

## TRILHO POMBAL NATURA

O Trilho Pombal Natura é um percurso circular de 17,8 km, com início e fim nas imediações do Castelo de Pombal, um ex-libris da cidade e Monumento Nacional, edificado no século XII por D. Gualdim Pais, Mestre da Ordem do Templo.

Com suas paisagens arrebatadoras, vida selvagem vibrante e um património cultural rico, este trilho é uma oportunidade para explorar e descobrir o património arqueológico e arquitetónico e a biodiversidade do ecossistema desta paisagem cársica, onde é possível observar belos exemplares de pinheiro-manso, carvalho-cerquinho, diversos medronheiros e as orquídeas silvestres que florescem na primavera.

The Pombal Natura Trail is a 17.8 km circular trail that begins and ends near Pombal Castle, an ex-libris of the city and a National Monument, built in the 12th century by D. Gualdim Pais, Master of the Order of the Temple.

With its sweeping landscapes, vibrant wildlife, and rich cultural heritage, this trail is an opportunity to explore and discover the archaeological and architectural heritage and the biodiversity of the ecosystem of this karst landscape, where it is possible to observe beautiful specimens of stone pines, Portuguese oaks, various strawberry trees, and the wild orchids that bloom in the spring."



Vista para a aldeia do Vale  
View to the village of Vale



Eira, Arroteia  
Threshing floor, Arroteia

### NORMAS DE CONDUCTA CODE OF CONDUCT

Seguir apenas pelo trilho sinalizado | Keep to the signposted track;  
Evitar fazer ruídos desnecessários | Avoid making unnecessary noise;  
Observar a fauna sem perturbar | Observe wildlife without disturbing it;  
Não danificar a flora | Do not damage the flora;  
Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem | Do not leave rubbish or any other trace;  
Não fazer lume | No naked flames;  
Não colher amostras de plantas ou rochas | Do not take samples of plants or rocks;  
Ser afável com as pessoas que encontre no local | Be nice to the people you might meet along the way.

### CONTACTOS ÚTEIS USEFUL CONTACTS

SOS Emergência | SOS Emergency: 112  
Bombeiros | Firefighters: (+351) 236 212 122  
G.N.R | Police Force: (+351) 236 212 011  
Proteção Civil | Civil Protection: (+351) 236 210 512  
Hospital Distrital de Pombal: (+351) 236 210 000  
Táxis | Taxis: (+351) 236 212 915  
Município de Pombal | Municipality of Pombal: (+351) 236 210 500  
Junta de Freguesia de Pombal | Parish Council of Pombal: (+351) 236 212 552  
Junta de Freguesia de Vila Cã | Parish Council of Vila Cã: (+351) 236 922 424  
Posto de Turismo | Tourist Office: (+351) 236 210 556

### SINALÉTICA SIGNAGE



caminho certo  
right way



caminho errado  
wrong way



virar à esquerda  
turn left



virar à direita  
turn right



Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo, temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR).  
Pedestrian path belonging to a Short Distance Path (PR) that temporarily crosses a Long Distance Path (GR).



PERCURSO PEDESTRE REGISTRADO E HOMOLOGADO  
POR | PATH REGISTERED AND CERTIFIED BY:



Cofinanciado por:



Mais informações:  
More information:



PR3  
PBL

# TRILHO POMBAL NATURA



INÍCIO DE PERCURSO  
STARTING POINT

Junto ao cemitério  
de Pombal  
39°54'42.04"N | 8°37'21.97"W

Design by floema | 2022



## DESCRIÇÃO DO PERCURSO ROUTE DESCRIPTION

Com início e fim junto ao cemitério, o trilho contorna-o por um caminho rural pelo lado sul, alcançando a Mata da Rola, que se caracteriza pelos seus altos e frondosos pinheiros mansos, onde se encontram misturados, e mais rasteiros, diversos medronheiros e outra vegetação autóctone.

