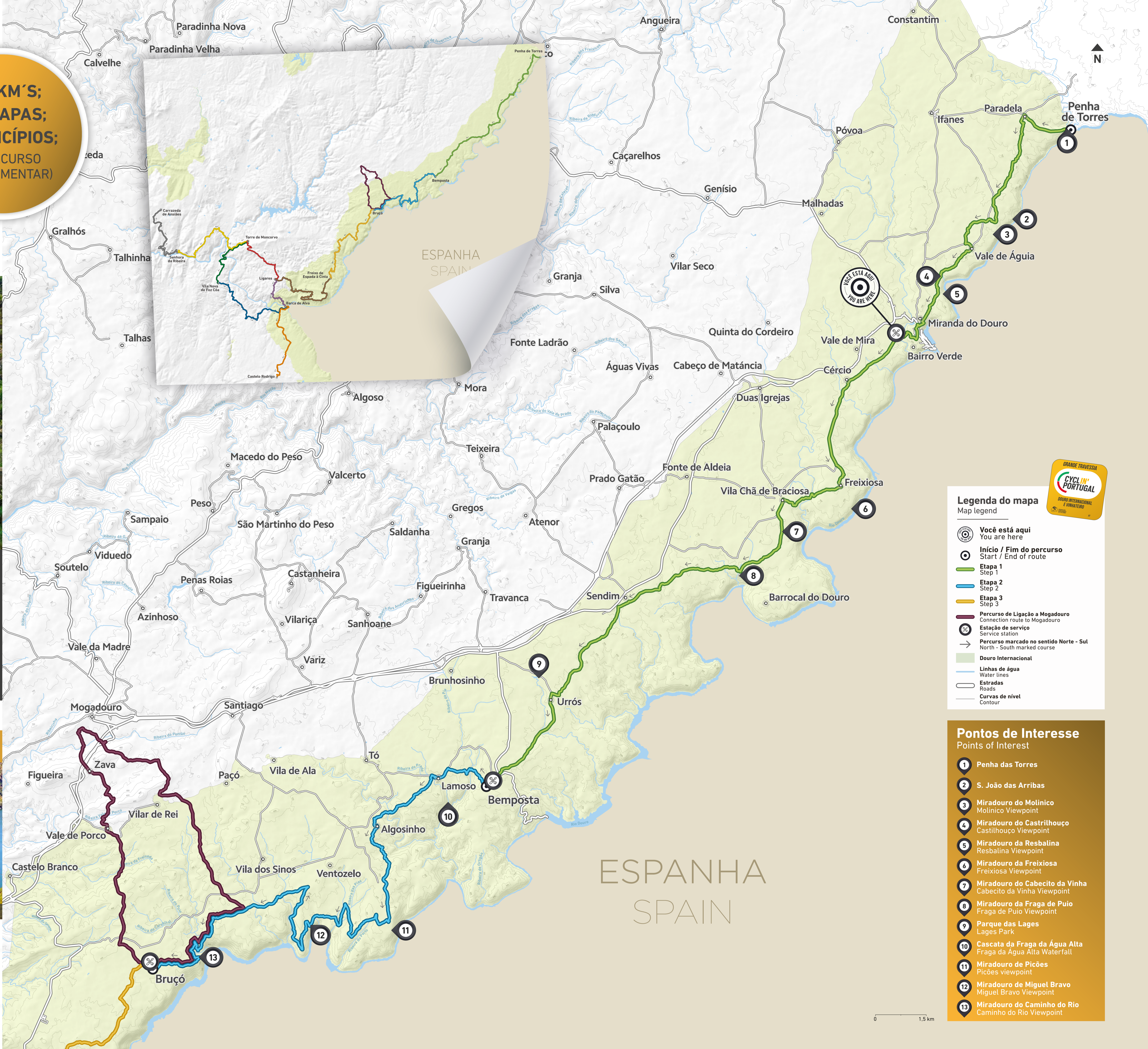
327 KM'S;
11 ETAPAS;
7 MUNICÍPIOS;
(1 PERCURSO COMPLEMENTAR)



Extravazando os limites do Parque Natural do Douro Internacional, esta Grande Traversia desafia o ciclista a percorrer o vasto planalto mirandês, contemplando as Arribas do Douro e desfrutando do contacto com a sabedoria popular, a gastronomia e a arquitetura tradicional. À medida que o percurso se desenvolve para Sul, a paisagem transforma-se, e gradualmente as amendoeiras dão lugar a extensos vinhedos. Já o Douro mantém a sua presença e imponência!

