



Albufeira da Barragem de Couto de Esteves/Ribeirão / Reservoir of the Couto de Esteves/Ribeirão Dam



Moinhos de Paraduça / Paraduça Mills



Foz do Rio Lordelo / Lordelo River Mouth



Cascata do Poço do Linho / Poço do Linho Waterfall

TERRITÓRIO / TERRITORY

ETAPAS / STAGES

CASTELO DE PAIVA → CPDFN → CINFÃES → GRALHEIRA → CASTRO DAIRE → S. MACÁRIO → FRAGUINHA → MANHOUCE → PARADUÇA → SEVER DO VOUGA

PORTA DE ENTRADA / ENTRANCE CODE: GR 60.1

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 encontrar 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

AROUCA / CASTELO DE PAIVA / CASTRO DAIRE / CINFÃES / SÃO PEDRO DO SUL / SEVER DO VOUGA / VALE DE CAMBRA

PARADUÇA

Em plena encosta da serra da Freita, encontra-se a aldeia de Paraduça. Terra soalheira, encaixada no vale do rio Teixeira, é conhecida pela sua broa típica, um pão abençoado, de sabor especial, confeccionado ainda de forma artesanal, pelas mãos sábias das suas gentes. Para conhecer todas as fases do ciclo do pão, desde a sementeira até à mesa, sugere-se uma visita à carreira de cinco moinhos que trazem água da ribeira de Paraduça, afluente do rio Teixeira. Fazendo jus à broa de milho, é possível visitar nesta localidade, a Casa da Broa, de onde se tem uma vista privilegiada sobre toda a aldeia. Ao sair de Paraduça, visite a Cascata do Poço do Linho, com as suas águas cristalinas, onde, outrora, as mulheres da aldeia lavavam o linho, destinado à confeção de tecidos.

In the middle of the Freita mountain slope, you can find the village of Paraduça. It is a sunny land, embedded in the Teixeira valley, known by its typical cornbread, a delicate and blessed bread that is still handmade, by the wise hands of its inhabitants. In order to get to know every step of the bread production, from sowing to table, we suggest you to visit the mills route, composed by five watermills, that use water from Paraduça stream, through a watercourse. In this village, it's possible to visit The House of Cornbread (Casa da Broa), from where you can also have an extraordinary outlook over the whole village of Paraduça. In one of the village's entrances, enjoy the scenery of the Poço do Linho waterfall. You can just take a picture, or simply to glimpse the crystal clear water of this well that, in other times, was used by the Paraduça women to soak the linen that later they used to make linen fabric.

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

ETAPAS / STAGES

| | |
|------------------|-------------------------|
| AROUCA | 41,6 KM +1580 / -1635 |
| CASTELO DE PAIVA | 31,7 KM +1310 / -1130 |
| CINFÃES | 26,2 KM +1325 / -620 |
| GRALHEIRA | 30 KM +580 / -1045 |
| CASTRO DAIRE | 36 KM +1535 / -1225 |
| FRAGUINHA | 49,7 KM +1830 / -2510 |
| SEVER DO VOUGA | 27,6 KM +1200 / -685 |
| FELGUEIRA | 36,4 KM +1130 / -1615 |
| AROUCA | |

PARADUÇA → SEVER DO VOUGA
 27,3 KM | +1060m / -1160m
 3 → 4h

PARADUÇA → MANHOUCE
 14 KM | +610m / -365m
 1 → 1h30

VARIANTE GR60.1 / VARIANT - 2,6 Km / +235m

LEGENDA / KEY

- 1 - Casa da Broa de Paraduça / The House of Cornbread of Paraduça
- 2 - Poços do Rio Teixeira / Wells of the Teixeira River
- 3 - Albufeira de Couto de Esteves/Ribeirão / Reservoir of the Couto de Esteves / Ribeirão Dam
- 4 - Aldeia dos Amiais / Amiais Village
- 5 - Cascata da Aguvalva / Aguvalva Waterfall
- 6 - Foz do Rio Lordelo / Lordelo River Mouth
- 7 - Centro Histórico de Couto de Esteves / Historic Center of Couto de Esteves (Poço de BTT)
- 8 - Praia Fluvial da Quinta do Barco / River Beach of Quinta do Barco
- 9 - Cascata do Poço do Linho / Poço do Linho Waterfall
- 10 - Moinhos de Paraduça / Paraduça Mills
- 11 - Lomba de Arões / Lomba de Arões
- 12 - Cascata das Pomqueiras / Pomqueiras Waterfall
- 13 - Minas do Braçal / Braçal Mines
- 14 - Cascata da Cabrela / Cabrela Waterfall
- 15 - Cascata da Filvela / Filvela Waterfall
- 16 - Parque N. Sra. da Saúde / Park of N. Sra. da Saúde
- 17 - Outeiro dos Riscos / Outeiro dos Riscos

