



GR 48

Grande Rota do Mondego
Etapa / Stage: *Orla do Mondego*

Carregal do Sal

Distância / Distance: **14,1 km**

Duração / Duration: **5h**

Código de conduta / Walking code

Siga o trilho traçado; Respeite a Natureza, as pessoas e a propriedade privada; Leve mapa ou dispositivo GPS com traçado do percurso a realizar; Leve companhia; Informe alguém sobre a realização do percurso; Tenha presente as condições meteorológicas e avisos da Proteção Civil. Follow the predetermined trail; Respect nature, people and private property; Take a map or GPS device with the track of the route you will take; Bring company along; Inform someone about the route you will take; Keep in mind the weather conditions and Civil Protection warnings.

Contactos úteis / Useful contacts

Carregal do Sal
 Centro de Saúde / Healthcare Centre: (+351) 232 968 164 / 270
 GNR / Police: (+351) 232 968 134
 Bombeiros / Fire Brigade: (+351) 232 968 250
 Posto de Turismo / Tourism Office: (+351) 232 960 404
www.carregal-digital.pt

Onde comer
Where to eat

Onde ficar
Where to stay

Sinalética / Path signage

Percurso pedestre GR
Long distance walking path

© FCMFP

Caminho certo
Right way

Caminho errado
Wrong way

Virar à esquerda
Turn left

Virar à direita
Turn right

Coincidência temporária de GR e PR
Concurrence of GR and PR path

SOS: 112 Comunidade Intermunicipal Viseu Dão Lafões www.cimvdl.pt

PROMOTOR

COMUNIDADE INTERMUNICIPAL VISEU DÃO LAFÕES

CO-FINANCIAMENTO

PARCERIA

Turismo Centro Portugal
Um país dentro do País

PERCURSOS REGISTRADOS E HOMOLOGADOS

ASSOCIAÇÃO DE CAMINHISMO E MONTANHISMO DE PORTUGAL

CONTEÚDOS / DESIGN GRÁFICO

fogue comigo!
guias de destinos

CARREGAL DO SAL
município



Um rio cantado por poetas
A river sung by poets

Floresta em encosta do rio Mondego / Forest on a slope of the Mondego River

O maior rio integralmente português nasce a cerca de 1525 m de altitude, nas proximidades do Vale de Rossim, na Serra do Estrela. No seu percurso de 258 km até ao Atlântico, atravessa grande diversidade de habitats e ecossistemas, que se foram transformando e adaptando à ação humana, constituindo nesta etapa da GR48 fronteira natural entre os territórios do distrito de Viseu e de Coimbra.

Na orla do Mondego, apesar das recentes catástrofes causadas pelos incêndios florestais, a fauna e flora restabelece-se, pouco a pouco. Entre a vegetação autóctone observa-se o medronheiro (*Arbutus unedo*), a esteva (*Cistus sp.*), a giesta-branca (*Cytisus multiflorus*), o tojo (*Ulex minor*), as urzes (*Erica sp.*) e o rosmaninho (*Lavandula pedunculata* subsp. *pedunculata*). A floresta é dominada pelo pinheiro-bravo (*Pinus pinaster*) e nas galerias ripícolas, junto à água, ocorre com frequência o amieiro (*Alnus glutinosa*) e o choupo-negro (*Populus nigra*).

The longest river located exclusively in Portuguese territory has its source at about 1525 m above sea level, near Vale do Rossim, in Estrela Mountain Range. In its course of 258 km till the Atlantic Ocean, it flows through a great diversity of habitats and ecosystems, which underwent transformations and adaptation to human action, representing in this stage of GR48 the natural frontier between the territories of Viseu district and Coimbra.

At Mondego Riverside and despite recent disasters caused by wildfires, fauna and flora are gradually recovering. Amongst native vegetation, we may find the Strawberry tree (*Arbutus unedo*), the Rockrose (*Cistus sp.*), the White Broom (*Cytisus multiflorus*), the Gorse (*Ulex minor*), the Heath (*Erica sp.*) and the French lavender (*Lavandula pedunculata* subsp. *pedunculata*). The forest is dominated by the Maritime pine (*Pinus pinaster*) and in the riparian galleries, close to the water, the Common alder (*Alnus glutinosa*) and the Black poplar (*Populus nigra*) occur frequently.

