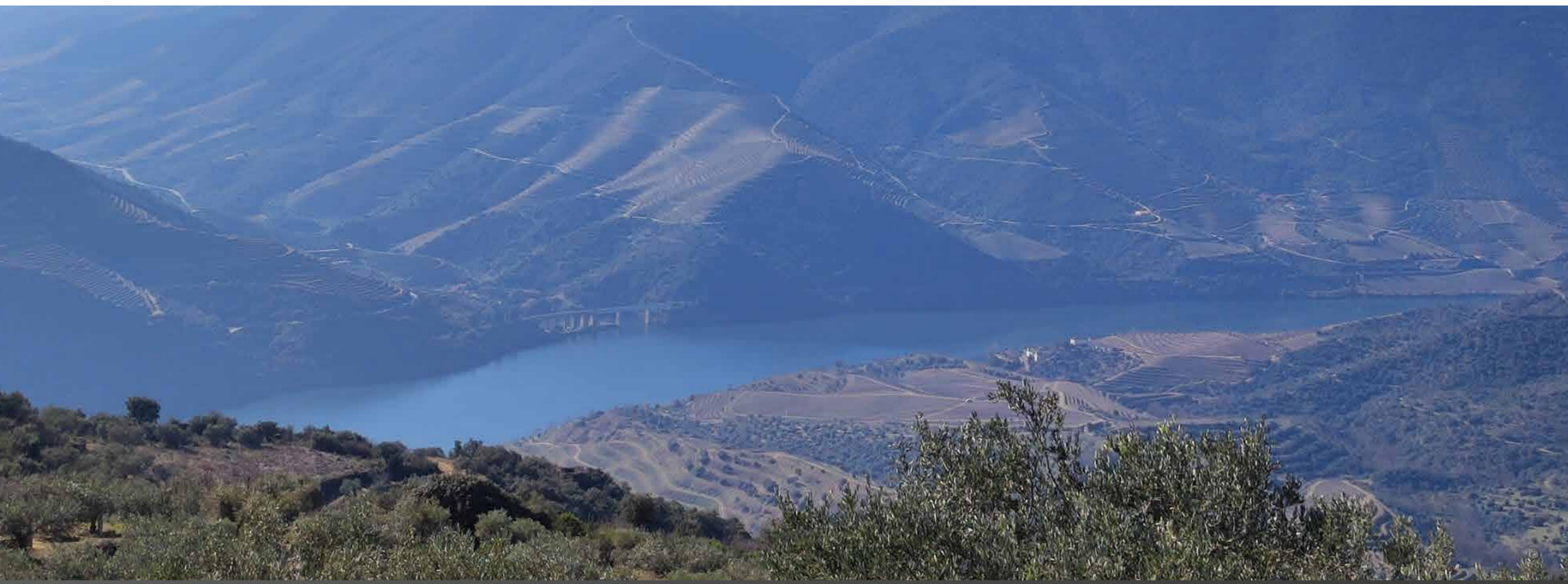




GRANDE TRAVESSIA DO DOURO INTERNACIONAL E VINHATEIRO

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



Extravazando os limites do Parque Natural do Douro Internacional, esta Grande Traveissia 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 imponente!

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.

Torre de Moncorvo - Vila Nova de Foz Côa



Vista aérea da paisagem envolvente ao Pocinho.
Aerial view of the landscape surrounding Pocinho.

Entre Torre de Moncorvo e Vila Nova de Foz Côa há a história natural e a dos homens, entrelaçadas numa linguagem intemporal. Pedalamos até à aldeia de Açoreira onde nos deparamos com o magnífico miradouro Barca Velha, relacionado com a Barca Velha, de origem medieval, que servia para o transporte de pessoas e mercadorias entre Trás-os-Montes e a província da Beira Alta. Neste miradouro vislumbramos as Quintas Vinícolas de Bandeiras, Rego da Barca, Vale Meão e a Quinta do Reguengo. Após a travessia do Rio Douro pela barragem do Pocinho, restam apenas 9km até à cidade de Vila Nova de Foz Côa, para contemplar esta extraordinária paisagem cultural, evolutiva e viva, que é o Alto Douro Vinhateiro.

Between Torre de Moncorvo and Vila Nova de Foz Côa there is the natural history and that of men, intertwined in a timeless language. We pedal up to the village of Açoreira where we come across the magnificent Barca Velha viewpoint, related to the Barca Velha, of medieval origin, which served to transport people and goods between Trás-os-Montes and the province of Beira Alta. From this viewpoint we can see the vineyards of Bandeiras, Rego da Barca, Vale Meão and Quinta do Reguengo. After crossing the Douro River by the Pocinho dam, only 9km remain until the town of Vila Nova de Foz Côa, to contemplate this extraordinary cultural, evolving, and living landscape, which is the Alto Douro Wine Region.