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
- MB / Multibanco / ATM
- Posto de Turismo / Tourist Office
- Parque de Merendas / Rest Area
- Praia Fluvial / River beach
- Bike Station
- Aluguer de bicicletas / Bike hire
- Loja de bicicletas / Bike shop

PONTOS DE INTERESSE / POINTS OF INTEREST

MAPAS / MAPS: 164, 165, 175, 176 (Grão 08 - IGEOE / 1:25.000)

SINALÉTICA / TRAIL SIGNAGE

- Caminho certo / Right way
- Caminho errado / Wrong way
- Virar à esquerda / Turn left
- Virar à direita / Turn right
- Pequena Rota decorrendo temporariamente pelo traçado de Grande Rota / Short Route going temporarily by Grand Route tracing
- Grande Traversia BTT / MTB Grand Cross
- Percurso errado / Wrong way
- Perigo / Warning

ELEVATION PROFILE

MANHOUCE (0 KM) → PARADUÇA (13,6 KM) → SEVER DO VOUGA (25,8 KM)



PARADUÇA → SEVER DO VOUGA

25,8 KM

+1100m / -1210m

→ DESCRITIVO DO PERCURSO

Partindo do centro de Paraduça o percurso desce para o vale do rio Teixeira, inicialmente por entre campos agrícolas, entrando depois numa densa zona florestal. Segue por caminho de pé posto paralelo ao leito do rio, por alguns quilómetros, até cruzar com a estrada na ponte do Teixeira. Segue alternadamente por estrada e caminho rural até Casal Velide, entrando depois no concelho de Sever do Vouga. Sempre a acompanhar a albufeira de Ribeirão, em Couto de Esteves, o percurso passa nas aldeias de Barreiro, Amiais e Vilarinho. Continua ao lado do paredão da barragem e segue o vale até Sever do Vouga, passando ainda em Ribeirada e Ermida. A entrada na vila é feita pela zona sul e a etapa termina no Parque Urbano.

→ DESCRIPTION OF THE WALKING PATH

Starting from the center of Paraduça village the trail descends to the Teixeira valley, initially through agricultural fields, and then entering a dense forest area. It continues on a footpath parallel to the riverbed for a few kilometers, until it crosses the road at the Teixeira bridge. From now on, the route is alternated between a paved road and rural paths until the first village, Casal Velide, then entering the municipality of Sever do Vouga. Always following the reservoir of the Ribeirão dam, in Couto de Esteves, the route passes in the villages of Barreiro, Amiais and Vilarinho. It continues next to the dam wall and follows the valley until Sever do Vouga, also passing through Ribeirada and Ermida. The entrance to the town is made by the south zone and the stage ends in the Urban Park.

TEMPO / TIME 6 → 7h

NÍVEL DE DIFICULDADE / DIFFICULTY LEVEL DIFÍCIL / DIFFICULT

ÍCONES DE PERIGOS / DANGER ICONS

- 2
- 2
- 2
- 4

PARADUÇA → MANHOUCE

13,6 KM

+700m / -435m

→ DESCRITIVO DO PERCURSO

Partindo do centro da aldeia de Paraduça, o percurso sobe em direção à serra da Freita através de um caminho florestal, que atravessa uma pinhal comunitário. Quando o percurso encontra a estrada, logo após o caminho florestal, surge uma variante / atalho, que permite reduzir a distância total da Grande Rota, podendo optar-se por seguir para a aldeia da Felgueira e regressar a Sever do Vouga, ou seguir para o concelho de Arouca. Seguindo pelo percurso principal, em estrada asfaltada, atravessam-se as aldeias de Macieiras, Aguvalva e Lomba, onde as paisagens são de cortar a respiração. Esta estrada é pouco movimentada oferecendo excelentes panorâmicas sobre o vale do rio Teixeira e as serranias envolventes.

→ DESCRIPTION OF THE WALKING PATH

Departing from the center of Paraduça village, the route ascends towards Freita mountain, through a pathway that crosses the community pine forest. When the route meets the paved road, after the forest pathway, a shortcut appears, allowing you to reduce the total distance of the Grand Route, and to choose to go to Felgueira village, and return to Sever do Vouga, or to go to Arouca county. Taking the main route, through a paved road, you'll cross the villages of Macieiras, Aguvalva and Lomba, where the landscapes are breathtaking. This panoramic road is not very busy, offering outstanding views over the valley of Teixeira river and the surrounding mountains.

TEMPO / TIME 3h30 → 4h

NÍVEL DE DIFICULDADE / DIFFICULTY LEVEL MODERADO / MODERATE

ÍCONES DE PERIGOS / DANGER ICONS

- 2
- 2
- 2
- 3