A bicicleta é o veículo certo para conhecer o território e os trilhos, o cenário ideal para uma experiência inesquecível que une a Penha de Torres a Carrazeda de Ansiães ou à Aldeia Histórica de Castelo Rodrigo.

Beyond the limits of Douro Internacional Natural Park, this Grand Cross challenges the cyclist to go trough the vast mirandese plateau, contemplating the Douro Cliffs and enjoying contact with popular wisdom, gastronomy and traditional architecture. As the route develops South, the landscape transforms, and gradually the almond trees give place to extensive vineyards. The Douro maintains its presence and magnificence! The bicycle is the right vehicle to get to know the territory and the trails, the ideal setting for an unforgettable experience that connects Penha de Torres to Carrazeda de Ansiães or the Historic Village of Castelo Rodrigo.



Legenda do mapa

Map legend

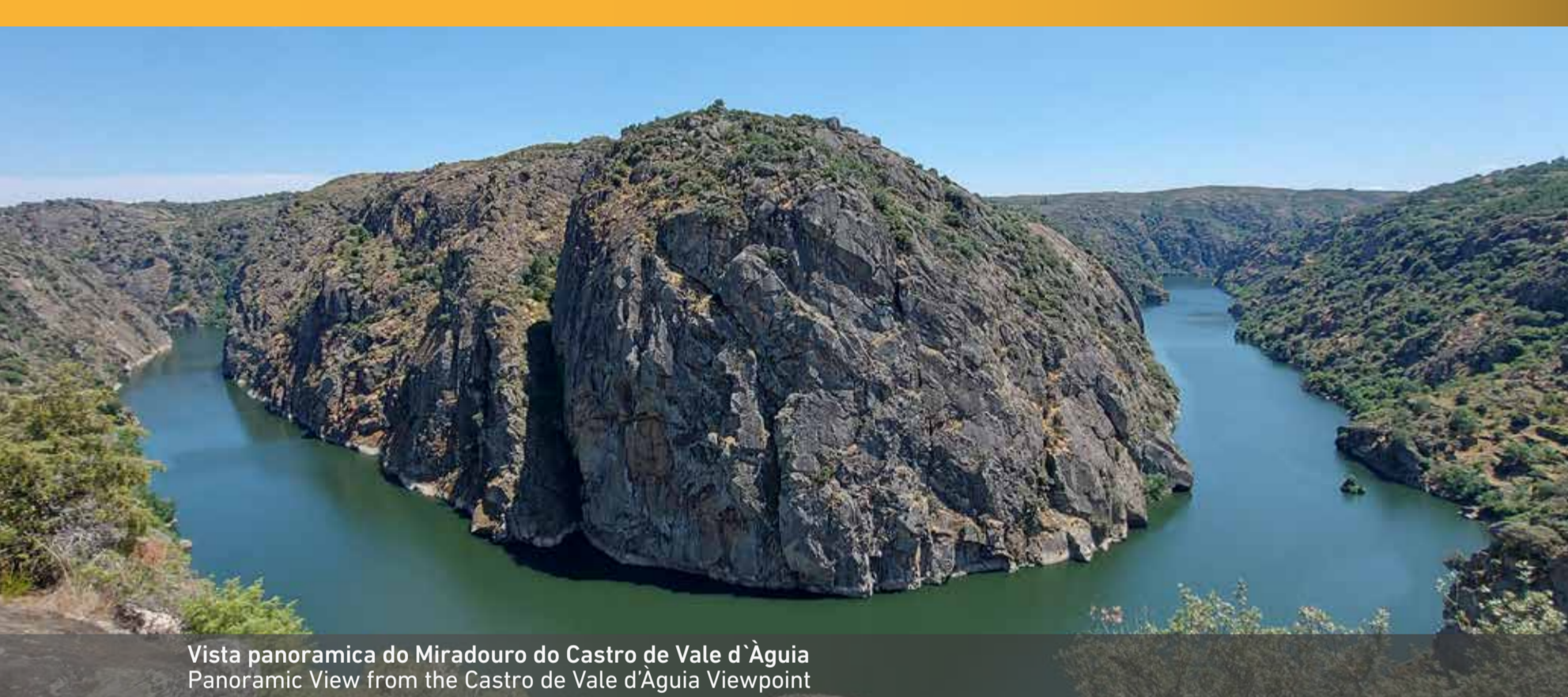
- Você está aqui / You are here
- Início / Fim do percurso / Start / End of route
- Etapa 1 / Step 1
- Etapa 2 / Step 2
- Etapa 3 / Step 3
- Estação de serviço / Service station
- Percurso marcado no sentido Norte - Sul / North - South marked course
- Douro Internacional
- Linhas de água / Water lines
- Estradas / Roads
- Curvas de nível / Contour

