









Aviso: este é um documento de apoio ao caminhante, não sendo permitida a sua reprodução para fins comerciais, sem a autorização escrita da Rota Vicentina®.

Numa das etapas mais acessíveis da Rota Vicentina, dada a natureza do caminho, sempre largo e com um desnível pouco acentuado, caminhará na companhia do rio Mira e da ribeira de São Teotónio, conhecendo de perto a beleza do interior deste concelho que se estende entre a serra e o mar.

A primeira parte deste percurso acompanha o rio Mira. Nas suas margens podemos encontrar o caniçal denso e galeria ripícola (linha contínua de árvores que acompanha as margens do rio). Tanto a galeria ripícola como o caniçal são essenciais para a reprodução das aves migradoras estivais, ou seja, aves que vêm reproduzir-se cá. É o caso do rouxinol-dos-caniços ou da felosa-poliglota. Os habitats ribeirinhos proporcionam abrigo, suporte para os ninhos e abundância de alimento. Também a lontra é presença assídua no rio. Os seus dejectos, constituídos por escamas e espinhas de peixe ou carapaças de lagostins são inconfundíveis.

Nas ribeiras, que atravessará com frequência durante o percurso, aprecie as águas limpas, onde as borboletas e libelinhas fazem voos rasantes. Nas florestas e matos encontrará por vezes vestígios de fogos recentes. O medronheiro surge com abundância neste percurso. É uma planta as mais diversas utilidades. Com os seus troncos e ramos faz-se lenha e carvão e a sua folhada é ornamental. Os seus frutos são deliciosos e com eles faz-se compota, licor ou ainda a famosa aguardente de medronho, que poderá provar num dos vários cafés e tascas em toda a região.

REGRAS E RECOMENDAÇÕES

-  Circule apenas nos trilhos sinalizados.
-  A circulação de viaturas motorizadas coloca os caminhantes em risco, escolha caminhos alternativos
-  Respeite a propriedade privada; feche portões e cancelas. O gado é manso, mas não gosta da aproximação de estranhos às suas crias.
-  Respeite a Natureza. Não recolha ou perturbe animais, plantas e rochas.
-  Não acampe nem faça fogo fora dos locais sinalizados para o efeito.
-  Trilhos sem WC, leve um saco e deixe o trilho limpo.
-  Mantenha o seu cão na trela e recolha os seus detritos.
-  Prepare bem a sua caminhada e não corra riscos.

SOS

Emergência: 112

GNR Ambiente e Território: 808 200 520

Para informações sobre alojamento, restaurantes e actividades culturais ou desportivas, consulte: **rotavicentina.com**

AJUDE-NOS

Para qualquer situação relacionada com a Rota Vicentina, por favor contacte-nos:

E: info@rotavicentina.com

T: (+351) 283 327 669

M: (+351) 969 275 975



Percurso distinguido com a certificação Leading Quality Trails, pela European Ramblers Association.



Percurso integrado na GR11/E9 que liga Sagres a S. Petersburgo.

Descarregue a **APP Rota Vicentina** e leve consigo toda a informação sobre este percurso





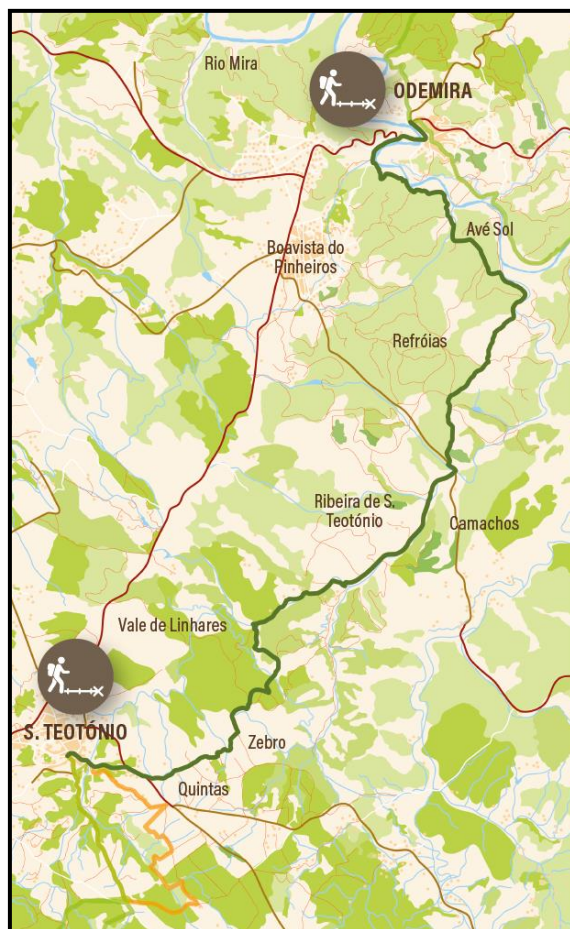
ODEMIRA » S. TEOTÓNIO

CAMINHO HISTÓRICO | 19 KM

Aviso: Este é um documento de apoio ao caminhante, não sendo permitida a sua reprodução para fins comerciais, sem a autorização escrita da Rota Vicentina®.

DESCRIÇÃO DO PERCURSO

O percurso tem início na zona ribeirinha da vila de Odemira, junto à rotunda do chaparro de ferro. Depois de atravessar a primeira ponte, siga em frente. Na primeira cortada à esquerda, prossiga sempre na companhia do rio, apreciando a vista sobre a vila e a paisagem circundante. Após a propriedade agrícola. Avé Sol, onde encontra cães de guarda, cavalos e gado bovino, o caminho desvia-se então para sul, subindo e descendo, até cruzar o asfalto, que liga a Boavista dos Pinheiros a Sabóia. Caminhe na estrada por apenas 150 m, voltando à direita na primeira entrada que encontrar. A partir deste ponto terá a ribeira de São Teotónio como companhia, que corre paralela ao caminho, conferindo-lhe a frescura e o encanto que tornam esta caminhada num verdadeiro prazer. Até Vale de Linhares, o percurso atravessa a ribeira por duas vezes, primeiro sobre uma ponte de cimento e depois sobre o próprio leito da ribeira, em mais um momento ideal para se refrescar, até porque pode mesmo precisar de tirar as botas. Em Vale de Linhares, antes da casa à beira do caminho, vire à esquerda e atravesse outra ponte. Passe ao largo de duas ruínas em taipa e suba por um carreiro largo, onde são mais visíveis os vestígios de uma antiga calçada, até atravessar o canal de rega. Quase no final, passará pelas Quintas, uma fiada de casas à beira da estrada que anunciam a chegada a São Teotónio. Vire à esquerda e siga por asfalto até ao coração da vila.



FICHA TÉCNICA

Extensão: 19 km

Duração aproximada: 6h

Subida acumulada: 350 m

Descida acumulada: 220 m

Grau de dificuldade: Fácil

Altitude max. / min.: 180 m / 10 m

Época aconselhada: Setembro a Junho

ONDE COMEÇAR?

Odemira: na rotunda com a escultura do chaparro em ferro, perto do rio.

S. Teotónio: no Largo Gomes Freire, largo da Igreja, também conhecido por quintalão, seguindo em direção às Quintas

AVISOS IMPORTANTES

Não rá encontrar qualquer ponto de abastecimento durante o percurso. Deve levar água (1,5 L no mínimo) e mantimentos. Esta etapa cruza-se com outros percursos. Tenha atenção à sinalética.

