



Foto: Fernando Romão

Rana patilarga (*Rana iberica*)

> Cabe destacar

**NATURALEZA:** entre los aspectos naturales de este recorrido cabe destacar, en la parte más alta, los varios afloramientos de cuarcita que irrumpen en el paisaje y, en el fondo del valle, el tramo superior del arroyo Arronches, con una interesante galería ripícola.

**ARTESANÍA:** muñecas de trapo; tapicería de Portalegre (punto de Portalegre); cestería de Portalegre; pandero de Portalegre.

**GASTRONOMÍA:** cocido de garbanzos con judías verdes a la alentejana; bacalao albardado; *cachola*; conejo en salmorejo de ajos; liebre frita. Dulces (*manjar branco*, *toucinho-do-céu*, *lampreia de amêndoa*, caramelos de huevo). Cerezas de S. Julião DOP (Denominación de Origen Protegida)

> Época aconsejada

Todo el año. Los usuarios deberán tomar las precauciones necesarias ante las altas temperaturas durante el verano.

> Señalización

® FCMP

camino correcto



camino incorrecto



girar a la izquierda



girar a la derecha



> Punto de interés

**ARROYO DE ARRONCHES**

El arroyo de Arronches nace junto a los puntos más altos de la sierra de São Mamede, muy cerca de este pueblo, que adquirió el mismo nombre de este curso de agua permanente. Corre hacia el sur, a lo largo de una extensión de casi 25 kilómetros y termina su curso en Arronches, cuando se junta al río Caia. Junto a este pueblo, el arroyo alcanza una anchura de cerca de 3 metros y su tramo montañoso es el más sinuoso.

> Código de conducta

Circular únicamente por los senderos establecidos. / Respetar la propiedad privada. / Evitar ruidos innecesarios. / Observar la fauna a distancia. / No dañar la flora y no recoger muestras de plantas y rocas. / No arrojar basura. / No hacer fuego y tener cuidado con las colillas de cigarrillos. / Ser amable con los lugareños. / Tener cuidado con el ganado. Aunque sea manso, no le gusta que desconocidos se acerquen a sus crías. / Dejar las puertas como las ha encontrado. Si estaban cerradas, confirme que las ha dejado bien cerradas.

> Contactos útiles

- Ayuntamiento de Portalegre: +351 - 245 307 400/1
- Oficina de turismo: +351 - 245 307 445
- SOS Emergencia: 112
- SOS Bosque: 117
- Centro de salud: +351 - 245 302 050
- Hospital: +351 - 245 301 000
- Servicio de Información Toxicológica: +351 - 217 950 143
- Policía (GNR): +351 - 245 609 320
- Policía (PSP): +351 - 245 300 620
- Bomberos voluntarios: +351 - 245 307 000
- Junta de Parroquia de Alegrete: +351 - 245 965 134
- Unión de las localidades de Reguengo y São Julião: +351 - 245 208 954 / 245 964 918

Promotor del recorrido:



El recorrido pedestre ha sido registrado y homologado por:



Socio institucional:



Cofinanciación:

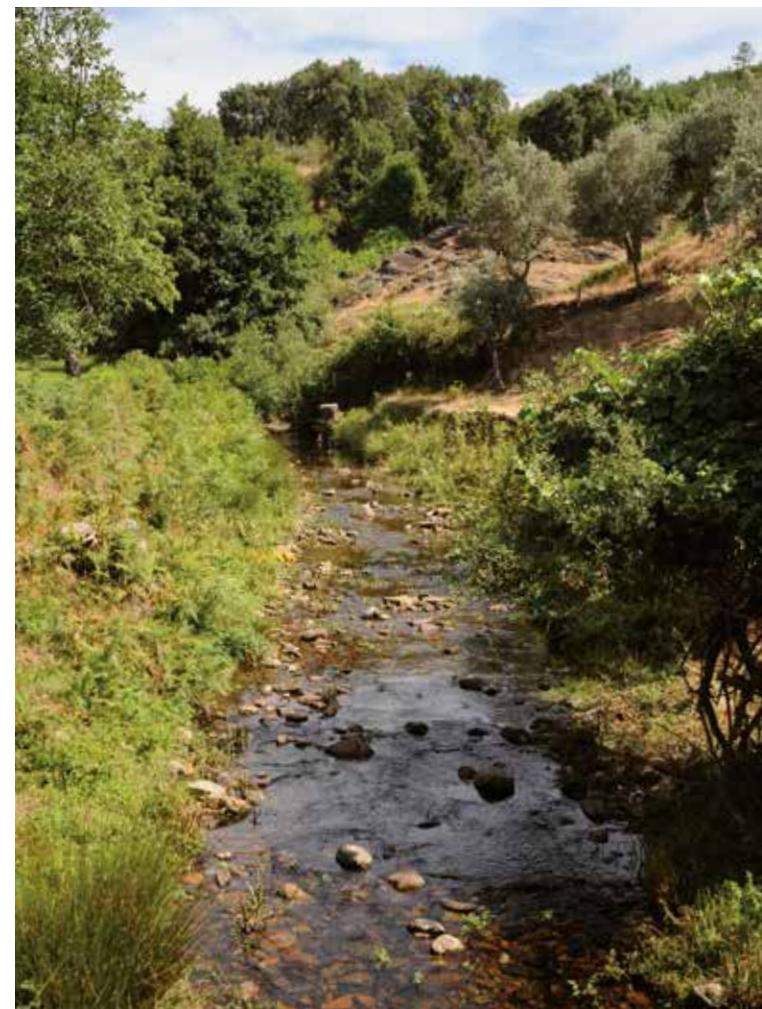


PR8  
PTG

RECORRIDO DE VALE LOURENÇO



RECORRIDOS EN NATURALEZA



## > Descripción del recorrido



**Buitre leonado (*Gyps fulvus*).** Siempre patrullando los campos en vigilancia sanitaria.

Este recorrido se desarrolla a lo largo de dos valles distintos. Inicialmente subimos por el valle de Barranco da Caleira y, posteriormente, bajamos por el valle del arroyo Arronches. A lo largo de ambos son muchas las pequeñas granjas que se dedicaron a una agricultura de subsistencia que, a lo largo de siglos fue modelando las laderas de la sierra, con terrazas que permitieron el cultivo en estos declives y, al mismo tiempo, también mantuvieron una importante actividad de pastoreo. Sin embargo, parte de estas granjas y terrenos ya están abandonadas, dando lugar a las recientes plantaciones de pinos y eucaliptos. Asimismo, en el valle del arroyo de Arronches, aún encontramos alguna actividad agrícola, sobre todo relacionada con el cultivo de cereales, pequeños sotos, algunos olivares tradicionales y ganado caprino u ovino. El itinerario también pasa por la cima redondeada del lado este del arroyo Arronches, donde las vistas, a pesar de la altitud, están limitadas por las sierras cercanas, tanto portuguesas como españolas. Aquí y allá, el paisaje se abre por afloramientos de cuarcita. La cima de la sierra de São Mamede queda muy cerca. Bajamos el valle y en determinado momento lo cruzamos en una zona de frondosa galería ribereña. Pasamos por unas granjas más y regresamos al punto de partida de este recorrido.



tipo de itinerario

18.8 Km

distancia

7.00<sup>H</sup>

duración

desnivel  
608<sup>m</sup>

desnivel acumulado

IV  
difícil

dificultad

815<sup>m</sup>  
478<sup>m</sup>

altitud máx/mín



El grado de dificultad se representa según 4 ítems diferentes, siendo cada uno de ellos evaluado en una escala de 1 a 5 (del más fácil al más difícil)

grado de dificultad



Entorno del pueblo de Pinheiros



Cereza de São Julião (DOP - Denominación de Origen Protegida)



1:25000 Mapa n.º 360 (Servicio cartográfico del ejército)

### Leyenda

- Recorrido pedestre
- Calle asfaltada
- Curso de agua

- ▶ Inicio y fin: junto a la EM1044, Montarecos (GPS: 39°15'11, 19°N; 7°18'27, 02°O)
- Sentido recomendado del recorrido: en el sentido de las agujas del reloj
- i Información en el local

## > Puntos de interés

- |                       |                             |                                     |
|-----------------------|-----------------------------|-------------------------------------|
| 1 Calera              | 8 Arroyo de Arronches       | <span style="color: blue;">i</span> |
| 2 Barroca da Figueira | 9 Afloramientos de cuarcita | <span style="color: blue;">i</span> |
| 3 Soto Agostinho      | 10 Montes                   |                                     |
| 4 Soto Queimado       | 11 Valle Lourenço           |                                     |
| 5 Freixo              | 12 Pino                     |                                     |
| 6 Pisão               | 13 Soto Parradas            |                                     |
| 7 Fontes/Fazendinha   | MI Mesa Interpretativa      |                                     |



## Parque Natural de la Sierra de São Mamede

La sierra de São Mamede, que da nombre a este parque natural, es la formación montañosa más grande al sur del río Tejo. Por su ubicación geográfica y por el hecho de elevarse por encima de los 1000 m, posee aspectos microclimáticos exclusivos que permitieron el establecimiento y la supervivencia de algunas comunidades de animales y vegetales que encontramos en este lugar de una forma casi aislada. El águila perdicera está representada en el símbolo de esta zona protegida. Actualmente, es una de las aves de rapiña más raras que existe en nuestro país.

**NATURALPT**  
WWW.NATURALPT  
REDE NACIONAL DE ÁREAS PROTEGIDAS

