



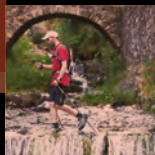
1 destination that is in fact 12



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](http://www.aldeiashistoricasdeportugal.com)



[facebook.com/aldeiashistoricasdeportugal](https://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.***

promotores

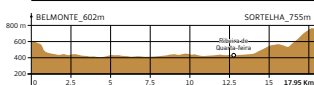
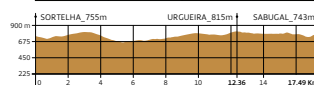
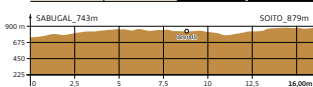
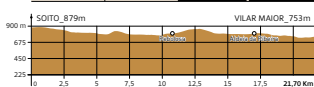
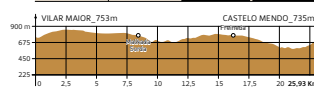
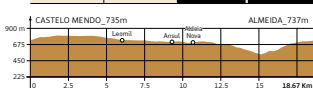
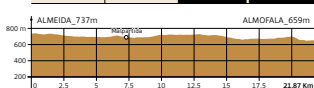
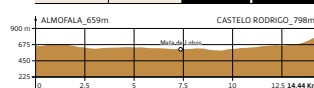
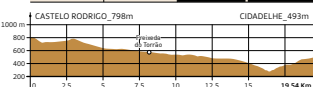
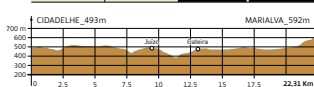


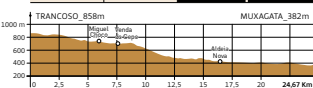
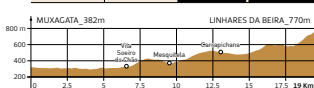
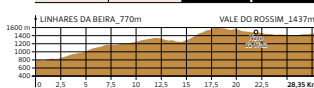
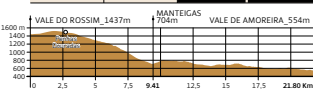
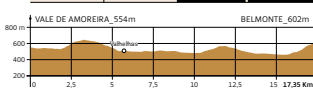
co-financiamento



co-financiamento

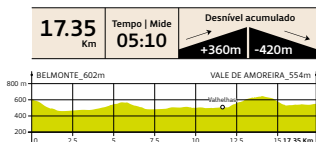
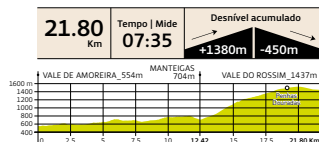
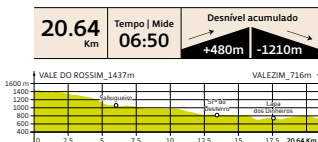
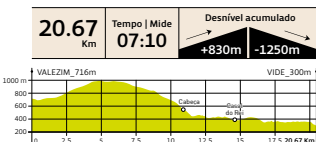
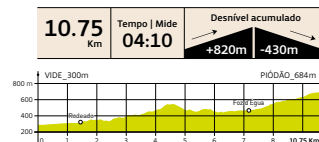
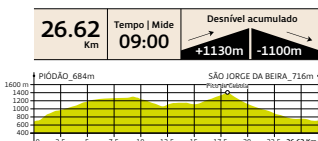
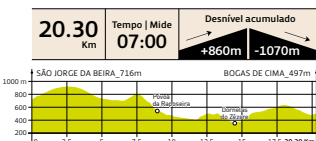
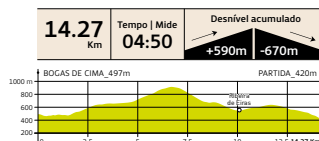
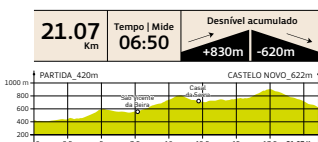
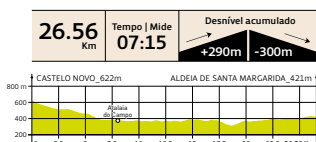
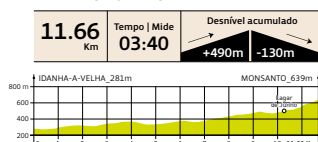
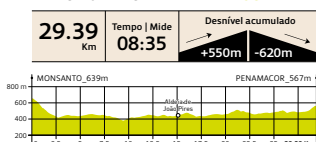
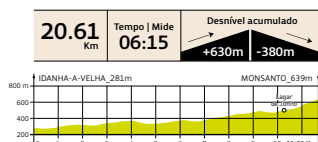
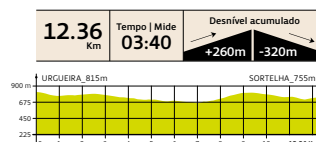
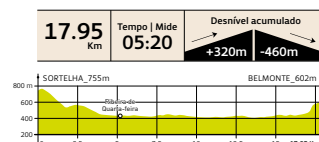


