



GRANDE ROTA TERRAS DE SICÓ

A Grande Rota Terras de Sicó é um percurso circular de 189 km e de cerca de 5000 m de desnível acumulado, que percorre o Maciço Calcário de Sicó em 8 etapas, divididas pelos concelhos de Ansião, Alvaiázere, Condeixa-a-Nova, Penela, Pombal e Soure.

Fortemente marcado pela paisagem cársica, pelo clima mediterrânico e pela presença romana no território, o percurso faz-se por caminhos ancestrais que ligam aldeias e vilas por entre campos de lapiás, bosques, terrenos de cultivo, pastagens e vinhas.

Venha conhecer as *villas* romanas, os castelos, as grutas e as paisagens, dê dois dedos de conversa com as gentes da terra e não deixe de provar o Queijo Rabaçal, o vinho, o mel e um vasto conjunto de iguarias que só um território tão singular pode produzir.

Na sua grande maioria, os trilhos podem ser percorridos a pé e de bicicleta de montanha. Consulte a informação de cada uma das etapas e descubra as Terras de Sicó!

The "Terras de Sicó" (Lands of Sicó) Great Route is a 198 km looped trail with about 5000 m of elevation gain, that covers Sicó's Limestone Massif in 8 stages, divided by the municipalities of Ansião, Alvaiázere, Condeixa-a-Nova, Penela, Pombal e Soure.

Strongly marked by the limestone landscape, the mediterranean climate and by the Roman occupation, the route lead us by ancient paths, through villages in between lapias fields, woods, agricultural lands, pastures and vineyards.

Get to know the Roman *villas*, castles, caves and landscapes, chat with the locals and taste the Rabaçal Cheese, the wine, the honey and the gastronomy that only a distinct territory such as this can provide.

For the most part, the trail can be covered either on foot or by mountain bike. Consult the information available about each of the stages and discover Terras de Sicó.

NORMAS DE CONDUTA | CODE OF CONDUCT

Seguir apenas pelo trilho sinalizado
Evitar fazer ruídos desnecessários
Observar a fauna sem perturbar
Não danificar a flora
Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem
Não fazer lume
Não colher amostras de plantas ou rochas
Ser afável com as pessoas que encontre no local

Keep to the signposted track
Avoid making unnecessary noise
Observe wildlife without disturbing it
Do not damage the flora
Do not leave rubbish or any other trace
No naked flames
Do not take samples of plants or rocks
Be nice to the people you might meet along the way

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS

Certifique-se que leva consigo água e mantimentos suficientes. Em alternativa pode reabastecer-se no Rabaçal, onde existem cafés, restaurantes e lojas onde comprar o "Queijo Rabaçal".
Planeie com antecedência o local da sua dormida.
Em dias de sol é essencial o uso de protector solar e boné. No inverno é aconselhável o uso de calçado anti-derrapante e impermeável. Existem partes do trilhos que podem estar alagadas.
Em algumas situações terá que atravessar estradas asfaltadas, seja prudente.

Make sure to carry enough water and food. Alternatively you can restock in Rabaçal, where there are cafes, restaurants and shops where you can buy "Queijo Rabaçal" (Rabaçal Cheese).
Plan your overnight stay in advance.
On sunny days, the use of sunscreen and a protective cap is essential. During winter, it is advisable the use of slip resistant and waterproof footwear. There are parts of the trails which might be flooded.
In some situations you will have to cross paved roads, be cautious.

CONTACTOS ÚTEIS | USEFUL CONTACTS

SOS EMERGÊNCIA | EMERGENCY: 112

Informação Anti-Venenos
Anti-Poison Information Centre
808 250 143

BOMBEIROS | FIREFIGHTERS
Condeixa: +351 239 941 503 / 239 942 115
Penela: +351 239 560 100 | Ansião: +351 236 670 600

CENTROS DE SAÚDE | HEALTH CENTERS
Condeixa: +351 239 940 160 | Penela: +351 239 560 200
Ansião: +351 236670150

GNR | POLICE
Condeixa: +351 239 940 250 | Penela: +351 239 569 135
Ansião: +351 236 670 609

CÂMARAS MUNICIPAIS | MUNICIPALITIES
Condeixa: +351 239 949 120 | Penela: +351 239 560 120
Ansião: +351 236 670 200

