



## ETAPA 5 INTENSO

VILAR MAIOR >> CASTELO MENDO

VALE DO CÔA  
Grande Rota

**Distância:** 21,2 km

**Altitude máxima:** 759 m

**Altitude mínima:** 626 m

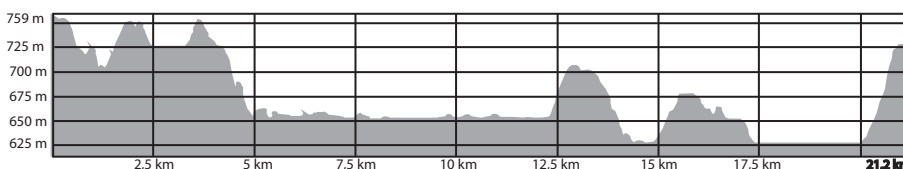
**Descida acumulada:** 441 m

**Subida acumulada:** 418 m

**Duração** (5km/hora): 4 h

**Dificuldade** (definida de 0-5): 4

ALTIMETRIA ETAPA 5 INTENSO



Esta etapa inicia na aldeia de Vilar Maior. A descida até à GRVC é feita por estrada e caminhos agrícolas, por trilho não marcado (4,4 km), atravessando a aldeia de Badamalos. Alcançada a GRVC, o trilho segue junto à margem direita do Côa, ladeado por lameiros verdejantes, ponteados com grandes árvores.

O traçado **atravessa as Ribeiras da Nave e de Vilar Maior** e, mais adiante, o rio Côa, através de um pontão pedonal. Aqui é possível aceder à aldeia de Porto de Ovelha, através de um desvio não marcado (570 m).

Existe também um desvio BTT/Equestre da GRVC com as extremidades marcadas (Desvio BTT/Equestre Porto de Ovelha/Jardo). A GRVC prossegue por lameiros e antigas hortas até ao **Sítio do Açude**, onde é possível aceder à aldeia de

**Malhada Sorda**, através de um desvio não marcado (2,9 km).

O percurso pedestre sobe até à aldeia de Jardo, descendo depois à foz do rio Noéme, onde é possível observar um conjunto interessante de **moinhos**.

Por campos, prados e bosques de sobreiro, o trilho continua pela margem esquerda do rio Côa, atravessa a linha férrea e segue até ao Porto de S. Miguel. Aqui, a **GRVC cruza-se com a GR Aldeias Históricas** (GR22).

A etapa termina com a subida à **aldeia de Castelo Mendo**, através de um desvio não marcado (2,3 km).

### DICAS

Leve sempre bastante água, mantimentos, protector solar, chapéu, impermeável e um mapa (GPS ou impresso).

### ONDE DORMIR

**Final da etapa, Castelo Mendo**

Casa do Côro: +351 271 513 939

### Durante a etapa,

Junta de Freguesia da Miuzela, Sr. José Falcão: +351 962 430 133

Junta de Freguesia de Porto de Ovelha, Sr. José Falcão, idem

Junta de Freguesia de Malhada Sorda, Sr. Jorge Matias: +351 966 126 664

**TAXIS E TRANSFERS** Praça de táxis Sabugal +351 271 752 888

Praça de Táxis de Almeida +351 271 221 863

### PONTOS DE INTERESSE:

1. Ponte de Sequeiros; 2. Freixo gigante; 3. Noras;
4. Sítio do açude; 5. Praia fluvial; 6. Moinhos da foz do Noémi

### ALERTAS

Alguns troços alcatroados.

- Zonas de alagamento em períodos de chuva.
- Pontos de orientação difícil, cruzamento com outras rotas



### ABASTECIMENTO

**Badamalos:** Restaurante

**Vilar Maior:** Café e ponto de água

**Miuzela:** Minimercado, cafés e pontos de água (desviado da rota)

**Porto de Ovelha:** Cafés e pontos de água

**Malhada Sorda:** Minimercado, cafés e pontos de água (desviado da rota)

**Castelo Mendo:** Café e ponto de água

### SAÚDE

**Centro de Saúde da Miuzela:** +351 271 581 003

Largo do Mercado, Miuzela, Almeida

### SUGESTÃO

Visite a Aldeia Histórica de Castelo Mendo

### CONTACTOS ÚTEIS

Emergência: 112 | Incêndios Florestais: 117

Polícia Almeida: + 351 271 574 165

Bombeiros Voluntários Almeida: + 351 271 574 222

Para questões relacionadas com a GR,  
por favor contacte:

**Associação Transumância e Natureza**

+351 271 311 202 | +351 914 678 375

www.atnatureza.org

### CÓDIGO DE CONDUTA

Não saia do percurso marcado e sinalizado. Não se aproxime de precipícios. Preste atenção às marcações. Não deixe lixo orgânico ou inorgânico durante o percurso, leve um saco para esse efeito. Se vir lixo recolha-o, ajude-nos a manter a GR limpa. Cuidado com o gado. Não incomode os animais.

Deixe a Natureza intacta. Não recolha plantas, animais ou rochas. Evite fazer ruído. Respeite a propriedade privada. Feche portões e cancelas. Não faça lume e tenha cuidado com os cigarros. Não vandalize a sinalização da GR.

www.granderotadocoa.pt | geral@granderotadocoa.pt



CAMINHO  
CERTO



CAMINHO  
ERRADO



ESQUERDA



DIREITA



