

1 destination that is in fact 12



BIOSPHERE
certified destination



WALKING & CYCLING

GRANDE ROTA ALDEIAS HISTÓRICAS DE PORTUGAL

GRAN RUTA
ALDEIAS HISTÓRICAS DE PORTUGAL

_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



A NOSSA HISTÓRIA, O SEU TEMPO. NUESTRA HISTORIA, SU TIEMPO.

Natureza em estado selvagem. Castelos medievais. Lugares repletos de lendas, sabores e tradições. A pé ou de bicicleta siga a Grande Rota das Aldeias Históricas de Portugal e descubra este magnífico traçado que, com cerca de 600km, une todas as 12 aldeias. A pé, explore os 15 Caminhos Históricos (Pequenas Rotas – PR) que existem nas aldeias e que variam entre os 3 e os 30km.

Viajar pelas Aldeias Históricas de Portugal é uma experiência sem igual, de onde regressará de coração cheio de momentos e experiências inesquecíveis.

Naturaleza en estado salvaje, castillos medievales, lugares repletos de leyendas, sabores y tradiciones. A pie o en bicicleta, siga la Gran Ruta de las Aldeias Históricas de Portugal y descubra este magnífico itinerario que, con cerca de 600 km, une todas las aldeas. Explore a pie los 15 Caminos Históricos (Pequeñas Rutas – PR), que oscilan entre los 3 y los 30 km. Viajar por las Aldeias Históricas de Portugal es una experiencia única, de la que regresará, de corazón, con la mochila cargada de experiencias inolvidables.



co-financiamento

TURISMO DE
PORTUGAL 

promotores



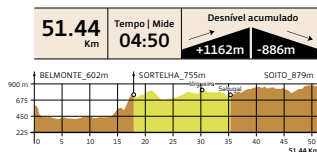
PROVERE
Programa Nacional de Valorização
de Recursos Endógenos

co-financiamento

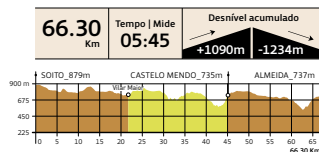




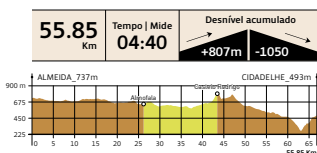
▲ BELMONTE ↔ SOITO



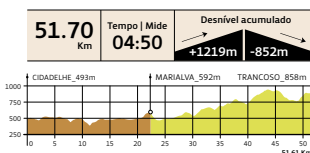
SOITO ↔ ▲ ALMEIDA



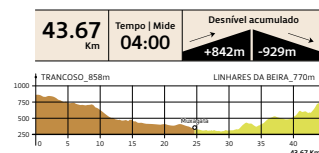
▲ ALMEIDA ↔ CIDADELHE



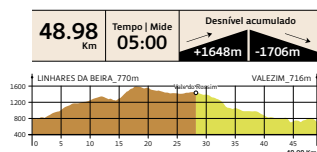
CIDADELHE ↔ ▲ TRANCOSO



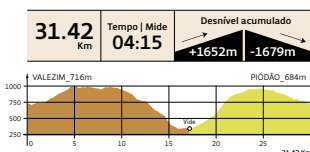
▲ TRANCOSO ↔ ▲ LINHARES DA BEIRA



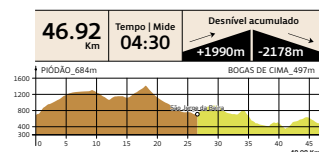
▲ LINHARES DA BEIRA ↔ VALEZIM



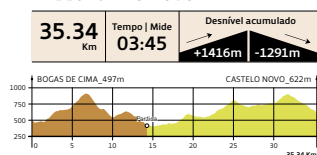
VALEZIM ↔ ▲ PIÓDÃO



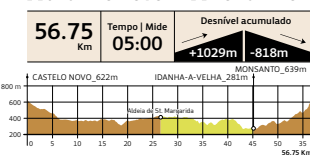
▲ PIÓDÃO ↔ BOGAS DE CIMA



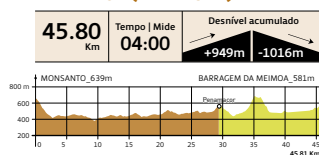
BOGAS DE CIMA ↔ ▲ CASTELO NOVO



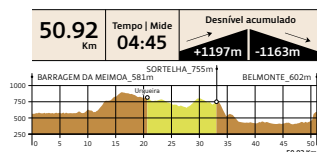
▲ CASTELO NOVO ↔ ▲ MONSANTO



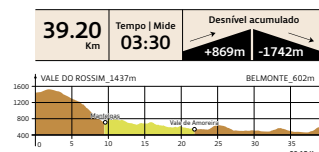
▲ MONSANTO ↔ ▲ MEIMOA (BARRAGEM)



