



# GRANDE TRAVESSIA DO DOURO INTERNACIONAL E VINHATEIRO

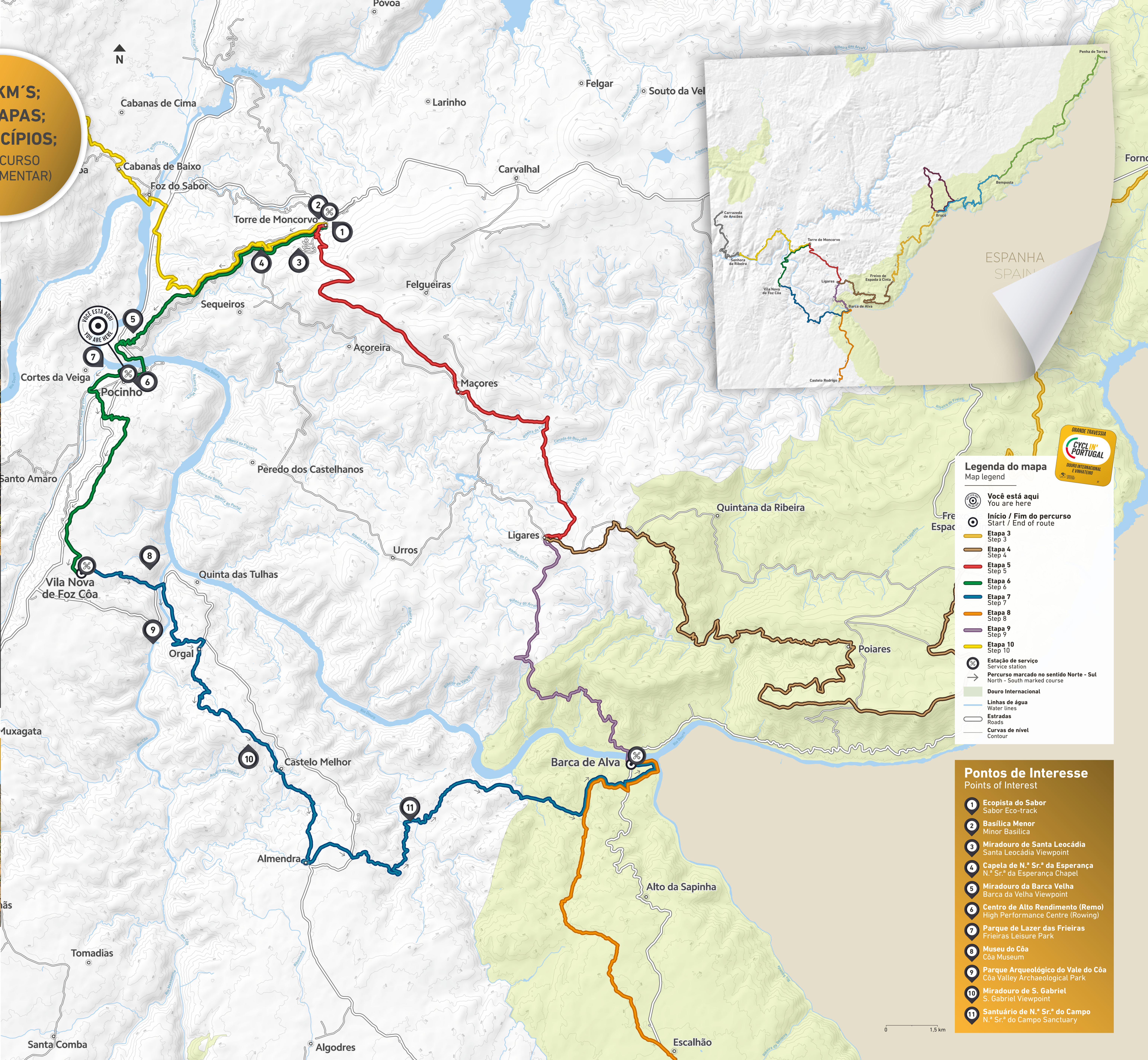
327 KM'S;  
11 ETAPAS;  
7 MUNICÍPIOS;  
(1 PERCURSO COMPLEMENTAR)



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.