Pontos de Interesse

Points of Interest

- Penha das Torres
- S. João das Arribas
- Miradouro de Molinico / Molinico Viewpoint
- Miradouro do Castrilhoço / Castrilhoço Viewpoint
- Miradouro da Resbalina / Resbalina Viewpoint
- Miradouro de Freixiosa / Freixiosa Viewpoint
- Miradouro do Cabecico da Vinha / Cabecico da Vinha Viewpoint
- Miradouro da Fraga de Puio / Fraga de Puio Viewpoint
- Parque das Lages / Lages Park
- Cascata da Fraga da Água Alta / Fraga da Água Alta Waterfall
- Miradouro de Picões / Picões viewpoint
- Miradouro de Miguel Bravo / Miguel Bravo Viewpoint
- Miradouro do Caminho do Rio / Caminho do Rio Viewpoint

Penha de Torres - Bemposta



Visão panorâmica do Miradouro de Castro de Vale d'Água / Panoramic View from the Castro de Vale d'Água Viewpoint

Com uma distância de 50,7 km, esta é a mais longa etapa da Grande Traversia. Inicia-se no Miradouro da Penha de Torres, situado no extremo nordeste do território (ponto mais oriental de Portugal), e de onde se pode observar o rio Douro a entrar no nosso país. Aproveite para fazer uma pausa na cidade de Miranda do Douro, percorra o Centro Histórico e a monumental Sé Catedral. Ao percorrer as muralhas do Castelo aprecie as vistas sobre o rio Douro, e complete esta experiência com paragens em vários outros miradouros que encontra durante esta etapa que termina na Bemposta, já no município de Mogadouro.

With a distance of 50.7 km, this is the longest stage of the Grand Traverse. It starts at the Penha de Torres viewpoint, located in the extreme northeast of the territory (Portugal's most easterly point), and from where you can observe the Douro River entering our country. Take the opportunity to make a pause in the city of Miranda do Douro, visit the Historical Center and the monumental Sé Cathedral. While walking through the walls of the Castle enjoy the views over the Douro River, and complete this experience with stops at several other viewpoints that you will find during this stage that ends in Bemposta, already in the municipality of Mogadouro.

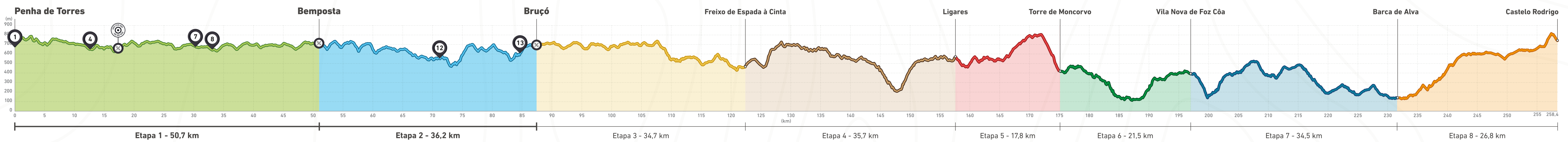
Bemposta - Bruçó



De Bemposta a Bruçó, são várias as localidades sobranceiras à margem esquerda do rio Douro, que o percurso atravessa: Lamoso, Algosinho, Peredo da Bemposta e Vilarinho dos Galegos. Permite-se a contactar de perto com o rio Douro, elemento natural diferenciador e de maior valor patrimonial deste território, mas também a conhecer a Capela de São Fagúndio, as Bodegas e o Museu Rural de Urrós, Igreja Matriz de Bemposta, a Cascata da Faia da Água Alta em Lamoso, a igreja Românica de Algosinho, o Castro de Vilarinho dos Galegos, a Fraga do Sapato em Bruçó e os imponentes miradouros ao longo do trajeto. Terá ainda a oportunidade de fazer um desvio à Vila do Mogadouro para explorar o seu património.