GR  
22LOOP  
NORTE
**▲ BELMONTE ↔ ▲ SORTELHA**

**▲ SORTELHA ↔ ▲ URGUEIRA  
↔ ▲ SABUGAL**

**SABUGAL ↔ SOITO**

**SOITO ↔ VILAR MAIOR**

**VILAR MAIOR  
↔ ▲ CASTELO MENDO**

**▲ CASTELO MENDO ↔ ▲ ALMEIDA**

**▲ ALMEIDA ↔ ▲ ALMOFALA**

**ALMOFALA  
↔ ▲ CASTELO RODRIGO**

**▲ CASTELO RODRIGO  
↔ ▲ CIDADELHE**

**CIDADELHE ↔ ▲ MARIALVA**

**▲ MARIALVA ↔ ▲ TRANCOSO**

**▲ TRANCOSO ↔ ▲ MUXAGATA**

**MUXAGATA  
↔ ▲ LINHARES DA BEIRA**

**▲ LINHARES DA BEIRA  
↔ ▲ VALE DO ROSSIM**

**VALE DO ROSSIM  
↔ ▲ VALE DE AMOREIRA**

**VALE DE AMOREIRA  
↔ ▲ BELMONTE**


A Grande Rota das Aldeias Históricas de Portugal (GR22) privilegia os antigos caminhos rurais, afastando-se da agitação e proporcionando serenidade, silêncio e segurança. Homologada a nível nacional pela FCMP e internacionalmente pela ERA com o selo Leading Quality Trails Best of Europe, é o percurso perfeito para quem gosta de desafios e de viajar em autonomia, em contacto pleno e íntimo com o território. **Aventure-se pelas paisagens de cortar a respiração da GR22.**

*La Gran Ruta de las Aldeias Históricas de Portugal (GR22), prima los antiguos caminos rurales, alejándose de la agitación y ofreciendo serenidad, silencio y seguridad. Homologada a nivel nacional por la FCMP, e internacionalmente por la ERA con el sello Leading Quality Trails Best of Europe, es el recorrido perfecto para a quien le gusten los desafíos y disfrute de viajar de manera independiente, en contacto pleno e íntimo con la tierra. **Aventúrese a adentrarse en los sobrecogedores paisajes de la GR22.***

GR  
22LOOP  
SUL**VALE DE AMOREIRA**  
↔ VALE DE AMOREIRA**VALE DE AMOREIRA**  
↔ VALE DO ROSSIM**VALE DO ROSSIM** ↔ VALEZIM**VALEZIM** ↔ VIDE**VIDE** ↔ PIÓDÃO**PIÓDÃO**  
↔ SÃO JORGE DA BEIRA**SÃO JORGE DA BEIRA**  
↔ BOGAS DE CIMA**BOGAS DE CIMA** ↔ PARTIDA**PARTIDA** ↔ CASTELO NOVO**CASTELO NOVO**  
↔ ALDEIA DE S.ª MARGARIDA**ALDEIA DE S.ª MARGARIDA**  
↔ IDANHA-A-VELHA**IDANHA-A-VELHA**  
↔ MONSANTO**MONSANTO** ↔ PENAMACOR**PENAMACOR**  
↔ MEIMOA (BARRAGEM)**MEIMOA (BARRAGEM)**  
↔ URGUEIRA**URGUEIRA** ↔ SORTELHA**SORTELHA** ↔ BELMONTE

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

A dificuldade e duração das etapas são apresentadas segundo o sistema MIDE. Para mais informações sobre este sistema consulte:

[www.montanasegura.com/mide/](http://www.montanasegura.com/mide/)La dificultad y duración de las etapas aparece representada según el sistema MIDE. Para más información sobre este sistema, consulte: [www.montanasegura.com/mide/](http://www.montanasegura.com/mide/)Parceiro  
Institucional  
Socio  
InstitucionalPercurso registado,  
Homologado e Certificado  
Recorrido Registrado,  
Homologado e Certificado