Descobrir em Carregal do Sal

- . PR1 CRS - Rota da Pinha e do Pinhão
- . PR2 CRS - Rota dos Narcissus
- . Circuito Pré-Histórico Fiais/Azenha

Discovering in Carregal do Sal

- . PR1 CRS - Route of the Pinecone and Pine Nut
- . PR2 CRS - Narcissus Route
- . Prehistoric Circuit of Fiais/Azenha

GR 48

Grande Rota do Mondego Etapa / Stage: Orla do Mondego

Início / Starting point
Ponte de granito sobre o Mondego (EN230)
 Granite bridge over Mondego River (EN230)
GPS: 40°25'33.82"N; 7°56'16.36"W

Distância / Distance
14,1 km / GR48-1: 6,1 km / GR48-2: 2,04 km

Duração / Duration
5h / GR48-1: 2h / GR48-2: 0h45

Tipo de percurso / Type of path
Linear

Desnível Acumulado / Cumulative Gap
 ↗ +508 m ↘ -508 m
 GR48-1: +288 m / -301 m / GR48-2: +154 m / -19 m

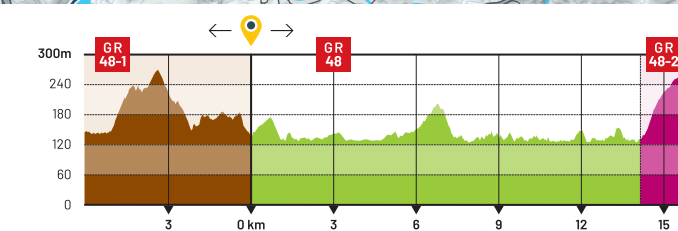
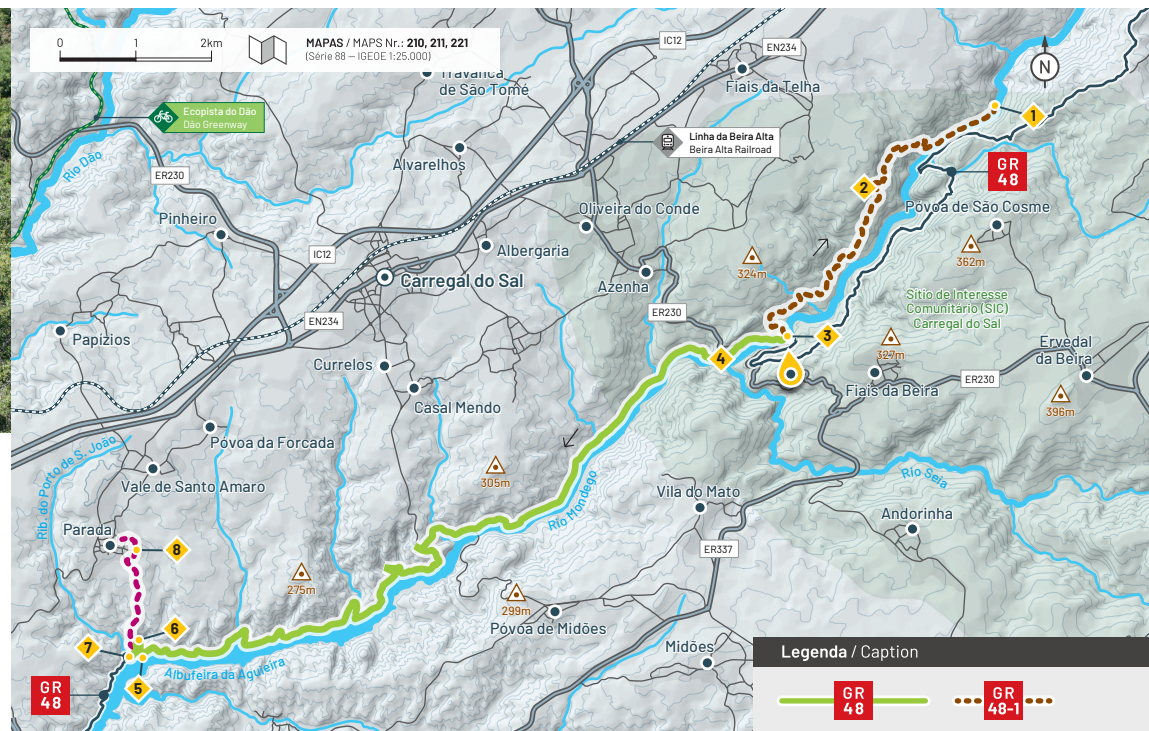


