



Percursos Pedestres de Pequena Rota

Recorridos a pie de la pequeña ruta

- 1 - PR1 FCR - Almofala e Arribas de Santo André - 8Km / Médio
- 2 - PR3 FCR - Trilho do Convento - 14,2Km / Médio
- 3 - PR2 FCR - Trilho da Via Sacra - 11,3Km / Médio
- 4 - PR1 MED - Caminho Histórico de Mariaalva - 3,8Km / Fácil
- 5 - PR2 MED - Ao encontro dos Castelos: Mêda, Mariaalva, Longroiva - 24,6Km / Médio
- 6 - PR1 TCS - Guardiões do Planalto - 21Km / Médio
- 7 - PR2 CLB - Trilho de S. Gens - 10,6Km / Fácil
- 8 - PR1 CLB - Trilho das Ladeiras - 5Km / Fácil
- 9 - PR4 CLB/GVA - Trilho da Calçada Romana - 5Km / Fácil
- 10 - PR1 GVA - Rota dos Galhardos - 11,2Km / Médio
- 11 - PR3 GVA - Penedos Mouros - 18Km / Médio
- 12 - PR2 GVA - Caminhos da Fé - 16Km / Médio
- 13 - PR12 SEI - Rota da Ferwença - 4,7Km / Médio
- 14 - PR10 SEI - Rota da Caniça - 7Km / Médio
- 15 - PR9 SEI - Rota das Minas do Círio - 7,1Km / Médio
- 16 - PR3 SEI - Rota dos Socalcos - 2,8Km / Fácil
- 17 - PR5 SEI - Garganta de Loriga - 8,7Km / Difícil
- 18 - PR4 SEI - Rota da Eira - 2,9Km / Fácil
- 19 - PR7 SEI - Rota das Canadas - 6,2Km / Médio
- 20 - PR14 SEI - Rota do Pastoreio - 6,7Km / Difícil
- 21 - PR2 SEI - Rota da Ribeira de Loriga - 8Km / Difícil
- 22 - PR6 SEI - Rota da Missa - 8Km / Difícil
- 23 - PR3 PPS - Cam. do Xisto da Barr. de S.^{ta} Luzia - 9,7Km / Fácil

- 24 - PR6 PPS - Cam. do Xisto Ald. de Porto de Vacas - 7Km / Fácil
- 25 - PR2 FND - Cam. do Xisto de Janeiro de Cima - 10Km / Fácil
- 26 - PR4 PPS - Cam. do Xisto de Janeiro de Baixo - 9,7Km / Fácil
- 27 - PR1 FND - Caminho do Xisto da Barroca - 9,2Km / Fácil
- 28 - PR4 FND - Rota da Marateca - 14Km / Fácil
- 29 - PR1 CTB - Rota da Gardunha - 17,4Km / Difícil
- 30 - PR11 FND - Cam. Histórico de Castelo Novo - 2,7Km / Fácil
- 31 - PR5 FND/CTB - Rota da Penha - 14,3Km / Difícil
- 32 - PR10 FND - Rota da Ribeira de Alpreade - 14,5Km / Difícil
- 33 - PR8 FND - Rota do Carvalhal - 12,6Km / Difícil
- 34 - PR7 FND - Rota da Cereja - 9,9Km / Médio
- 35 - PR3 FND - Pedra d'Hera - 5,4Km / Fácil
- 36 - PR9 FND - Rota dos Castanheiros - 13Km / Médio
- 37 - PR6 FND - Portela da Gardunha - 12,8Km / Médio
- 38 - PR7 IDN - Rota dos Balcões - 17Km / Médio
- 39 - PR5 IDN - Rota dos Barrocais - 7Km / Médio
- 40 - PR2 IDN - Rota da Egitânea - 8,5Km / Fácil
- 41 - PR3 IDN - Rota dos Fósseis - 3Km / Fácil
- 42 - PR6 IDN - Rota do Erges - 5Km / Fácil
- 43 - PR1 IDN - Rota dos Abutres - 10,5Km / Médio
- 44 - PR6 SBG - Rota dos Casteleiros - 5,8Km / Fácil
- 45 - PR7 SBG - Caminho Histórico de Sortelha - 7,4Km / Médio
- 46 - PR5 SBG - Penha do Lobo - 10,7Km / Médio
- 47 - PR1 SBG - Rio Côa - 10,3Km / Fácil
- 48 - PR4 SBG - Vilaes - 15,9Km / Médio
- 49 - PR3 SBG - Nascente do Côa - 14,3Km / Médio
- 50 - PR8 SBG - Termas do Cró - 7,8Km / Médio
- 51 - PR8 SBG - Vale do Cesarão - 9,4Km / Médio