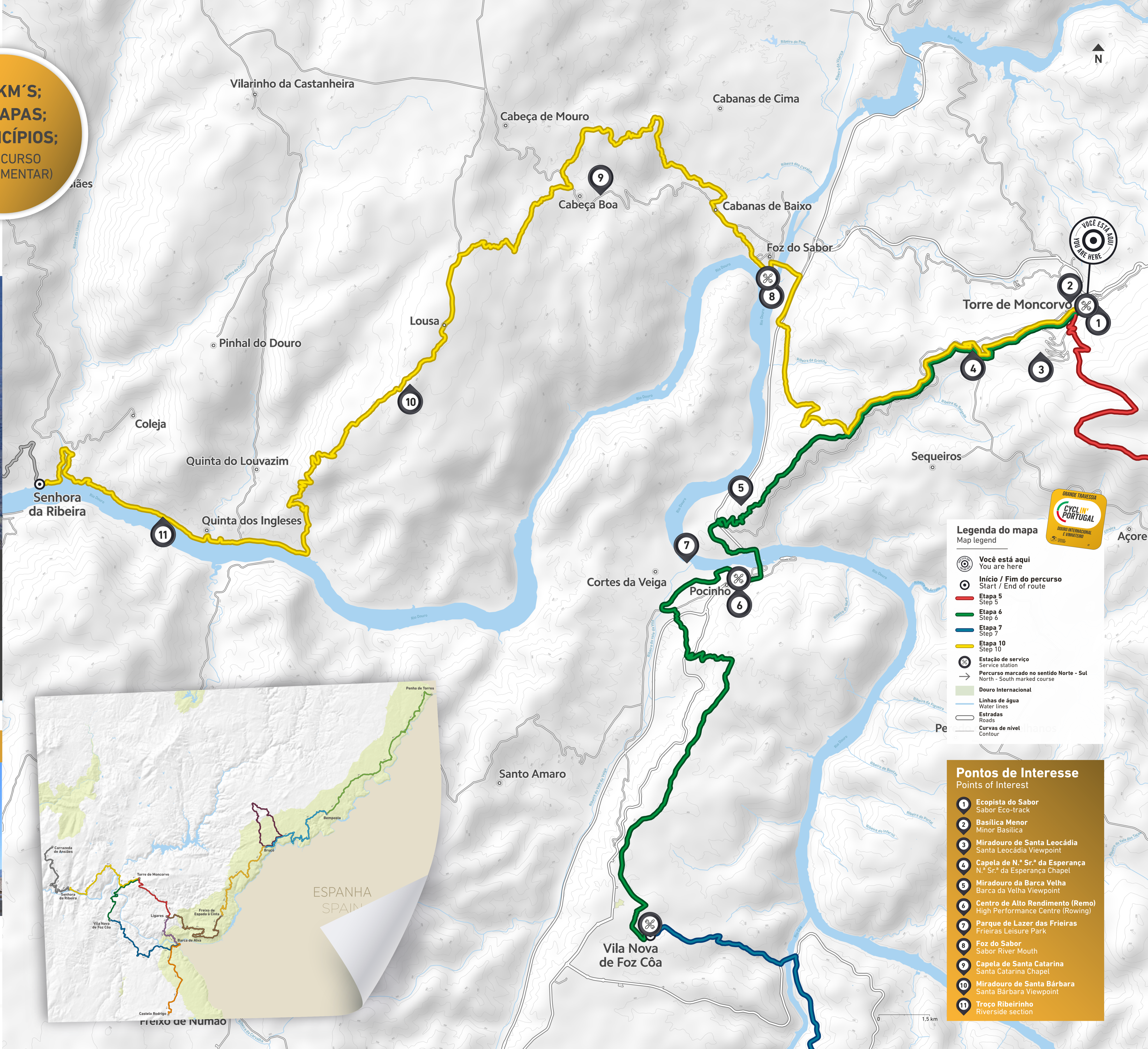
Torre de Moncorvo - Senhora da Ribeira



Basilica Menor
Minor Basilica

Os Rios Sabor e Douro na Aldeia Piscatória da Foz do Sabor fazem um magnífico espelho de água que acompanha este percurso. As aldeias de Cabanas de Baixo e Cabeça Boa com a sua Rota das Malas, a aldeia de Lousa e o seu clima misto de Alto Douro Vinhateiro e Terras de Trás-os-Montes, os Sobreiros e as suas Rotas, segredam histórias aos ciclistas que certamente vão misturar o esforço físico com a emoção da paisagem. No início da descida de Lousa em direção a Quinta da Senhora da Ribeira (final da etapa), pode-se aproveitar para apreciar a magnífica paisagem do Miradouro de Santa Bárbara.