PROMOTOR
Terras de Sicó (Associação de Desenvolvimento):
+351 236 912 113/4 | geral@terrasdesico.pt

POSTOS DE TURISMO | TOURIST OFFICES:
Condeixa: +351 239 944 037 | Penela: +351 239 561 132
Ansião: +351 236 677 444

MUSEUS | MUSEUMS
Museu Monográfico das Ruínas de Conimbriga:
+351 239 941 177
Casa Museu Fernando Namora (Condeixa):
+351 239 940 146
Museu Villa Romana do Rabaçal:
+351 239 561 856
Casa Museu Fósseis de Sicó (Lugar da Granja):
+351 236 670 206 / 236 672 025
Complexo Monumental de Santiago da Guarda:
+351 236 672 025

TÁXIS | TAXIS
Condeixa: +351 239 948 274 | Penela: +351 239 569 203

ONDE COMER | PLACES TO EAT

Condeixa
Restaurante Ruínas: +351 239 948 218
Pousada de Condeixa: +351 210 052 120
.Come: +351 239 945 502
O Regional: +351 239 944 933
Casa do Cabrito: +351 239 941 635
Bairradino dos Leitões: +351 239 941 302
Penela
D. Sesnando: +351 239 561 207
O Cantinho da Clotilde: +351 239 569 283 (Rabaçal)
O Pastor (Pastor): +351 239 559 250
Varandas do Castelo: +351 239 561 241
Ansião
Alquimia: +351 919 460 106
Restaurante & Bar Nascente do Nabão:
+351 236 672 004
Terreiro do Lagar (Cabeça Redonda): +351 236 677 226
Caracol Restaurante Bar (Várzea): +351 236 678 039

ONDE FICAR | PLACES TO STAY

Condeixa
Pousada de Condeixa: +351 210 052 120
Ponte do Espinhal - Penela
Duectânia Design Hotel: +351 239 700 740
Penela
Quinta do Espanhol: +351 239 569 097
Ferreria de S. João
Casa do Zé Sapateiro:
+351 919 062 372 | +351 917 827 290
Vale do Ninho Nature Houses: +351 914 250 916
Rabaçal
Pousada do Rabaçal: +351 239 569 295
Vale Florido - Alvorge
Casa do Vale Florido: +351 918 182 908
Alvorge
OTIUM - Country House: +351 914 784 547
Outeiro
Quinta das Eiras: +351 916 677 599
Ansião
Solar da Rainha: +351 236 676 204
Adega Típica de Ansião: +351 236 677 364
Casa da Amizade Ansião Erbach: +351 236 670 200
Alojamento Low Cost (Aljazedo / Casas da Granja):
+351 236 620 509

Promotor | Promoter:



Cofinanciamento | Co-financing:



Percurso pedestre registado e homologado pela
Hikes registered and approved by:



GRANDE ROTA TERRAS DE SICÓ

ROTA QUEIJO RABAÇAL RABAÇAL CHEESE ROUTE

PENELA - ALVORGE





Orquídea Silvestre

ROTA QUEIJO RABAÇAL

Rumo ao Vale do Rabaçal, a rota desce do Castelo de Penela para tomar o caminho de ligação à aldeia do Espinheiro, passando o túnel do IC8. Seguem-se as aldeias de Chainça e Zambujal, até que a GR26 se encontra com o Caminho de Santiago, acompanhando inicialmente o Rio dos Mouros, conhecido localmente como "Caraglio Seco". Segue-se em direcção ao Rabaçal, onde se recomenda a visita ao Museu da Villa Romana e à Estação Arqueológica. É a altura ideal para provar o muito apreciado Queijo Rabaçal, entre outros produtos da fileira agro das Terras de Sicó. O percurso continua por um trilho nas traseiras do cemitério que dá ligação a um caminho mais amplo e novamente ao Caminho de Santiago. Daqui avista-se a povoação da Fartosa e, logo depois, o monte de Gerumelo. Para trás avista-se o seu "irmão", o monte Germanelo e o que resta do Castelo do Rabaçal. O percurso contorna o Vale do Rabaçal até à aldeia das Casas Novas, onde percorre as suas ruas estreitas, ladeadas de antigas casas de pedra calcária.

