



## FICHA TÉCNICA DO PERCURSO TECHNICAL DETAILS OF THE PATH

- Distância • Distance**  
22 km
- Duração • Time**  
5h30 min
- Desnível acumulado • Accumulated drop**  
1067 m (subida/ descida)
- Altitude mínima/máxima • Minimum/ maximum altitude**  
534 / 847 m
- Tipo de percurso • Type of path**  
CIRCULAR
- Grau de dificuldade • Level of difficulty**  
MÉDIA-DIFÍCIL (nível III) • SOMETHING DIFFICULT (level III)

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil)

The level of difficulty is represented according to 4 items, each rated on a scale of 1 to 5 (from the easiest to the hardest)

Época aconselhada • Recommended season | **TODO O ANO • ALL YEAR ROUND**



### SINALÉTICA • SIGNPOSTS

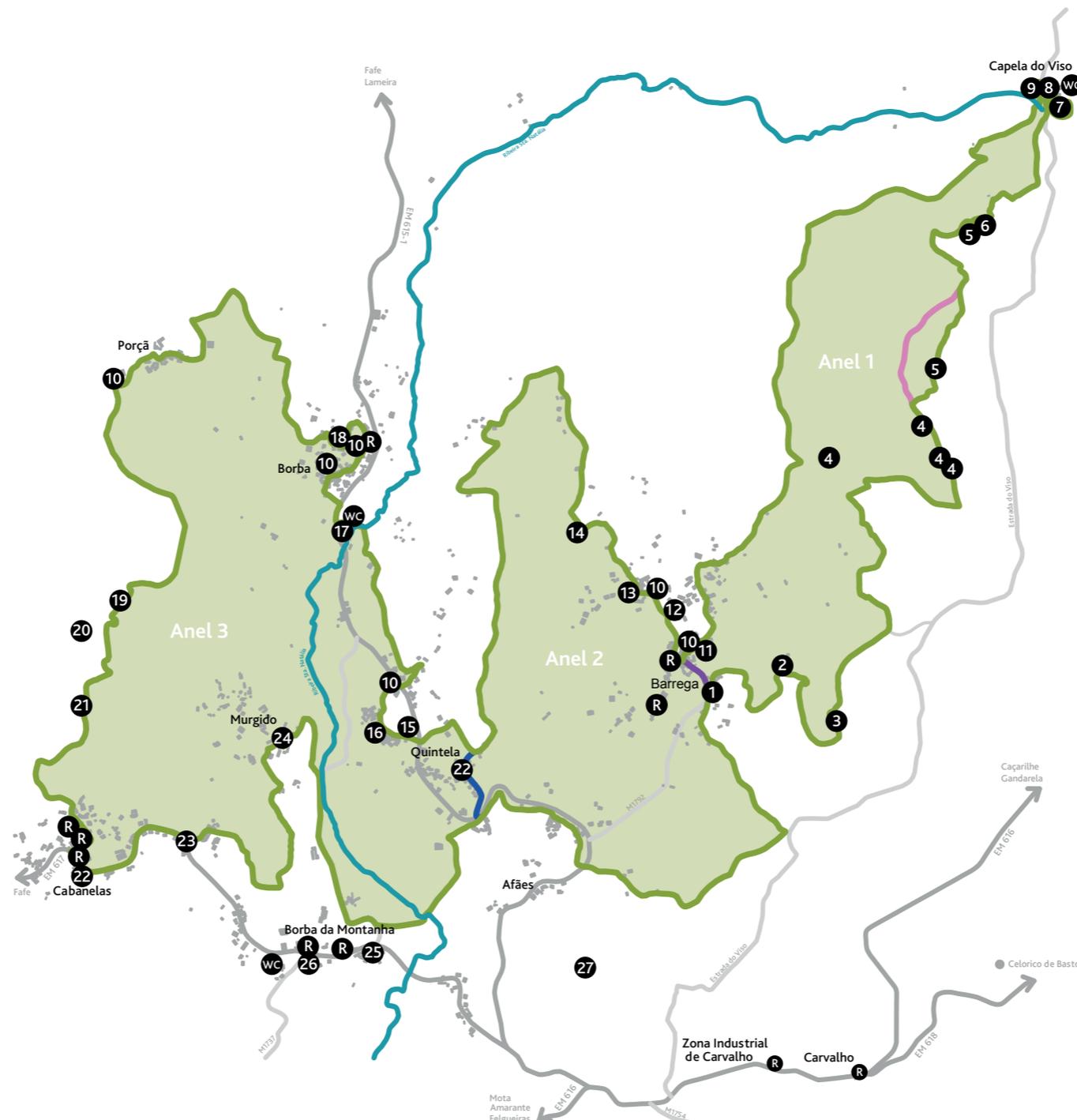


### ALTIMETRIA • ELEVATION GRAPHIC



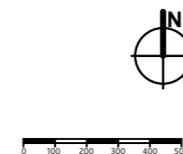
### NORMAS DE CONDUTA • CODE OF CONDUCT

- Seguir apenas pelo trilho assinalado  
Hike only along the marked path
- Evitar fazer ruídos desnecessários  
Avoid making unnecessary noise
- Observar a fauna sem perturbar  
Observe the fauna without disturbing it
- Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem  
Do not litter or leave other traces of your presence
- Não fazer lume  
Do not light any fire
- Não colher amostras de plantas ou rochas  
Do not collect samples of plants or rocks
- Ser afável com as pessoas que se encontrar no local  
Be kind to people you may find on site
- Não danificar a flora  
Do not damage the flora



- PR2 Percurso principal • Main path
- PR2.1 Variante • Alternative path
- PR2.2 Variante • Alternative path
- PR2.3 Variante • Alternative path
- Estradas principais de acesso • Main access road
- Outros acessos viários • Other road accesses
- Ribeira • Riverside

Anel 1 - 8,1 km  
Anel 2 - 5,6 km  
Anel 3 - 9,5 km



## PONTOS DE INTERESSE INTEREST POINTS

- Capela de S. Brás  
Chapel of S. Brás
- Afloramento de gabros  
Outcrop of gabbro
- Castro de Barrega  
Castro of Barrega
- Mamoa  
Mamoa
- Miradouro  
Belvedere
- Caos de blocos  
Block chaos
- Capela de N.ª Sr.ª do Viso  
Chapel of Our Lady of Viso
- Cruzeiro do Viso  
Stones Crosses of Viso
- Parque de lazer do Viso  
Viso leisure park
- Fonte e tanque público  
Public tank and fountain
- Praça Velha  
Praça Velha
- Carvalha da Cortinha  
Carvalha da Cortinha
- Alminhas de Barrega  
Shrines of Barrega
- Carreiro "entrada passa cão"  
Carreiro "entrada passa cão"
- Relógio de Sol em espigueiro  
Sundial of Granary
- Povoação de Quintela  
Quintela Village
- Parque de Lazer de Borba  
Borba leisure park
- Capela de St.º Amaro  
Chapel of St.º Amaro
- Castro de Murgido  
Castro of Murgido
- Abrigo do Castro de Murgido  
Shelter of the Castro of Murgido
- Castro de Cabanelas  
Castro of Cabanelas
- Fontanário público  
Public fountain
- Cruzeiro de Cabanelas  
Stones Crosses of Cabanelas
- Casa de Murgido  
Murgido's House
- Igreja de St.ª M.ª de Borba da Montanha  
Church of St.ª M.ª de Borba da Montanha
- Capela de St.º António  
Chapel of St.º António
- Monte de S. Lourenço  
Hill of S. Lourenço
- Restaurante  
Restaurant
- Instalações sanitárias  
Sanitary facilities