► Descrição do percurso

O percurso parte de uma bela ponte em granito sobre o Mondego, conhecida localmente como ponte da Atalhada, no meio da qual se podem contemplar belas perspectivas para o rio [1], em área com frondosa galeria ripícola. Deste ponto, é possível optar pela variante GR48-1, que segue em sentido contrário ao do percurso, subindo o Mondego cerca de 6 km até encontrar um belo açude, em área mais aberta, repleta de grandes lajes graníticas, algumas das quais com marmitas de gigante. No mesmo lugar, podem observar-se as antigas Azenhas do Canal. Seguindo pelo traçado da GR48, quase sempre por caminhos florestais, atravessam-se áreas florestais de produção (pinheiro e eucalipto) e áreas mais selvagens, por norma nas proximidades do leito do Mondego. Ao longo destes 14 km atente não só às curvas e contracurvas do rio, a momentos mais enérgico e pujante, noutras mais aberto e pausado, mas também à vegetação arbustiva e florística que, especialmente na primavera, proporciona colorido espetáculo de vida. Ao chegar à Srª da Ribeira de Parada, lugar ideal para uma pausa, pode optar pela variante GR48-2 e através dela subir a encosta até à povoação de Parada e visitar o seu antigo Lagar de Varas.

► Description of the route

The route starts at the beautiful granite bridge over the Mondego River, known locally as Atalhada bridge, from where we can have wonderful views over the river [1], in an area with leafy riparian gallery. From this point, it is possible to opt for variant GR48-1, which follows a course contrary to the trail, going up Mondego River for about 6 km till reaching a fine weir, in a more open area, full of huge granite slabs, some of them with giant's kettles. In the same place, the old Channel Watermills (Azenhas do Canal) can be observed. Following the design of GR48, almost always on forest paths, we cross productive forest areas (pine and eucalyptus) and more wild areas, usually in the vicinity of Mondego's riverbed. Along these 14 km, please note not only the river's twists and turns, sometimes more energetic and vibrant, others more open and quiet, but also the bushy and floristic vegetation which, especially in spring, offers a living colourful show. When arriving at Srª da Ribeira of Parada, the ideal spot for a pause, you may choose variant GR48-2 to go up the slope till Parada village and visit the old Lagar de Varas (Pole Winepress).



Legenda / Caption

- GR 48 (Green line)
- GR 48-1 (Red dotted line)
- GR 48-2 (Red dotted line)
- Início do percurso Starting point of the walking path (Yellow circle)
- Estrada asfaltada / Paved road (Grey line)
- Marco geodésico Geodesic landmark (Yellow triangle with 327m)
- Sentido aconselhado do percurso Advised direction of the path (Arrow)

A fauna do Mondego

Nas encostas do vale do Mondego ocorrem algumas espécies que habitam entre o Mondego humanizado e o Mondego selvagem, nas zonas de leito. Entre elas o javali (*Sus scrofa*), o coelho-bravo (*Oryctolagus cuniculus*), a gineta (*Genetta genetta*), a lebre (*Lepus granatensis*), a raposa (*Vulpes vulpes*) e o tóirão (*Mustela putorius*). Já nas águas, subsistem alguns peixes como o barbo (*Barbus bocagei*), a enguia (*Anguilla anguilla*), o bordalo (*Squalius alburnoides*) e a boga (*Chondrostoma polylepis*), bem como a esquiwa lontra (*Lutra lutra*).

Fauna of Mondego River

In the valley slopes of Mondego River there are some species that inhabit between a humanized Mondego River and a wild Mondego River. Among them the Wild Boar (*Sus scrofa*), the European Rabbit (*Oryctolagus cuniculus*), the Common Genet (*Genetta genetta*), the Iberian Hare (*Lepus granatensis*), the Red Fox (*Vulpes vulpes*) and the Ferret (*Mustela putorius*). In its waters, we may find the Iberian Barbel (*Barbus bocagei*), the Eel (*Anguilla anguilla*), the Iberian Roach (*Squalius alburnoides*) and the Nases (*Chondrostoma polylepis*), and also the shy Eurasian Otter (*Lutra lutra*).



Época aconselhada Recommended season

O percurso pode ser efetuado em qualquer época do ano, tendo os seus utilizadores que tomar algumas precauções face às elevadas temperaturas que se podem fazer sentir durante o verão. Durante os períodos de maior precipitação recomenda-se algum cuidado na travessia de alguns troços alagadiços e das passagens sobre cursos de água.

The tour can take place in every season; however, participants are advised to take some precautions regarding high temperatures which may occur in summer. During periods of heavy rainfall, care must be taken when crossing some marshy sections or passing over watercourses.

Nível de dificuldade / Grading

MÉDIO / MODERATE

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil).
 The difficulty level is represented by 4 different symbols each of which ranges from 1 (the easiest) to 5 (the most difficult)

adversidade do meio ambiental 1
 orientação 1
 uso de picos 1
 esforço físico 4

Localização Location

