



ALDEIAS
HISTÓRICAS
DE PORTUGAL

GR
22



1 destination that is in fact 12



BIOSPHERE
certified destination

WALKING & CYCLING

GRANDE ROTA HISTORIC VILLAGES OF PORTUGAL

GROSSE ROUTE
HISTORISCHEN DÖRFERN PORTUGALS

_ALMEIDA_BELMONTE_CASTELO MENDO_CASTELO NOVO_CASTELO RODRIGO_IDANHA-A-VELHA
_LINHARES DA BEIRA_MARIALVA_MONSANTO_PIÓDÃO_SORTELHA_TRANCOSO_



www.aldeiashistoricasdeportugal.com



facebook.com/aldeiashistoricasdeportugal



WALKING & CYCLING



OUR HISTORY, YOUR TIME. UNSERE GESCHICHTE, DEINE ZEIT.

Wild nature. Medieval castles. Places replete with legends, flavours, and traditions. Whether on foot or by bicycle, follow the Grande Rota of the Historical Villages of Portugal and explore this magnificent route that unites all 12 villages in nearly 600 km. On foot, scout the 15 Historic Passages (Pequenas Rotas – PR) in the villages, which vary between 3 and 30 km.

A trip through the Historic Villages of Portugal is a one-of-a-kind experience from where you will return home with a heart full of unforgettable moments and adventures.

Natur in freier Wildbahn. Mittelalterliche Schlösser Orte voller Legenden, Geschmäcker und Traditionen. Zu Fuß oder mit dem Fahrrad können Sie der Großen Route der historischen Dörfer Portugals folgen und diese herrliche Route entdecken, die mit etwa 600 km alle 12 Dörfer vereint. Erkunden Sie zu Fuß die 15 historischen Wege (Kleine Wege - PR), die in den Dörfern vorhanden sind und zwischen 3 und 30 km variieren.

Eine Reise durch die historischen Dörfer Portugals ist eine einzigartige Erfahrung, von der Sie mit einem Herzen voller unvergesslicher Momente und Erlebnisse zurückkehren.



co-funding

TURISMO DE
PORTUGAL 

promoters

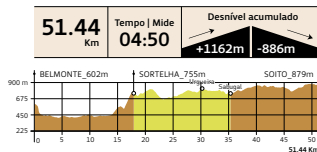


co-funding

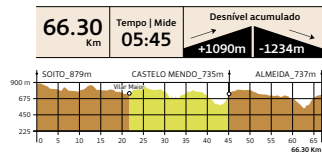




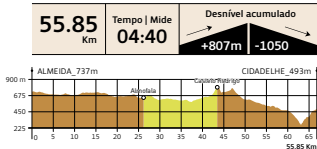
▲ BELMONTE ↔ SOITO



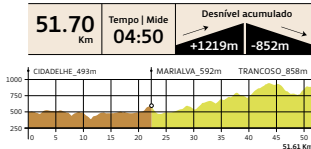
SOITO ↔ ▲ ALMEIDA



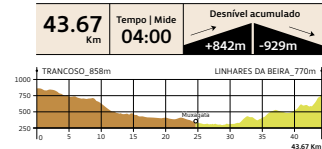
▲ ALMEIDA ↔ CIDADELHE



CIDADELHE ↔ ▲ TRANCOSO



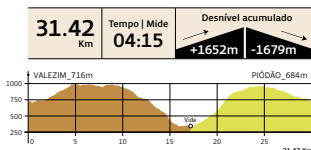
▲ TRANCOSO ↔ ▲ LINHARES DA BEIRA



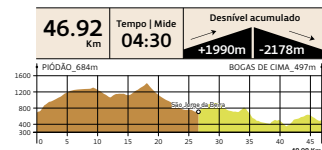
▲ LINHARES DA BEIRA ↔ VALEZIM



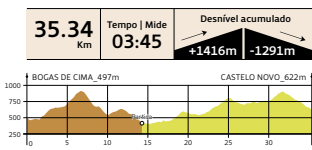
VALEZIM ↔ ▲ PIÓDÃO



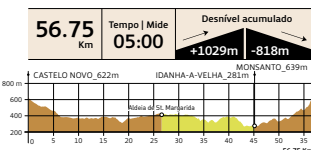
▲ PIÓDÃO ↔ BOGAS DE CIMA



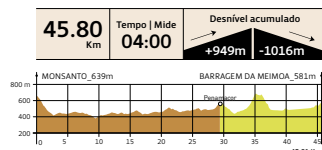
BOGAS DE CIMA ↔ ▲ CASTELO NOVO



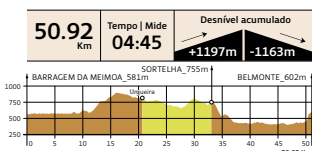
▲ CASTELO NOVO ↔ ▲ MONSANTO



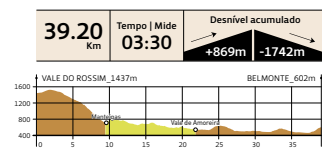
▲ MONSANTO ↔ MEIMOA (BARRAGEM)



MEIMOA (BARRAGEM) ↔ ▲ BELMONTE



VALE DO ROSSIM ↔ ▲ BELMONTE



Estimated calculation for MTB times are based on an average speed of 12 km/h + increment of 15 minutes for every 200 m of cumulative elevation gain starting at 800 m. The technical difficulty of the GR 22 by MTB is equivalent to level red of an MTB Center (hard).

