

**GUIA** VISÃO

ESTA REVISTA É PARTE INTEGRANTE DA VISÃO, N.º 1.443, DE 29 DE OUTUBRO DE 2020, E NÃO PODE SER VENDIDA SEPARADAMENTE



# **CAMINHADAS**

## OS MELHORES TRILHOS

NORTE ■ CENTRO ■ SUL ■ ILHAS



# Manteigas, um tesouro natural

Em pleno Parque Natural da Serra da Estrela, o concelho de Manteigas é conhecido pelas suas paisagens deslumbrantes, que se transformam profundamente, refletindo os ciclos da natureza. Um vale glacial percorrido por pastores ao longo dos séculos, mantém intactas a sua beleza e imponência, e descobre-se com todos os sentidos, pelos 200km da rede de trilhos verdes.

**S**uave e branca, coberta de neve, nos dias luminosos de Inverno. Explodindo de cores e perfumes, no esplendor da Primavera. Fresca e límpida, como as águas dos rios e lagoas que convidam a mergulhos revigorantes, debaixo do sol do Verão. Tingindo-se de vermelhos, amarelos, dourados e púrpuras, quando o Outono cobre a floresta. É assim a paisagem de Manteigas, um dos maiores tesouros naturais de Portugal, onde a beleza da natureza se entrelaça com tradições culturais e etnográficas, como a pastorícia e a tecelagem, preservadas até hoje.

Visitar este lugar, e percorrê-lo explorando a sua rede de trilhos verdes, com mais de 200km de percursos pedestres, é uma experiência avassaladora de comunhão com a Natureza, onde se respira ar puro, se lava a alma com paisagens incríveis, e se descobrem recantos que parecem ter parado no tempo, alheios à agitação dos dias.

Se todos os elementos da Natureza são convocados para esta experiência única, a água tem sem dúvi-

da uma presença central na região. Porque é uma constante, nas neves, nos rios, nas levadas e lagoas, e porque a própria ação glaciária moldou toda esta paisagem, deixando marcas nas rochas polidas e covões, nos profundos vales em U, entre os quais o impressionante Vale Glaciar do Zêzere, finalista da categoria “Grandes Relevos” da iniciativa “7 Maravilhas de Portugal”.





Manteigas é um dos destinos mais desejados para quem procura um contacto íntimo com a Natureza, seja através de caminhadas seja optando por atividades como o BTT, o trail e o parapente. A dificuldade será escolher por onde começar, por isso sugerimos duas rotas imperdíveis.

A Rota do Javali parte da Vila de Manteigas, sobre a qual oferece uma magnífica vista panorâmica e, ao

longo de 11km, percorre o interior da floresta, sobe ao topo da ribeira de Leandres, correndo por escarpas e vales, até desvendar a cascata do Poço do Inferno, um dos ex-libris da região, uma beleza natural com 10 metros de altura. Se beleza deste traçado é bem real, o percurso parte da ficção, inspirando-se no caminho percorrido por Horácio, o protagonista do romance "A Lã e a Neve", de Ferreira de Castro, que caminha entre Manteigas e a Covilhã em busca de emprego. A paisagem natural e a paisagem humanizada sobrepõem-se nesta rota, onde se descobrem a antiga Casa do Guarda Florestal e o Viveiro das Moitas, e se podem ver inúmeras espécies autóctones como o castanheiro, o freixo, o carvalho-negral, o salgueiro e o amieiro-negro, ou a gilbardeira, que possuiu estatuto de conservação, o vidoeiro e a tramazeira.

A Rota das Faias, particularmente esplendorosa nos meses de Outono, dá a conhecer paisagens belíssimas, mas também as características da vida serana, as suas gentes e costumes. Este é um trilho muitas vezes utilizado pelos pastores, pelo que facilmente nos cruzamos com rebanhos que se deslocam até áreas de pastoreio. Como o seu nome indica, esta rota é como um mergulho numa densa floresta de faias, plantada no início do século XX, mas permite descobrir muitas outras espécies, como os imponentes carvalhos monumentais à volta da Capela de São Lourenço, o Pinheiro-do-Oregon, castanheiros e giestas. Enquanto o olhar se passeia pela beleza do Vale Glaciar do Zêzere, os aromas a rosmaninho, hortelã-brava e tomilho despertam o olfato, numa experiência sensitiva inesquecível.

Ao todo, são 18 trilhos completando 200km de percursos pedestres reunidos na Rede de Trilhos Verdes da região, cujo guia completo pode ser consultado online e através de uma aplicação gratuita, destinada à orientação e interpretação de cada um dos trilhos.

**VISÃO**BS





põe nova paragem. Entretanto, já se avista finalmente a vila de Loriga, também conhecida como a “Suíça Portuguesa”.

**PARTIDA** Salgadeiras

**CHEGADA** Loriga

**EXTENSÃO** 9 km

**DIFICULDADE** ██████████

## **MANTEIGAS** ROTA DO MACIÇO CENTRAL

Devido à elevada altitude, o Maciço Central da serra da Estrela assume-se como um local único no País, onde a grandiosidade e a rudeza da paisagem surpreendem o visitante a cada passo. Como acontece neste percurso, que percorre alguns dos locais mais emblemáticos deste território, como o **Covão da Ametade**, o **Covão Cimciro**, os **Cântaros Magro, Gordo e Raso**, as **Salgadciras**, a **Lagoa do Peixão** (ou segundo outros da Paixão), a **ribceira**

**do Candeciro**, a **Nave Mestra** ou, claro, a **Torre**, porventura o lugar mais visitado em todo o Parque Natural da Serra da Estrela, onde a existência de diversas infraestruturas turísticas atrai visitantes durante praticamente todo o ano.

**PARTIDA E CHEGADA** Covão da Ametade

**EXTENSÃO:** 10 km

**DIFICULDADE** ██████████

## **ARGANIL** DO PIÓDÃO À FOZ DA ÉGUA

Também conhecida como “Aldeia-Presepio”, a localidade de **Piódão** é uma das mais típicas e conhecidas povoações portuguesas, com o seu casarão em xisto e os telhados de lousa disposto em anfiteatro pela encosta da serra. Este percurso, circular, parte do centro da aldeia até ao lugar da **foz de Égua**, onde se destaca a **piscina natural** no local de confluência das **ribcei-**

**Na serra da Lousã, que é conhecida pelos seus quase intocados espaços naturais, avistam-se, quando menos se espera, corços, veados e javalis**