



Porto Antigo



Vale do Bestança / Bestança Valley



Aldeia de Vale de Papas / Vale de Papas Village



Centro Histórico de Cinfães / Historic Center of Cinfães

**TERRITÓRIO / TERRITORY**

**GR 60 ETAPAS / STAGES**

**PORTA DE ENTRADA / ENTRANCE COLOR**

**GRANDE TRAVESSIA BTT / MTB GRAND CROSS**

**CUIDADOS ESPECIAIS E NORMAS DE CONDUTA / SPECIAL CARE AND RULES OF CONDUCT**

Seguir apenas pelo trilho sinalizado / Follow sign-posted trails only  
Evitar fazer ruídos desnecessários / Avoid making unnecessary noise  
Observar a fauna sem perturbar / Never scare the animals  
Não danificar a flora / Do not damage any vegetation  
Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem / Do not litter and leave no trace of your visit  
Não fazer lume / Do not light fire  
Não recolher amostras de plantas ou rochas / Do not collect or damage plants or rocks  
Ser afável com as pessoas que encontre no local / Be kind to people you find along the way

Este é um percurso "RESPONSIBLE TRAILS". Recomendamos a utilização da aplicação ou plataforma para reportar qualquer anomalia. This is a "RESPONSIBLE TRAILS" walking path. We recommend using the application or platform to report any anomalies.

[www.responsibletrails.pt](http://www.responsibletrails.pt)



# CINFÃES

Visitar Cinfães é (re)descobrir um território com cerca de 5 milénios de história, recuando aos tempos da ocupação pré-celta. É (re)encontrar sóbrios, robustos e valiosos templos românicos, que perduraram até aos nossos dias. É recordar a fundação multiseular e a relevância histórica de Cinfães, que envolvem personalidades como D. Egas Moniz, D. Afonso Henriques e o General Alexandre Serpa Pinto, distinto explorador do continente africano.

A partir deste local, poderá seguir no sentido sugerido pela GR60, em direção à aldeia da Gralheira, na parte mais alta da serra do Montemuro, passando pelo Centro de Interpretação Ambiental do Vale do Bestança e pelas Aldeias de Portugal® de Boassas e Vale de Papas. Pequenos desvios ao trilho da GR60 permitirão descobrir interessantes panorâmicas sobre o Douro, como é o caso do Miradouro de Teixeira, ou visitar o cais de Porto Antigo, um lugar mágico com um maravilhoso espelho de água.

Visiting Cinfães is (re)discovering a territory with about 5 millennia of history, going back to the times of the pre-Celtic occupation. It is finding sober, robust and valuable romanesque temples, which have lasted until our current days. It is to remember its multiseular foundation and the historical relevance of Cinfães, involving historical characters such as D. Egas Moniz, D. Afonso Henriques and General Alexandre Serpa Pinto, distinguished explorer of the African continent. From here, you can follow the direction suggested by the GR60, towards the village of Gralheira, in the highest part of the Montemuro mountain, passing by the Vale do Bestança Environmental Interpretation Center and the Aldeias de Portugal® (Villages of Portugal) of Boassas and Vale de Papas. Small detours to the GR60 trail will allow you to discover interesting panoramic views over the Douro, such as the Teixeira Viewpoint, or visit the Porto Antigo pier, a magical place with a wonderful water mirror.

**ETAPAS / STAGES** AROUCA ↔ SANTO ADRIÃO ↔ CASTELO DE PAIVA ↔ CPDFN\* ↔ **CINFÃES** ↔ GRALHEIRA ↔ CASTRO DAIRE ↔ S. MACÁRIO ↔ FRAGUINHA ↔ MANHOUCE ↔ PARADUÇA ↔ SEVER DO VOUGA ↔ FELGUEIRA ↔ MERUJAL ↔ AROUCA

\* Cento de Promoção do Desporto Fluvial e de Natureza (Cinfães)

**LEGENDA / KEY**

**PONTOS DE INTERESSE / POINTS OF INTEREST**

- 1 - Centro Histórico de Cinfães / Historic Center of Cinfães
- 2 - Miradouro de Teixeira / Teixeira Viewpoint
- 3 - Porto Antigo
- 4 - Centro de Interpretação Ambiental do Vale do Bestança / Environmental Interpretation Center of the Bestança Valley
- 5 - Aldeia de Boassas / Boassas Village
- 6 - Aldeia de Vale de Papas / Vale de Papas Village
- 7 - Parque do Ladário / Ladário Park
- 8 - Senhora do Castelo
- 9 - Penedo Pudim

**SERVIÇOS / SERVICES**

- Alojamento / Accommodation
- Campismo / Camping
- Restaurante / Restaurant
- Café / Bar
- Mercearia / Market
- Fonte / Water
- Táxi / Taxi
- Centro de Saúde / Hospital
- Farmácia / Pharmacy
- GNR / Local Police
- Bombeiros / Fire Brigade
- MIB / Multibanco / ATM
- Posto de Turismo / Tourist Office
- Parque de Merendas / Rest Area
- Praia Fluvial / River beach
- Bike Station
- Aluguer de bicicletas / Bike Rent
- Loja de bicicletas / Bike Shop