Berechnung der MTB-Zeiten aus einer Durchschnittsgeschwindigkeit von 12 km/h plus Steigerung von 15 min pro 200m kumuliertem Positiv ab 800m. Die technische Schwierigkeit des GR 22 beim Mountainbiken entspricht der roten Stufe eines Mountainbike-Centers (schwierig).

Institutional
Partner
Institutioneller
Partner

Registered, Approved,
and Certified Trail
Registrier, genehmigt
und zertifiziert



For adventurers on two wheels, the GR22 is the route you have always dreamed. An intensely varied route unlike any other in the world, with passages that cross mountains, plains, agricultural landscapes, riversides, natural parks, and protected reserves, a bike adventure through the region of the Historic Villages of Portugal cannot be more exciting. A large portion of the route coincides with the walking trail; however, there are alternative bike trails that provide new perspectives for discovering the region's history, heritage, and nature. Approved and classified nationally as a Grande Travessia (Great Crossing), throughout its extent, the GR22 offers a network of MTB Centers and Bikotels that guarantees support to bicycle lovers.

Go on an unparalleled adventure through the Historic Villages of Portugal!

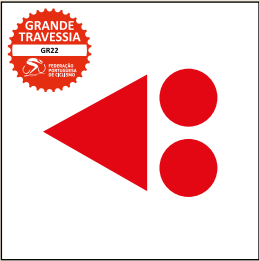
Für Abenteurer auf zwei Rädern ist der GR22 der Weg, von dem sie immer geträumt haben. Eine immens abwechslungsreiche Route, einzigartig auf der Welt, mit Wegen, die Berge, Ebenen, Agrarlandschaften, Flussgebiete, Naturparks und geschützte Reservate durchqueren. Abenteuer mit dem Fahrrad durch das Gebiet der historischen Dörfer Portugals könnten nicht aufregender sein. Ein Großteil der Route stimmt mit dem Wanderweg überein, es gibt jedoch Fahrradalternativen, die neue Perspektiven bieten, um die Geschichte, das Erbe und die Natur des Gebiets zu entdecken. Auf nationaler Ebene als Grand Crossing zugelassen und klassifiziert, verfügt der GR22 auf der gesamten Ausdehnung über ein Netz von MTB-Centern und Bikotels, die die von Fahrradliebhabern benötigten Unterstützungsdienste garantieren.

Erleben Sie ein einzigartiges Abenteuer in den historischen Dörfern Portugals!

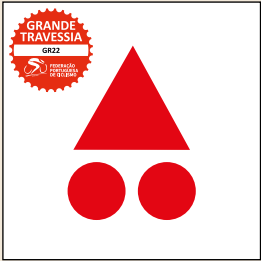
	Gardunha	Manteigas	Sabugal	Seia	Pampilhosa da Serra	Arganil	Monfortinho	Lourical do Campo	Almeida
KM	250	157	225	166	122	150	215	250	520
Routes Routen	5	5	5	4	4	4	4	5	12
	1	1	1	1	1	1	1	1	2
	1	1	1	1	1	1	1	1	4
	2	2	2	1	1	1	1	2	3
	1	1	1	1	1	1	1	1	3

Degree of Difficulty / Schwierigkeitsgrad: Easy / Leicht Medium / Mittel Hard / Schwer Very difficult / Sehr schwer