Centros de BTT / Centros de BTT

TERMAS DE MONFORTINHO	SABUGAL	GARDUNHA	MANTEIGAS	SEIA	PAMPILHOSA DA SERRA
215KM	225KM	250KM	150KM	151KM	122KM
4 Percursos / Recorridos	5 Percursos / Recorridos	8 Percursos / Recorridos	5 Percursos / Recorridos	4 Percursos / Recorridos	4 Percursos / Recorridos
1x ●; 1x ●	1x ●; 1x ● 2x ●; 1x ●	2x ●; 2x ● 3x ●; 1x ●	1x ●; 1x ● 2x ●; 1x ●	1x ●; 1x ● 1x ●; 1x ●	1x ●; 1x ● 1x ●; 1x ●

Grau de dificuldade _ Grado de dificultad: ● fácil/fácil; ● médio/medio; ● difícil/difícil; ● muito difícil/mui difícil



GR 22

GR22 / Caminhos históricos / Recorridos cicloturistas / MAPA DE RUTAS

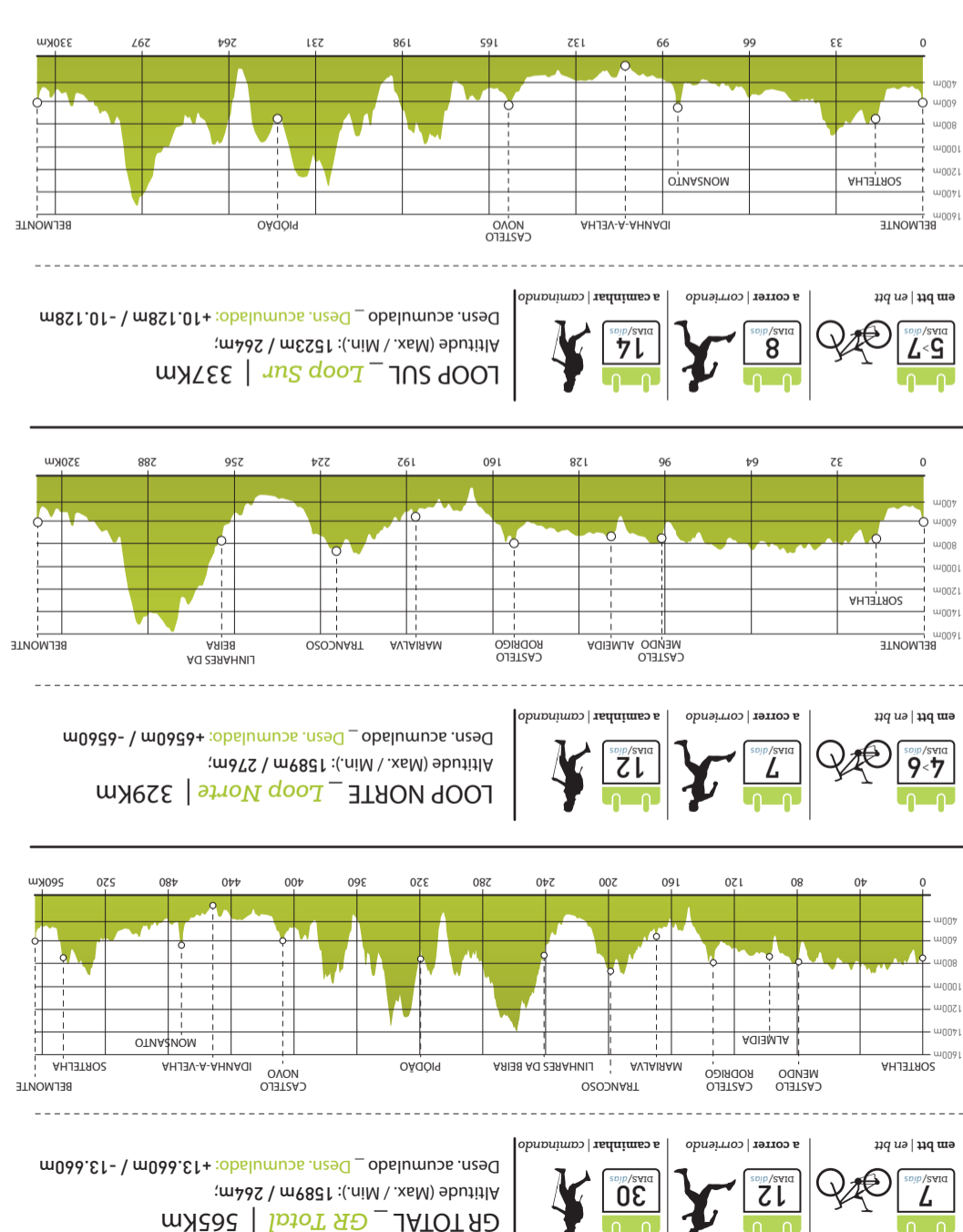
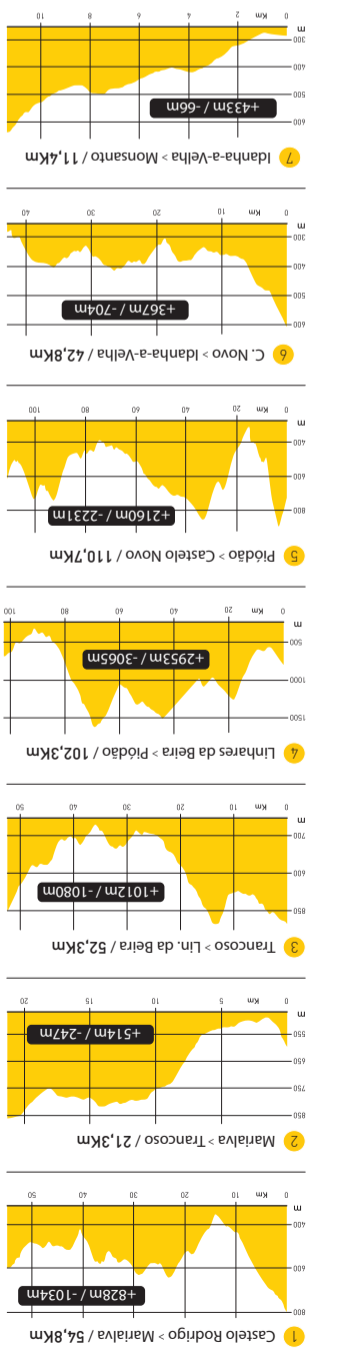
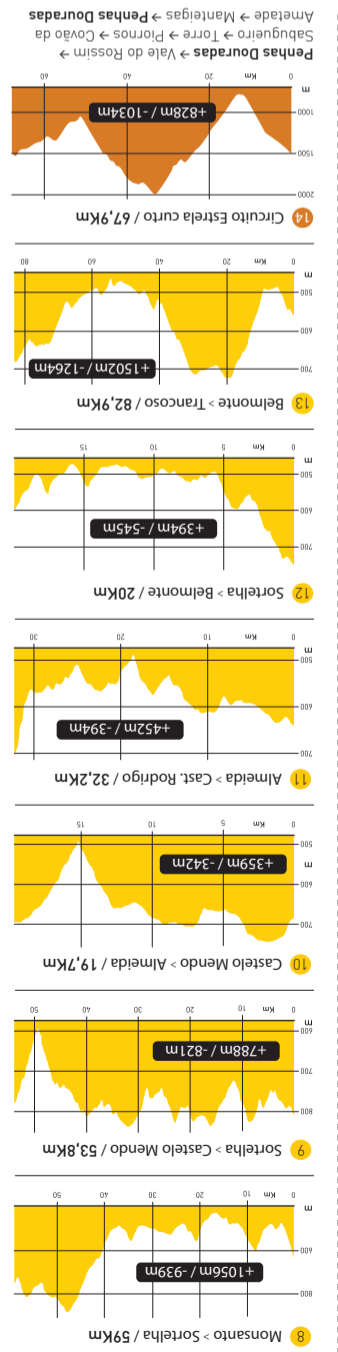
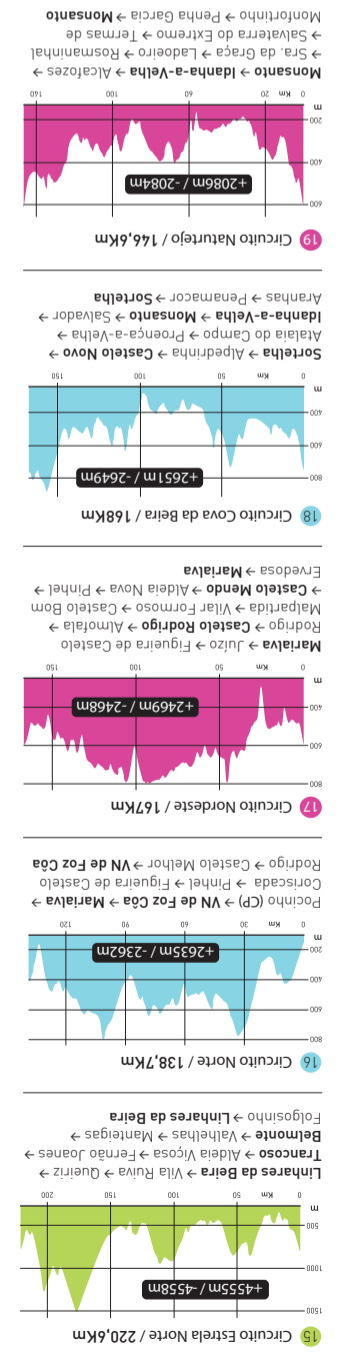
ALDEIAS HISTÓRICAS DE PORTUGAL