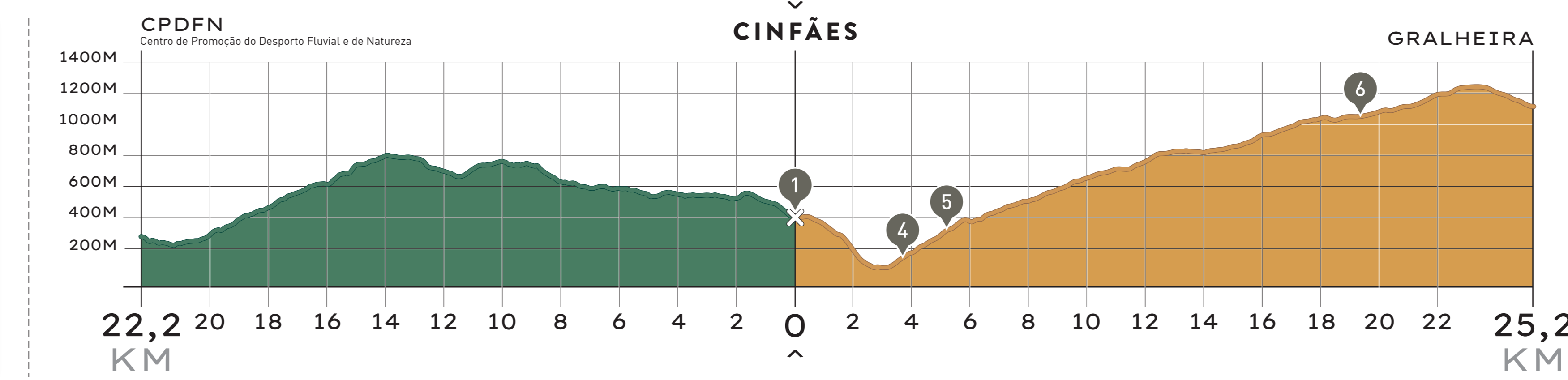
**MAPAS / MAPS:** 135, 136, 137, 145, 146, 147 (Série 88 - IGOE / 1:25.000)

**SINALÉTICA / TRAIL SIGNAGE**

**GRANDE TRAVESSIA BTT / MTB GRAND CROSS**

**PERCURSO ERRADO / Wrong way**

**PERIGO / Warning**



**CINFÃES → GRALHEIRA**

**25,2 KM**

+1250m  
-540m

**→ DESCRITIVO DO PERCURSO**

Após a saída do núcleo urbano de Cinfães inicia-se uma descida íngreme para o vale do rio Bestança que passa na aldeia de Pias e termina na ponte de Pias. O percurso segue depois por asfalto até Boassas, seguidamente Desamparados e Vale Melhorado. Esta é a última aldeia antes de um longo trecho mais íngreme e sem pontos de apoio. Por caminhos rurais e caminhos de pé posto faz-se uma longa subida da encosta norte da serra do Montemuro.

A primeira montanha serrana que se alcança é Pimeirô e depois Vale de Papas. A etapa termina na aldeia da Gralheira, à qual se chega através de caminhos de pé posto e estradões do parque edílico.

**→ DESCRIPTION OF THE WALKING PATH**

After the exit of the urban nucleus of Cinfães begins a steep descent into the valley of the Bestança river that passes in the village of Pias and ends at the bridge of Pias. The route then follows by asphalt until Boassas, then Desamparados and Vale Melhorado. This is the last village before a long stretch more inhospitable and without points of support. Through rural roads and footpaths there is a long climb up the northern slope of the Montemuro mountain.

The first mountain village that is reached is Pimeirô and then Vale de Papas. The stage ends in the village of Gralheira, which is reached through footpaths and trails of the wind farm.

**TEMPO / TIME**

**7-8h**

**NÍVEL DE DIFICULDADE / DIFFICULTY LEVEL**

**DIFÍCIL / DIFFICULT**

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/nature's adversity: 2
- orientação/orientation: 2
- tipo de percursos/trails of ground: 2
- exigência física/physical effort: 4

**CINFÃES → CPDFN**

**22,2 KM**

+705m  
-815m

**→ DESCRITIVO DO PERCURSO**

Saindo de Cinfães pela zona do cemitério, o percurso contorna a encosta noroeste da serra do Montemuro em direção a Sogueira, seguindo-se as aldeias de Cristelo e Vilar de Arca. Este trecho é exigente mas de uma beleza singular, pois oferece vistas panorâmicas para o vale do rio Douro.

Chegado a Vilar de Arca segue-se para Sarabagos e depois atravessa-se uma zona mais inhospita que liga a Cunha.

A última aldeia a atravessar é Ortigosa e por fim chega-se ao local que marca o fim da etapa, a antiga escola primária de Covelo, reconvertida agora em centro de promoção ao desporto fluvial e de natureza.

**→ DESCRIPTION OF THE WALKING PATH**

Leaving Cinfães through the cemetery area, the route goes around the northwest slope of the Montemuro mountain towards Sogueira, followed by the villages of Cristelo and Vilar de Arca.

This stretch is demanding but of unique beauty, as it offers panoramic views to the valley of the Douro river. Arriving at Vilar de Arca follows towards Sarabagos and then crosses a more inhospitable area that connects to Cunha.

The last village to cross is Ortigosa and finally you reach the place that marks the end of the stage, the old elementary school of Covelo, now converted into a center of promotion to river and nature sports.

**TEMPO / TIME**

**5-6h**

**NÍVEL DE DIFICULDADE / DIFFICULTY LEVEL**

**DIFÍCIL / DIFFICULT**

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/nature's adversity: 1
- orientação/orientation: 2
- tipo de percursos/trails of ground: 2
- exigência física/physical effort: 4