Segue-se outro trilho até à aldeia da Ateanha, localizada no cimo de um monte com o mesmo topónimo. O caminho desce para o lado oposto, onde se avistam duas dolinas, entrando logo depois num antigo caminho murado que segue para Aljazedo. Depois de um pequeno desvio aos campos do "Vale de Todos", o percurso dirige-se para Trás-de-Figueiró, passando ao lado da aldeia e subindo o monte com o mesmo nome, ao mesmo tempo que se podem desfrutar de excelentes vistas. A descida é feita para o lado de Vila Nova, entrando a meia encosta num antigo trilho ladeado de muros, e que termina entre imponentes carvalhos, logo à entrada da aldeia. Após a saída da aldeia dirigimo-nos para a estrada do Rabaçal. Depois de a atravessar, entra-se novamente no Caminho de Santiago, passando junto às ruínas da Torre da Ladeia, antiga Capela de Nossa Sr.ª do Pilar e à nascente do Alvorge. A chegada à aldeia com este nome, sede de freguesia, marca o final de mais uma etapa da GR26.

RABAÇAL CHEESE ROUTE

Towards the Rabaçal Valley, the route descends from the Penela Castle towards the connection path to the village of Espinheiro, through the IC8 tunnel. Next, one goes along the path of the villages of Chainça and Zambujal up to when the GR26 meets the Caminho de Santiago (Route of Santiago de Compostela), alongside the Rio dos Mouros (the Moors river), known locally as "Caraglio Seco". Moving on towards Rabaçal, visitants are recommended to visit the Museum of the Roman Villa and the Archaeological Site. It is the perfect time to taste the much appreciated Rabaçal Cheese, among other products of agro row of Terras de Sicó. The route continues through a trail situated behind the cemetery which connects with a wider path and, once more, with the Caminho de Santiago (Route of Santiago de Compostela). From here, one can see the village of Fartosa and, soon after, the Gerumelo Mount. Looking back, it is possible to see its "brother", the Germanelo Mount and the remaining ruins of the Rabaçal Castle. The route goes around the Rabaçal Valley towards the village of Casas Novas, where it goes through the village's narrow streets, flanked by old limestone houses.

In order to go to the village of Ateanha, located on the top of a mount with the same name, another path must be followed. The path descends to the opposite side, where two sinkholes can be observed, and it continues through an old walled road leading to Aljazedo. After a short detour into the fields of the "Vale de Todos" (Valley of All) the route heads for Trás-de-Figueiró, passing next to the village and up the mount with the same name, while it gives visitors the possibility to enjoy great sights. The descent is made towards Vila Nova, entering half hillside into an ancient trail flanked with walls and ending among towering oaks at the entrance of the village. After leaving the village, we head for the road leading to Rabaçal. After crossing it one enters once again in the Caminho de Santiago (Route of Santiago de Compostela), passing by the ruins of the Tower of Ladeia, the old Chapel of Nossa Sr.ª do Pilar and the spring of the Alvorge River. The arrival to the village of Alvorge, parish council, marks the end of another stage of the GR26.



MAPA GERAL
GENERAL MAP

FICHA TÉCNICA TECHNICAL SHEET

27 km
distância | distance

Linear
tipo de percurso
type of route

8 h
duração | time

382/175 m
altitude máx/min
altitude max/min

Difícil (Nível IV)
escala de dificuldade
FCMP (I a V)

Difficult (Level IV)
difficulty level
FCMP (I a V)