The Sabor and Douro Rivers in the fishing village of Foz do Sabor make a magnificent mirror of water that accompanies this route. The villages of Cabanas de Baixo and Cabeça Boa with their Malas route, the village of Lousa and its mixed climate of the Alto Douro Wine Region and the Lands of Trás-os-Montes, the cork oaks and their routes, whisper stories to cyclists who will certainly mix the physical effort with the emotion of the landscape. At the beginning of the descent from Lousa towards Quinta da Senhora da Ribeira (end of the stage), you can take the opportunity to enjoy the magnificent landscape of the Santa Bárbara viewpoint.



Legenda do mapa

Map legend

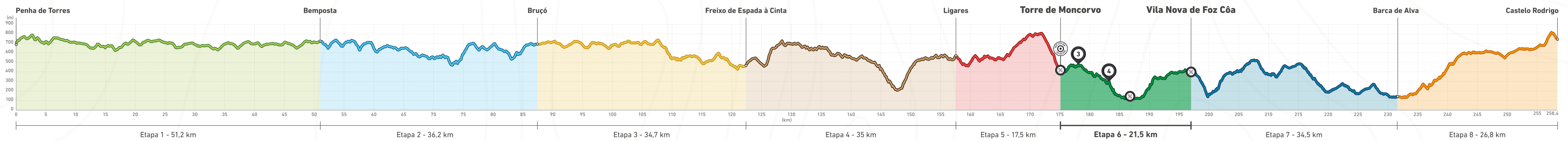
- 📍 Você está aqui / You are here
- 🏁 Início / Fim do percurso / Start / End of route
- 1-11 Etapa 5 / Step 5
- 2-3 Etapa 6 / Step 6
- 4-5 Etapa 7 / Step 7
- 6-7 Etapa 10 / Step 10
- 8-11 Etapa 11 / Step 11
- 🛠️ Estação de serviço / Service station
- ➔ Percurso marcado no sentido Norte - Sul / North - South marked course
- 🌊 Douro Internacional / Douro Wine Region
- 🌊 Linhas de água / Water lines
- 🛣️ Estradas / Roads
- 📏 Curvas de nível / Contour

Pontos de Interesse

Points of Interest

- 1 Ecopista do Sabor / Sabor Eco-track
- 2 Basilica Menor / Minor Basilica
- 3 Miradouro de Santa Leocádia / Santa Leocádia Viewpoint
- 4 Capela de N.º Sr.ª da Esperança / N.º Sr.ª da Esperança Chapel
- 5 Miradouro da Barca Velha / Barca da Velha Viewpoint
- 6 Centro de Alto Rendimento (Remo) / High Performance Centre (Rowing)
- 7 Parque de Lazer das Frieiras / Frieiras Leisure Park
- 8 Foz do Sabor / Sabor River Mouth
- 9 Capela de Santa Catarina / Santa Catarina Chapel
- 10 Miradouro de Santa Bárbara / Santa Bárbara Viewpoint
- 11 Troço Ribeirinho / Riverside section

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



Ficha Técnica | Technical Sheet

Etapa / Stage	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 / -891 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./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

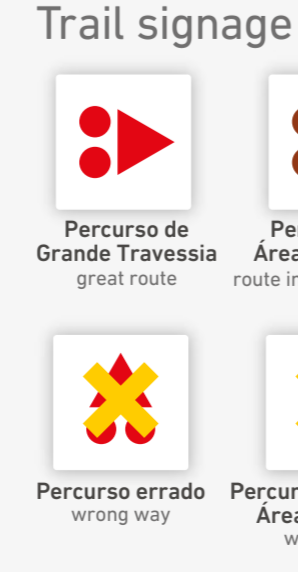
Contactos de Emergência

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 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

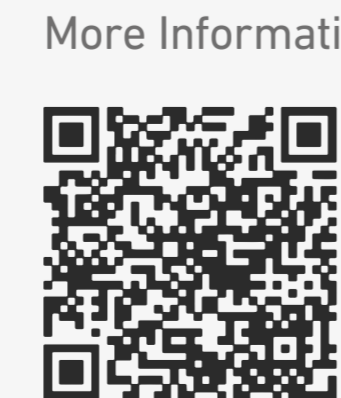
Normas de Conduta

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:



CO-FINANCIAMENTO: CO FINANCING:

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