GR 22

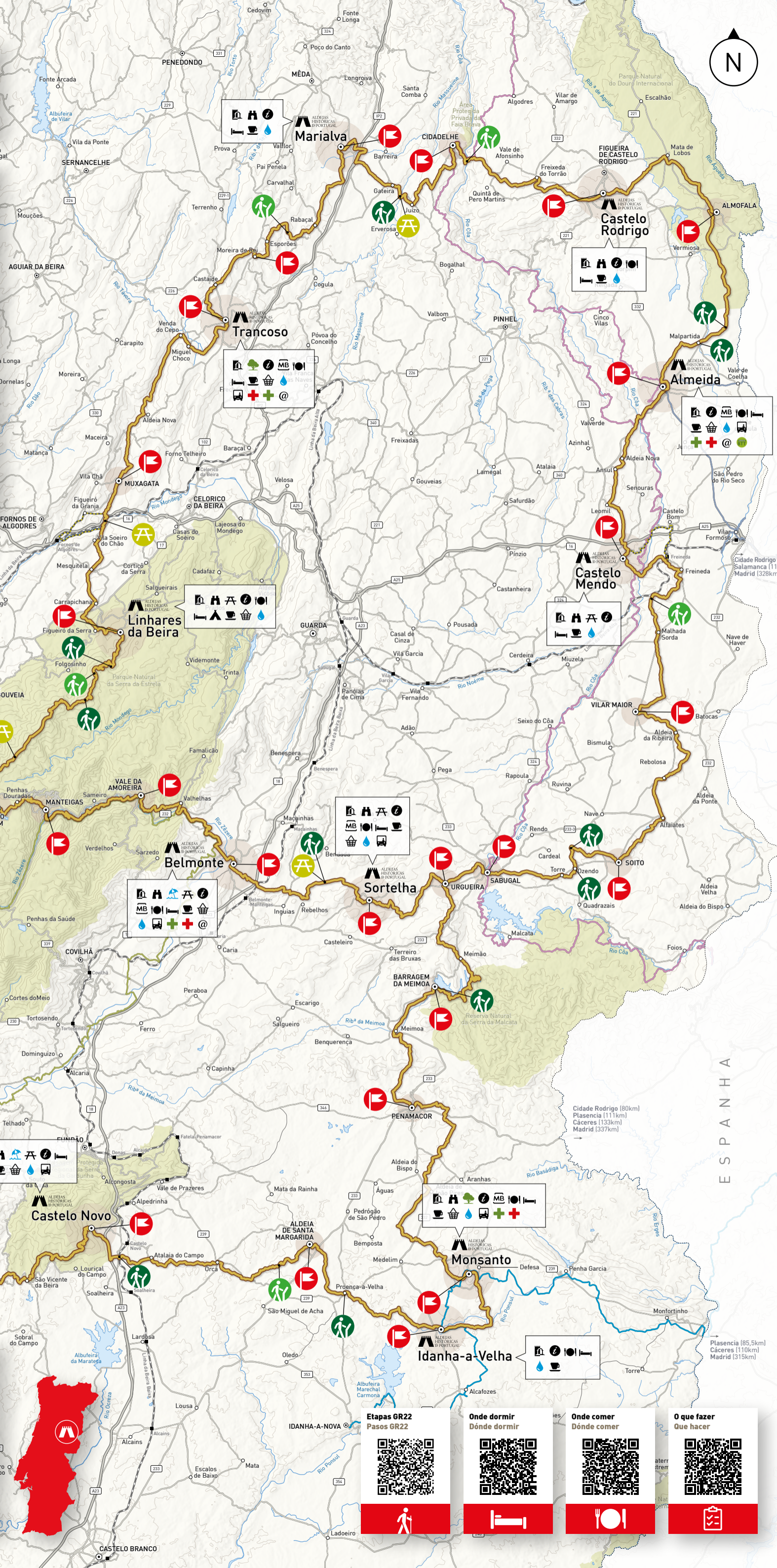
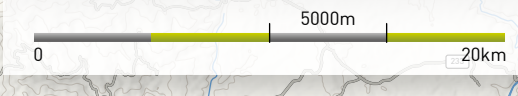


Distância Total / Distancia Total  
**565 Km**  
+ GR 22.1  
**40 Km**



- GR 22 \_ Grande Rota das Aldeias Históricas de Portugal / Gran Ruta de las Aldeias Históricas
- GR 22 \_ Desvio / Desvío VILA NOVA DE PAIVA
- 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 Caminhada Pasos a Caminar
- Painéis Interpretativos Paneles Interpretativos
- Leitores de Paisagem Lectores de Paisaje
- Áreas de Descanso Áreas de Descanso

- 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



ESPAÑA

**Etapas GR22**  
Pasos GR22

**Onde dormir**  
Dónde dormir

**Onde comer**  
Dónde comer

**O que fazer**  
Que hacer