Percorrendo caminhos rurais e traços urbanos até ao lugar do Barco, o percurso continua em direção a este. Deixando a área urbana, o trilho segue pela cumeada, em direção à aldeia da Arroiteia, por caminhos com história, onde o património arqueológico se camufla na paisagem serrana, e um pequeno desvio de 500 m conduz-nos ao emblemático monumento megalítico, a Anta do Alto da Carrasqueira. Passo a passo, e em contacto com a natureza, segue-se em direção à aldeia do Vale, pelas paisagens deslumbrantes e com vista para o esplendoroso vale, verde todo o ano, mas onde se destaca a sua beleza durante a primavera, com o desabrochar de pequenas plantas, que nos desperta os sentidos para o que nos rodeia.

Já no Vale e palmilhando as suas ruas estreitas e sinuosas, encontramos património que convida à descoberta da sua história, das casas típicas de calcário, da capela de Nossa Senhora do Amparo e dos muros de pedra seca, uma valiosa herança para as gerações futuras. Deixando a aldeia para trás, segue-se em direção a Pombal, pelo caminho da Grande Rota 26. Este trilho presenteia-nos com o leito do Ribeiro do Vale que, em alturas chuvosas, pode cortar-nos o caminho. Alcançando as imediações da cidade, o casario denuncia o regresso ao ponto de partida.

Starting and finishing near the cemetery, the trail goes around it on a rural path on the south side, reaching Mata da Rola, which is characterized by its tall, leafy stone pines, where several strawberry trees and other native vegetation can be found mixed in, and more undergrowth.

Following rural and urban paths until the place of Barco, the trail continues towards the east. Leaving the urban area, the trail follows the ridge, towards the village of Arroiteia, through paths with history, where the archaeological heritage is camouflaged in the mountain landscape, and a short detour of 500 m leads us to the emblematic megalithic monument, the Anta do Alto da Carrasqueira. Step by step, and in contact with nature, we continue towards the village of Vale, through stunning scenery and overlooking the splendid valley, green all year round, but where its beauty stands out during the spring, with the blossoming of small plants that awaken our senses to what surrounds us.

Already in the Valley and walking along its narrow and winding streets, we find heritage that invites us to discover its history, the typical limestone houses, the chapel of Nossa Senhora do Amparo and the dry stone walls, a valuable heritage for future generations. Leaving the village behind, we continue in the direction of Pombal, along the Great Route 26. This trail presents us with the bed of Ribeiro do Vale which, in rainy times, can block us from our path. Reaching the outskirts of the city, the houses denounce the return to the starting point.

## FICHA TÉCNICA | TECHNICAL SHEET

**17,8 km**  
Distância  
Distance



**Circular**  
Contrário ao sentido  
dos ponteiros do relógio  
Sentido recomendado  
**Counterclockwise**  
Recommended direction