MEIMOA (BARRAGEM) ↔ ▲ BELMONTE



VALE DO ROSSIM ↔ ▲ BELMONTE



Cálculo de tempos BTT estimado a partir de uma velocidade média de 12 km/h + acréscimo de 15 min por cada 200 m de acumulado positivo a partir dos 800m. A dificuldade técnica da GR 22 em BTT é equivalente ao nível vermelho de um Centro de BTT (difícil).

Cálculo de tiempos BTT estimados a partir de una velocidad media de 12 km/h + 15 min adicionales por cada 200 m de acumulación positiva a partir de 800m. La dificultad técnica de la GR 22 en BTT es equivalente al nivel rojo de un Centro de BTT (difícil).

Parceiro
Institucional
Socio
Institucional

Percurso registado,
Homologado e Certificado
Recorrido Registrado,
Homologado y Certificado



Para os aventureiros em duas rodas, a GR22 é o percurso por que sempre sonharam. Uma rota imensamente variada, sem igual no mundo, com caminhos que atravessam serras, planícies, paisagens agrícolas, zonas ribeirinhas, parques naturais e reservas protegidas, aventurar-se pelo território das Aldeias Históricas de Portugal em bicicleta não podia ser mais emocionante. Grande parte do trajeto coincide com a vertente walking, no entanto, existem alternativas cicláveis que oferecem novas perspetivas para descobrir a história, o património e a natureza do território. Homologada e classificada como Grande Travessia a nível nacional, a GR22 dispõe ao longo da sua extensão de uma rede de Centros BTT e Bikotels que garantem serviços de apoio exigidos pelos amantes de bicicletas.

Viva uma aventura sem igual nas Aldeias Históricas de Portugal!

Para los aventureros a dos ruedas, la GR22 es el recorrido con el que siempre soñaron. Una ruta tremendamente variada, única en el mundo, conformada por caminos que atraviesan sierras, llanuras, paisajes agrarios, zonas de ribera, parques naturales y reservas protegidas. Salir a la aventura por el territorio de las Aldeias Históricas de Portugal, no podría ser más emocionante. Si bien gran parte del trayecto coincide con el itinerario a pie, existen alternativas para bicicleta que ofrecen nuevas perspectivas de descubrimiento de la historia, patrimonio y naturaleza de esta tierra. Homologada y clasificada como Gran Travesía a nivel nacional, la GR22 dispone, a lo largo de su extensión, de una red de centros BTT y Bikotels que garantizan los servicios de apoyo exigidos por los amantes del ciclismo.

Viva una aventura incomparable en las Aldeias Históricas de Portugal!

	Gardunha	Manteigas	Sabugal	Seia	Pampilhosa da Serra	Arganil	Monfortinho	Lourçal do Campo	Almeida
 Centro BTT									
KM	250	157	225	166	122	150	215	250	520
Percursos Recorridos	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

Grau de Dificuldade / Grado de Dificultad:  Fácil / Fácil  Médio / Medio  Difícil / Difícil  Muito difícil / Muy difícil