## Pocinho - Vila Nova de Foz Côa



Seguimos entre vinhas e olivais, em perfeita comunhão com a natureza, pedalando até à cidade de Vila Nova de Foz Côa, para redescobrir a nossa história e acompanhar o processo milenar que desenvolve o património artístico e cultural em complementaridade com a rusticidade e a beleza paisagística única que nos rodeia, não fosse este um concelho com dois Patrimónios da Humanidade UNESCO. No Centro Histórico, os monumentos nacionais da Igreja Matriz e o Pelourinho são o pretexto ideal para a descoberta da cidade. Sugere-se também a visita ao Museu do Cão, espaço privilegiado para a interpretação do património arqueológico da região e com uma vista privilegiada sobre o rio Douro e a Foz do Rio Côa.

We follow between vineyards and olive groves, in perfect communion with nature, cycling to the city of Vila Nova de Foz Côa, to rediscover our history and follow the millennial process that unveils the artistic and cultural heritage in complementarity with the rusticity and unique landscape beauty that surrounds us, in a county with two UNESCO World Heritage Sites. In the historical center, the national monuments of the Mother Church and Pelourinho are the ideal pretext for discovering the city. It is also recommended to visit the Côa Museum, a privileged space for the interpretation of the archaeological heritage of the region and with a privileged view over the Douro River and the mouth of the Côa River.

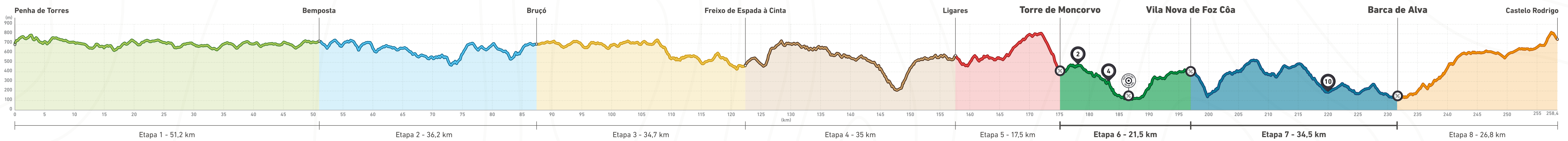
## Vila Nova de Foz Côa - Barca de Alva



De Vila Nova de Foz Côa a Barca d'Alva, o percurso é definido por paisagens severas no seu traço natural, vindados pelos sulcos vigorosos dos seus rios, o Côa e o Douro, o que exigirá um esforço físico adicional. Mas pedalar neste cenário de grandiosidade é um privilégio, pela minúcia com que os artistas impressionaram os vastos campos agrícolas semeados de encantadoras aldeias, como Orgal, Castelo Melhor e Almendra, salpicado pelas brancas capelas de S. Gabriel e da N.ª Sra. do Campo. Paragem obrigatória é o km final da famosa EN222, no qual é imperativo uma breve pausa para a fotografia!

From Vila Nova de Foz Côa to Barca d'Alva, the route is defined by severe landscapes in their natural features, marked by the vigorous furrows of its rivers, the Côa and the Douro, which will require additional physical effort. But pedaling in this scenery of grandeur is a privilege, by the thoroughness with which artists impressed the vast agricultural fields sown with charming villages, such as Orgal, Castelo Melhor and Almendra, dotted by the white chapels of S. Gabriel and N.ª Sra. do Campo. A mandatory stop is the final kilometer of the famous EN222, in which a brief pause for photography is imperative!

## 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	51,2 km	36,2 km	34,7 km	35 km	17,5 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 -676 m	+1033 m -1289 m	+912 m -306 m	+375 m -807 m	+1149 m -1138 m	+1356 m -725 m
Altitude máx./mín 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

Emergência 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 à Cinta | Volunteer Firefighters: +351 279 653 230  
Bombeiros Voluntários de Miranda do Douro | Volunteer Firefighters: +351 271 432 122  
Bombeiros Voluntários de Mogadouro | Volunteer Firefighters: +351 279 340 020  
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 on 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 ANSIÃES**, **FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO**, **Freixo de Espada à Cinta**, **Miranda do Douro**, **Mogadouro**, **FOZ COA**

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

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