From Bemposta to Bruçó, there are several villages on the left bank of the Douro River that the route crosses: Lamoso, Algosinho, Peredo da Bemposta and Vilarinho dos Galegos. Allow yourself to come into close contact with the Douro River, a differentiating natural element and the greatest patrimonial value of this territory, but also to get to know the Chapel of São Fagúndio, the Bodegas and the Rural Museum of Urrós, the Bemposta Mother Church, the Faia da Água Alta Waterfall in Lamoso, the Romanesque Church of Algosinho, the Castle of Vilarinho dos Galegos, the Fraga do Sapato in Bruçó and the imposing viewpoints along the way. You will also have the opportunity to make a detour to the village of Mogadouro to explore its heritage.

Perfil de altimetria - Penha de Torres a Castelo Rodrigo | Gaent Profile - Penha de Torres a Castelo Rodrigo



Ficha Técnica | Technical Sheet

Etapa / Stages	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Distância / Distance	50,7 km	36,2 km	34,7 km	35,7 km	17,8 km	21,5 km	34,5 km	26,8 km	12,1 km	34,9 km	27,5 km
Duração / Duration	5 h 30 min a 7 h 30 min	3 h 40 min a 5 h 20 min	3 h 20 min a 5 h	3 h 40 min a 5 h 20 min	1 h 30 min a 2 h 30 min	2 h a 3 h	3 h a 5 h	2 h 40 min a 4 h	1 h a 2 h	3 h 30 min a 5 h	2 h 40 min a 4 h
Desnível acumulado / Altitude variation	+973 m -987 m	+1090 m -1117 m	+730 m -944 m	+1174 m -1076 m	+555 m -696 m	+647 m -678 m	+1033 m -1289 m	+912 m -306 m	+375 m -807 m	+1149 m -1138 m	+1356 m -725 m
Altitude máx./min / Altitude max./min	785 m 624 m	727 m 471 m	732 m 431 m	723 m 212 m	801 m 421 m	474 m 113 m	524 m 131 m	812 m 131 m	661 m 131 m	835 m 105 m	755 m 113 m

Contactos de Emergência

Emergency numbers
 SOS Emergência (Emergency SOS: 112)
 Associação Municípios do Douro Superior | Associação Municípios do Douro Superior: +351 279 200 740
 Parque Natural do Douro Internacional | Parque Natural do Douro Internacional: +351 279 341 596
 Bombeiros Voluntários de Carrazeda de Ansiães | Volunteer Firefighters: +351 278 616 104
 Bombeiros Voluntários de Figueira de Castelo Rodrigo | Volunteer Firefighters: +351 271 312 405
 Bombeiros Voluntários de Freixo de Espada a Cinta | Volunteer Firefighters: +351 279 553 230
 Bombeiros Voluntários de Miranda do Douro | Volunteer Firefighters: +351 271 432 122
 Bombeiros Voluntários de Mogadouro | Volunteer Firefighters: +351 279 240 020
 Bombeiros Voluntários de Torre de Moncorvo | Volunteer Firefighters: +351 279 200 200
 Bombeiros Voluntários de Vila Nova de Foz Côa | Volunteer Firefighters: +351 279 768 100

Normas de Conduta

- Rules of Conduct
- Circule apenas em trilhos abertos | Ride in open trails only
 - Não deixe vestígios da sua passagem | Leave no traces of your passage
 - Tenha controlo sobre a sua bicicleta | Control your bicycle
 - Ceda sempre a prioridade | Yield to others
 - Nunca assuste os animais | Never scare the animals
 - Planeie antecipadamente o seu passeio | Plan ahead
 - Tenha atenção à possibilidade de cruzamento com veículos motorizados nos caminhos públicos sinalizados | Pay attention to motorvehicles on public roads
 - É proibida a circulação de veículos motorizados nos percursos de descida | It is forbidden to use motor-vehicles on downhill trails
 - Respeite a sinalização específica de condicionamento de utilização dos trilhos por razões ambientais ou de manutenção | Respect the environmental or maintenance signage
 - Aconselhável uso de GPS | Recommended use of GPS device

Sinalética



Mais Informação:



Promotor: **DOURO SUPERIOR** ASSOCIAÇÃO DE MUNICÍPIOS

Parceiros: **CARRAZEDA DE ANSIÃES**, **FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO**, **Freixo de Espada a Cinta**, **Miranda do Douro**, **Mogadouro**, **FOZ DE COA**

CO-FINANCIAMENTO: **TURISMO DE PORTUGAL**, **REPÚBLICA PORTUGUESA**, **FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CICLISMO**, **CYCLIN' PORTUGAL**

PERCURSO REGISTRADO E HOMOLOGADO POR: **PATH REGISTERED AND CERTIFIED BY:**