









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®.

Saindo de Sabóia, caminhamos por vales frescos, percorridos pelo rio Mira e pela ribeira de Totenique. Chegando ao cimo da serra, junto a um moinho em ruínas, somos surpreendidos pela vista da aldeia de Santa Clara. Em aldeias com esta, modos tradicionais de vida e de lazer ainda persistem e podem ser apreciados.

A origem do nome de Sabóia poderá dever-se, como quer a lenda, a povoadores originários da região alpina de Sabóia, aqui chegados nos longínquos tempos medievais. A narrativa popular diz que um saboiano mercador, clérigo ou mesmo foragido (conforme as versões) montou uma estalagem junto à estrada. Esta seria decerto a que vinha de Garvão para o Algarve, a “estrada de Sabóia”, que o foral “velho” de Odemira cita. Na Igreja Paroquial de Nossa Senhora da Assunção, em Sabóia, podem apreciar-se algumas obras interessantes, como uma tela em óleo sobre madeira de Santa Ana e a Virgem e outra de S.Joaquim, da Escola Flamenga (início do século XVII). Estas são terras de tocadores de viola campaniça, instrumento musical típico de Baixo Alentejo e a maior das violas portuguesas, de sonoridade muito rica. Tem 10 cordas e a forma de um oito muito pronunciado, com uma rosácea trabalhada em madeiras de diferentes cores, representando o sol do Alentejo. A origem deste instrumento é incerta, mas sabe-se que era tocada desde tempos imemoriais em bailes, folias, rodas ou acompanhar o cante. Contudo, o uso mais celebre da campaniça é a acompanhar cantares à desgarrada, ou cantes a despique. Nos anos 60, esta viola foi considerada muito rara e em vias de extinção. Foram então tomadas medidas para revitalizar a cultura da campaniça. Sendo hoje possível ouvir este instrumento um pouco por todo o concelho de Odemira, mas particularmente nesta

freguesia de Sabóia. Chegando ao tugar de Totenique, encontramos uma ribeira de águas límpidas e frondosa vegetação ribeirinha. Este lugar, onde havia duas fontes com belíssima água, já foi em tempos bastante populado, com uma escola primária frequentada por cerca de 30 crianças, e que fechou portas em 1983, quando quase toda a população deixou o vale, em busca de melhores condições

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

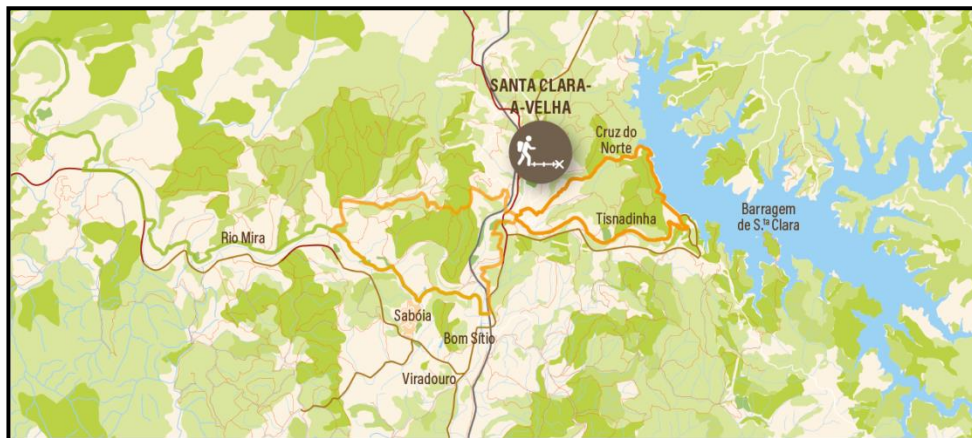
M: (+351) 969 275 975



A CAMINHO DE TOTENIQUE

PERCURSO CIRCULAR | 13,5 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

Siga pela rua principal. Antes da igreja vire à direita e saia da aldeia até ao cemitério, onde encontra etapa de ligação a Odemira do Caminho Histórico. Siga pela esquerda pelo vale até atravessar uma ponte sobre o Rio Mira. Vire à esquerda e siga sempre nesse lado do rio. Ao fim de 1,5 km, enquanto o Caminho Histórico segue em frente ao longo do Rio Mira, sai à direita para o vale lateral. Depois de cerca de 1,5 km, vê uma pequena ponte que leva a um aglomerado de casas que outrora tinham muitos habitantes, um lugar que dava pelo lindo nome de Totenique. Não atravesse esta ponte. Suba ligeiramente e logo de seguida, na bifurcação, siga à esquerda pelo vale. Do outro lado avista a antiga escola primária. Um pouco mais à frente, deixe o caminho principal e suba pela direita por entre sobreiros e medronheiros, até ao cume da serra. Chegando em cima, com vista para os eucaliptos, prossiga no caminho florestal para este até a um moinho de vento, onde se avista Santa Clara e a Serra de Monchique. Desça do moinho até chegar à aldeia de Santa Clara, passe a igreja, alcance o rio e atravesse-o (atenção que antes da ponte parte o percurso De Santa Clara à Barragem). Vire à direita, passe por baixo da ponte e inicie a subida até ao depósito de água. Siga o caminho que começará a descer directamente para o vale. A meia encosta, vire à esquerda e siga na mesma até à estação de comboios de Santa Clara – Sabóia. Cuidado ao atravessar a linha férrea. Do outro lado, atravesse a ribeira, vire à direita e siga sempre o caminho principal até ao cemitério de Sabóia, onde encontra o início do percurso.

FICHA TÉCNICA

Extensão: 13,5 km

Duração aproximada: 4 h 30

Desnível acumulado: 400 m

Grau de dificuldade: Algo difícil

Altitude max. / min.: 155 m / 40 m

Época aconselhada: Setembro a Junho

ONDE COMEÇAR?

Sabóia: à entrada de aldeia, junto ao pequeno jardim.

AVISOS IMPORTANTES

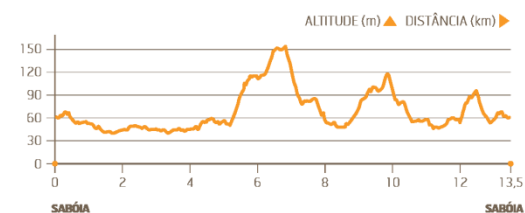
Cuidado! Antes da estação de caminho de ferro, terá de caminhar por 300 m na estrada. Circule com precaução e no sentido oposto ao trânsito.

Existem outros percursos na zona. Tome atenção à sinalética

DICAS

Abastecimento durante o percurso: Aldeias de Santa Clara-a-Velha e Sabóia.

Pode combinar este percurso com o percurso circular De Santa Clara à Barragem.



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