SINALÉTICA / SEÑALIZACIÓN



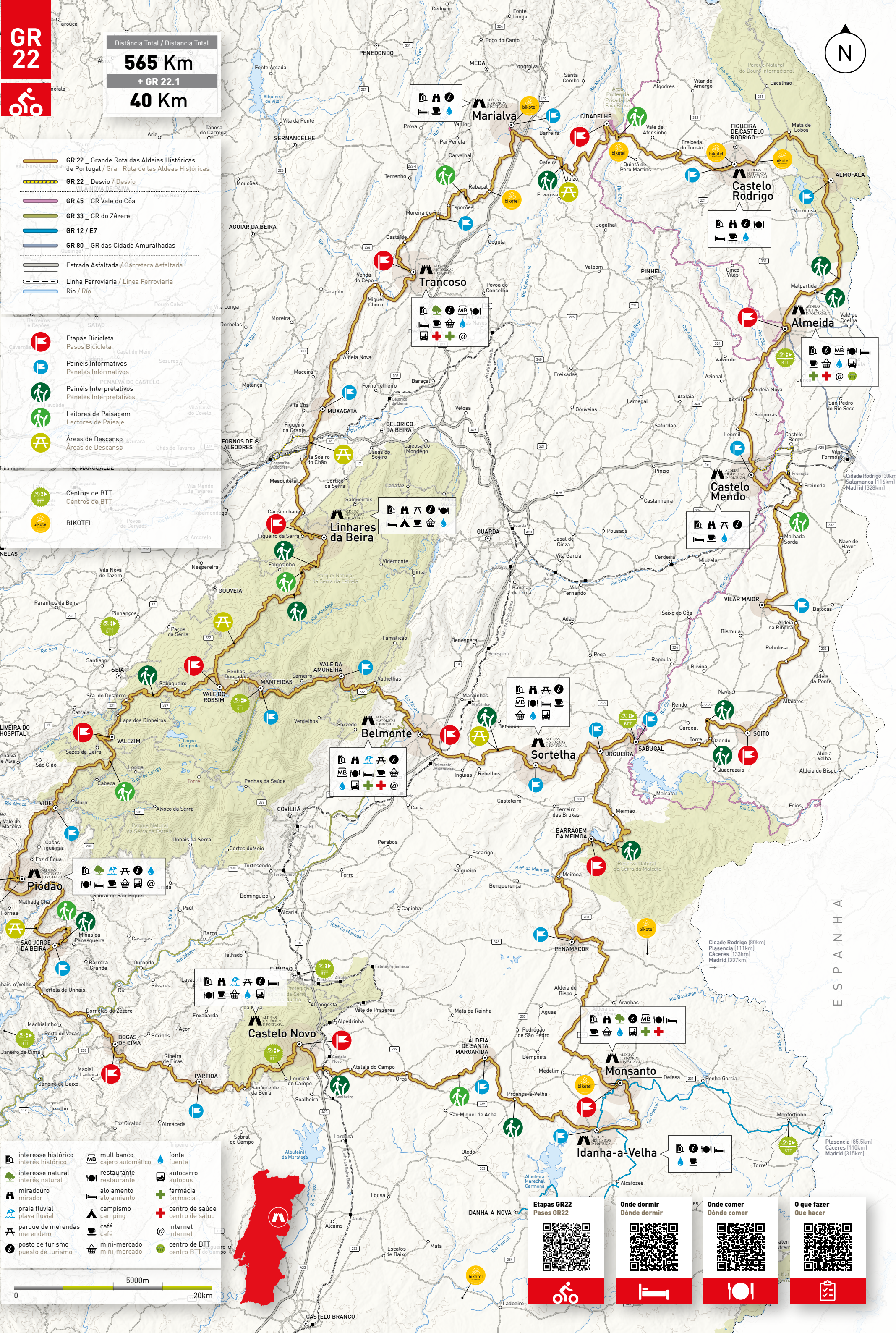
1
Virar à esquerda
Girar a la izquierda



2
Seguir em frente
Seguir adelante



3
Virar à direita
Girar a la derecha



GR 22

Distância Total / Distancia Total

565 Km

+ GR 22.1

40 Km

GR 22 _ Grande Rota das Aldeias Históricas de Portugal / Gran Ruta de las Aldeas Históricas

GR 22 _ Desvio / Desvío

GR 45 _ GR Vale do Côa

GR 33 _ GR do Zêzere

GR 12 / E7

GR 80 _ GR das Cidades Amuralhadas

Estrada Asfaltada / Carretera Asfaltada

Linha Ferroviária / Línea Ferroviaria

Rio / Río

Etapas Bicicleta
Pasos Bicicleta

Painéis Informativos
Paneles Informativos

Painéis Interpretativos
Paneles Interpretativos

Leitores de Paisagem
Lectores de Paisaje

Áreas de Descanso
Áreas de Descanso

Centros de BTT
Centros de BTT

BIKOTEL

interesse histórico
interés histórico

interesse natural
interés natural

miradouro
mirador

praia fluvial
playa fluvial

parque de merendas
merendero

posto de turismo
puesto de turismo

multibanco
cajero automático

restaurante
restaurante

alojamento
alojamiento

campismo
camping

café
café

mini-mercado
mini-mercado

fonte
fuente

autocarro
autobús

farmácia
farmacia

centro de saúde
centro de salud

internet
internet

centro de BTT
centro BTT do campo

0

5000m

20km

Etapas GR22
Pasos GR22

Onde dormir
Dónde dormir

Onde comer
Dónde comer

O que fazer
Que hacer