**232/90 m**  
Altitude máx./mín  
Altitude max./min



**5 h 30 min**  
Duração (aproximada)  
Duration (approximate)

**472 m**  
Desnível acumulado  
Altitude variation



**Todo o ano**  
Época aconselhada  
**All year round**  
Recommended season

## PERFIL DE ALTIMETRIA | GAENT PROFILE



## GRAU DE DIFICULDADE | DIFFICULTY LEVEL



**MÉDIO (NÍVEL III)**  
Grau de dificuldade  
**MEDIUM (LEVEL 3)**  
Difficulty level

adversidade do meio  
environmental adversity



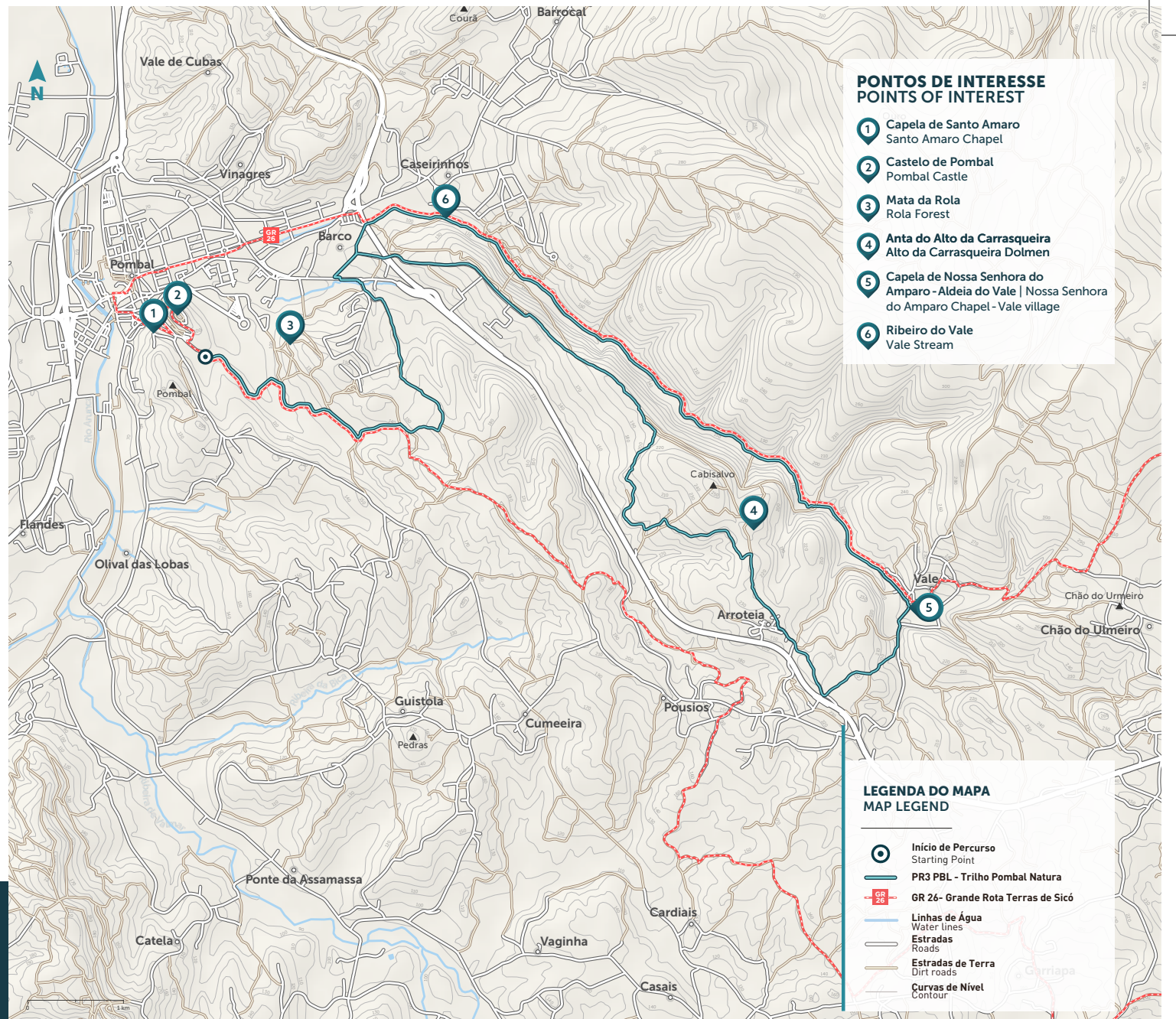
orientação  
orientation



tipo de piso  
type of ground



esforço físico  
physical effort



## PONTOS DE INTERESSE POINTS OF INTEREST

- 1 Capela de Santo Amaro  
Santo Amaro Chapel
- 2 Castelo de Pombal  
Pombal Castle
- 3 Mata da Rola  
Rola Forest
- 4 Anta do Alto da Carrasqueira  
Alto da Carrasqueira Dolmen
- 5 Capela de Nossa Senhora do Amparo - Aldeia do Vale | Nossa Senhora do Amparo Chapel - Vale village
- 6 Ribeiro do Vale  
Vale Stream

## LEGENDA DO MAPA MAP LEGEND

- Início de Percurso  
Starting Point
- PR3 PBL - Trilho Pombal Natura
- GR 26 - Grande Rota Terras de Sico
- Linhas de Água  
Water lines
- Estradas  
Roads
- Estradas de Terra  
Dirt roads
- Curvas de Nível  
Contour