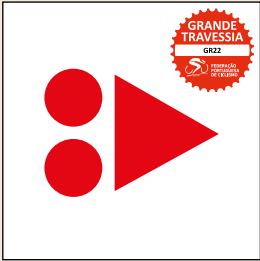
SIGNAGE / BESCHILDERUNG



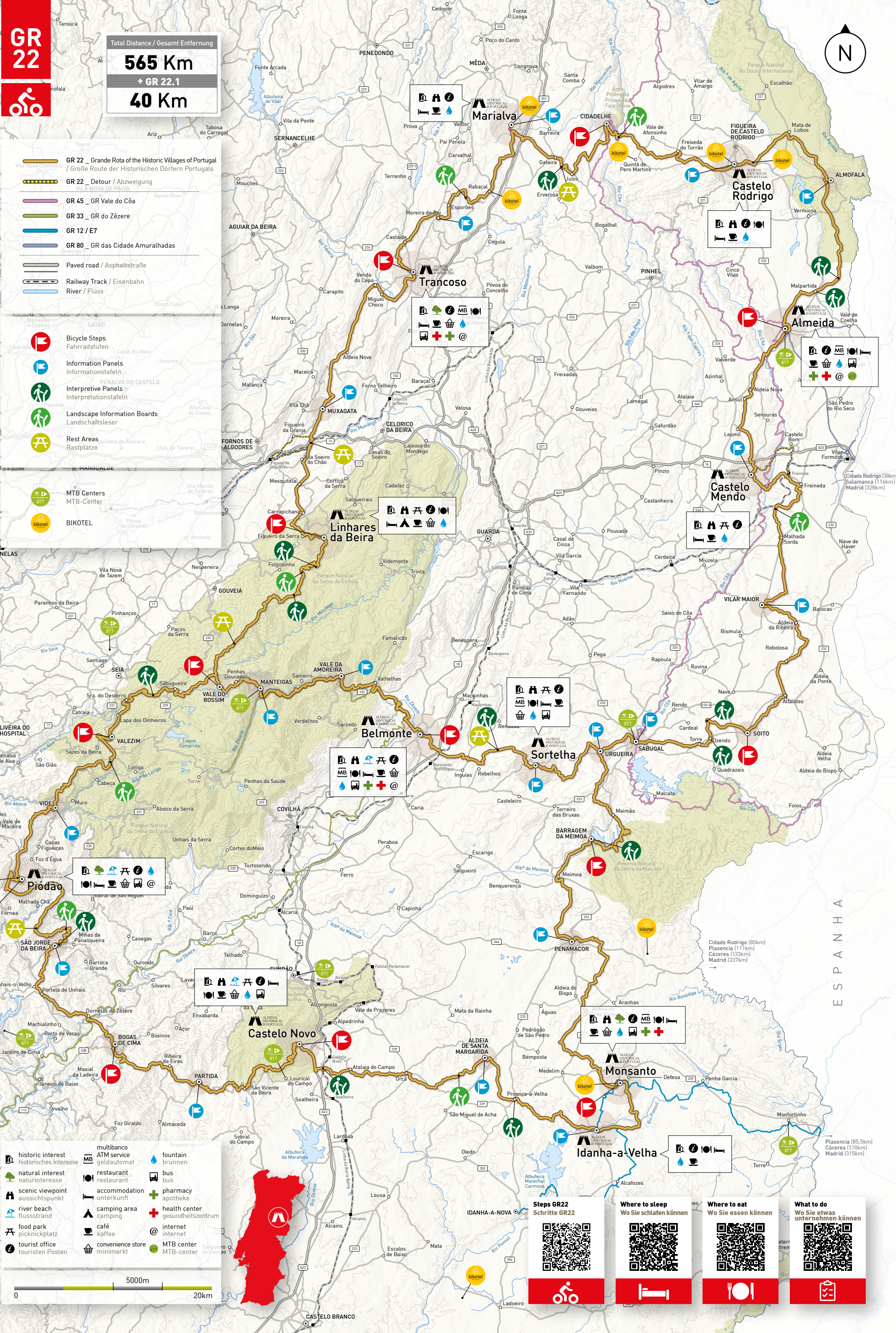
1
Left turn
Links abbiegen



2
Move on
Weitermachen



3
Right turn
Rechts abbiegen



GR 22

Total Distance / Gesamt Entfernung

565 Km

+ GR 22.1

40 Km

- GR 22 _ Grande Rota of the Historic Villages of Portugal / Große Route der Historischen Dörfern Portugals
- GR 22 _ Detour / Abzweigung
- GR 45 _ GR Vale do Côa
- GR 33 _ GR do Zêzere
- GR 12 / E7
- GR 80 _ GR das Cidade Amuralhadas
- Paved road / Asphaltstraße
- Railway Track / Eisenbahn
- River / Fluss

- Bicycle Steps / Fahrradstufen
- Information Panels / Informationstafeln
- Interpretive Panels / Interpretationstafeln
- Landscape Information Boards / Landschaftsleser
- Rest Areas / Rastplätze
- MTB Centers / MTB-Center
- BIKOTEL

- historic interest / historisches Interesse
- natural interest / naturinteresse
- scenic viewpoint / aussichtspunkt
- river beach / flussstrand
- food park / picknickplatz
- tourist office / touristen Posten
- multibanco / ATM service / geldautomat
- restaurant / restaurant
- accommodation / unterkunft
- camping / camping
- café / kaffee
- convenience store / minimarkt
- fountain / brunnen
- bus / bus
- pharmacy / apotheke
- health center / gesundheitszentrum
- internet / internet
- MTB center / MTB-center

0 5000m 20km

Steps GR22
Schritte GR22

Where to sleep
Wo Sie schlafen können

Where to eat
Wo Sie essen können

What to do
Wo Sie etwas unternehmen können