MAPA DE PERCURSOS

GR22, Caminhos Históricos e percursos cicloturísticos



ALDEIAS HISTÓRICAS DE PORTUGAL



O território das Aldeias Históricas de Portugal é muito interessante para percursos cicloturísticos, na sua grande maioria com declives suaves, estradas com pouco tráfego, bom pavimento e excelentes paisagens. El território de las Aldeias Históricas de Portugal es muy interesante para realizar recorridos cicloturistas, en su gran mayoría con pendientes suaves, carreteras con poco tráfico, buen pavimento y excelentes paisajes.



Pode realizar a GR22 num grande circuito exterior ou em dois "loops" mais pequenos Norte ou Sul, utilizando a variante GR22.1 para voltar ao ponto de início. Puede realizar la GR22 en un gran circuito exterior o en dos "loops" más pequeños de norte a sur, utilizando la variante GR22.1 para volver al punto de partida.

GR 22

GR 22

DISTÂNCIA TOTAL

565Km

+ GR 22.1

40Km



ETAPAS / ETAPAS GR 22

- Sortelha → Castelo Mendo (79km) / +1264m / -1283m
- Castelo Mendo → Almeida (19km) / +296m / -303m
- Almeida → Castelo Rodrigo (36km) / +338m / -274m
- Castelo Rodrigo → Marialva (36km) / +628m / -837m
- Marialva → Trancoso (29km) / +751m / -482m
- Trancoso → Linhares da Beira (43km) / +708m / -790m
- Linhares da Beira → Piódão (80km) / +3407m / -3488m
- Piódão → Castelo Novo (87km) / +3277m / -3354m
- Castelo Novo → Idanha-a-Velha (45km) / +403m / -739m
- Idanha-a-Velha → Monsanto (19km) / +529m / -153m
- Monsanto → Sortelha (75km) / +1514m / -1423m
- Sortelha → Belmonte (18km) / +283m / -433m

Belmonte ↔ Vale do Rossim (40km) / +1830m / -1007m
(variante GR 22.1)



Centros de BTT

- 1 - Termas de Monfortinho
- 2 - Sabugal
- 3a; 3b - Gardunha
- 4 - Manteigas
- 5 - Seia
- 6 - Pampilhosa da Serra

BIKOTELS



- 1 - Casas do Côro / Marialva
- 2 - Casa do Redondo / Rabaçal
- 3 - Casa da Cisterna / Castelo Rodrigo
- 4 - Quinta Pêro Martins / Q.ª de P. Martins
- 5 - Inatel Piódão / Piódão
- 6 - Moinho Maneio / Aranhas (Penamacor)
- 7 - Hotel Escola de Monsanto / Monsanto

www.biketels.com

LEGENDA / LEYENDA

GR 22 — Grande Rota das Aldeias Históricas de Portugal / Gran ruta de las Aldeas Históricas
GR 22.1 — Variante / Variante

— Percurso Pedestre de Pequena Rota / Recorridos a pie de la pequeña ruta

— Caminho Histórico / Camino histórico

— Bikotel / Hotel Bike friendly

— Estrada asfaltada / Carretera asfaltada

— Rio / Río

— Percursos cicloturísticos / Recorridos cicloturistas

— Percursos lineares (ligações entre AHP) / Recorridos lineales

- 1 - Castelo Rodrigo → Marialva / 54,8Km
- 2 - Marialva → Trancoso / 21,3Km
- 3 - Trancoso → Linhares da Beira / 52,3Km
- 4 - Linhares da Beira → Piódão / 102,3Km
- 5 - Piódão → Castelo Novo / 110,7Km
- 6 - Castelo Novo → Idanha-a-Velha / 42,8Km
- 7 - Idanha-a-Velha → Monsanto / 11,4Km
- 8 - Monsanto → Sortelha / 59Km
- 9 - Sortelha → Castelo Mendo / 53,8Km
- 10 - Castelo Mendo → Almeida / 19,7Km
- 11 - Almeida → Castelo Rodrigo / 32,2Km
- 12 - Sortelha → Belmonte / 20Km
- 13 - Belmonte → Trancoso / 82,9Km

— Percursos circulares / Recorridos circulares

- 14 - Circuito Estrela Curto / 67,9Km
- 15 - Circuito Estrela Norte / 220,6Km
- 16 - Circuito Norte / 138,7Km
- 17 - Circuito Nordeste / 167Km
- 18 - Circuito Cova da Beira / 168Km
- 19 - Circuito Naturtejo / 146,6Km



Onde dormir / Donde dormir

0 5 10 20 Km