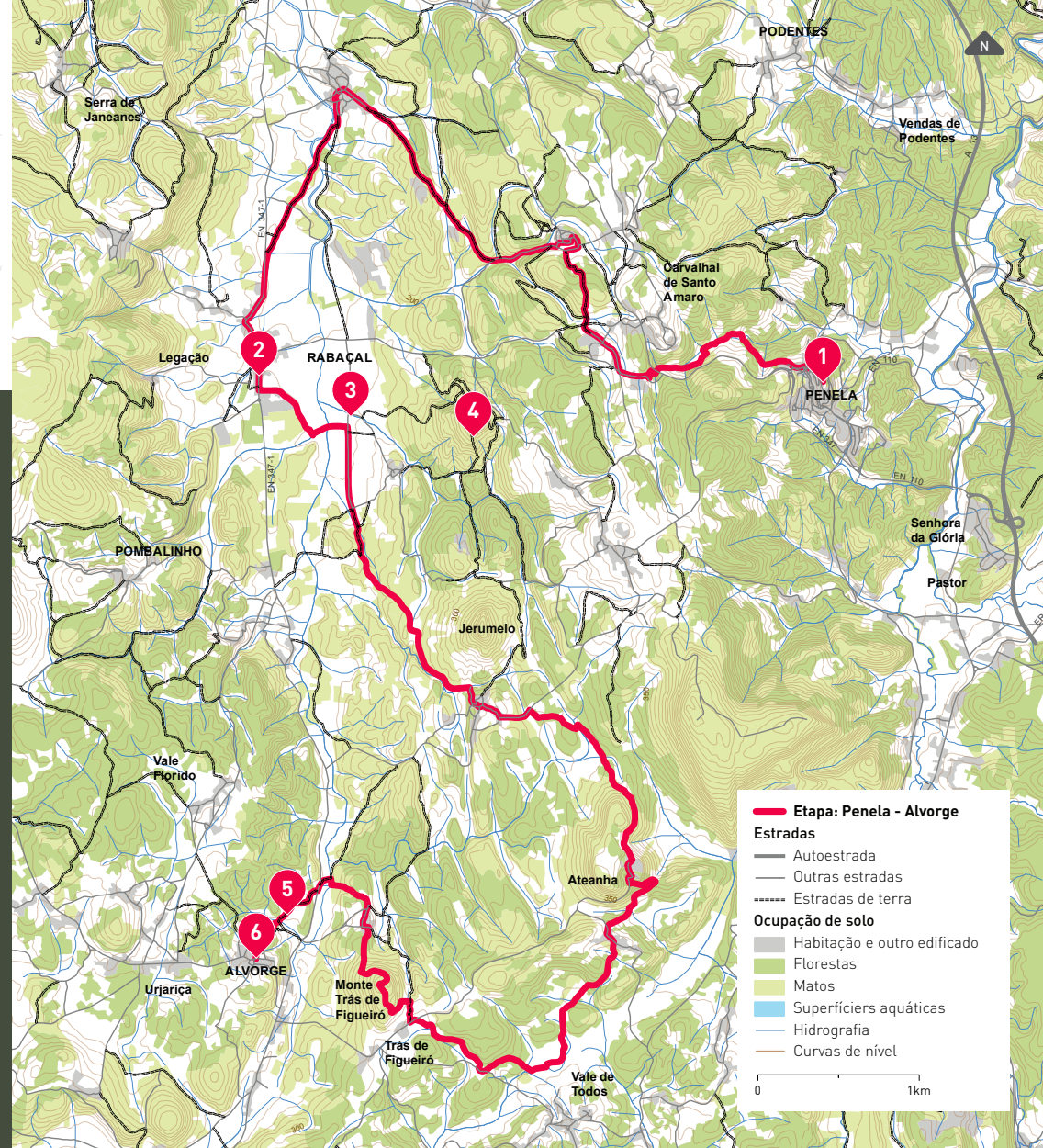
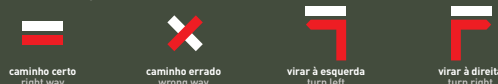
702 m
desnível positivo
height gain

Setembro a Junho
época aconselhada
September to June
recommended season

ALTIMETRIA | ALTIMETRY



SINALÉTICA USADA | SIGNAGE USED



— Etapa: Penela - Alvorge

Estradas

- Autoestrada
- Outras estradas
- - - Estradas de terra

Ocupação de solo

- Habitação e outro edificado
- Florestas
- Matos
- Superfícies aquáticas
- Hidrografia
- Curvas de nível

0 1km

PONTOS DE INTERESSE | POINTS OF INTEREST

- 1** Penela
- 2** *Museu Villa Romana do Rabaçal*
Roman Villa of Rabaçal Museum
- 3** Vale do Rabaçal
Rabaçal Valley
- 4** Monte do Germanelo
Germanelo Mount
- 5** *Fonte do Alvorge e Ruínas da Torre da Ladeia (Antiga Capela da Sr do Pilar)*
Alvorge Spring and Tower da Ladeia Ruins (the old Chapel of Nossa Sr.ª do Pilar)
- 6** Alvorge