

percurso pedestre

ALDEIAS PERDIDAS

13,5 km ^{distância}

18 de março

Passagem na Nascente do Rio Varosa

Anta de Mazes

Ficha Técnica Do Percurso

Percurso: Várzea da Serra, Anta de Mazes, Castelo, parque eólico, Várzea da Serra.

- Tipo de caminho: sobretudo trilhos e estradões de terra batida
- Desníveis: pouco acentuados. Cota mín.: 880mts / Cota Max: 1050

Grau de dificuldade: Médio

Distância aproximada do Percurso — 13 500 metros

Programa

8:15 Horas — Concentração dos participantes na Avenida Visconde Guedes Teixeira, junto ao Monumento dos Combatentes (Chico do Pinto) em Lamego.

8:30 Horas — Deslocamento dos caminheiros (em viatura própria) pela estrada em direção a Tarouca, até ao local de início do percurso pedestre, em Várzea da Serra, junto às piscinas fluviais.

9:00 Horas — Início do percurso pedestre “Rota das Aldeias Perdidas”.

11:00 Horas — Paragem para merendar, em Anta de Mazes.

12:30 Horas — Visita às Igrejas de Várzea da Serra;

13:00 Horas — Chegada às viaturas.

Responsabilidades dos Participantes

- Material necessário às condições do percurso e meteorológicas;
- Condição física e estado de saúde em conformidade com as exigências da caminhada;
- Seguro de acidentes pessoais;

informações

www.tenisclubelamego.com
www.cml-marchacorrída.org



Lamego
ConVida

Gestão de Equipamentos Municipais, E E M.



programa nacional
de
marcha e corrida

