



Centro BTT homologado pela UVP/FPC www.centros-btt.com

**SINALIZAÇÃO DOS PERCURSOS / TRAIL SIGNAGE**

Grandes Travesias BTT (percurso > 1 dia) (percurso > 1 day)	MTB Circuitos (percurso < 1 dia) (percurso < 1 day)	em áreas protegidas (percurso 02) (protected areas)	Sentido Proibido (percurso 01) (no entry)
MTB Circuitos	Seguir à esquerda (percurso 02)	Seguir à direita (percurso 01)	Sentido Proibido
Seguir em frente (percurso 01)	Percurso de Ligação (conexão de trilho)	Percurso de Ligação (conexão de trilho)	Percurso de Ligação (conexão de trilho)

**ONDE DORMIR / PLACES TO SLEEP**

<p><b>Agua Hotel Mondim de Basto **** (Hotel)</b> Tel.: +351 255 389 040 <a href="http://www.aguehotels.pt">www.aguehotels.pt</a></p> <p><b>Mondim Hotel &amp; SPA (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 255 386 708/9 <a href="http://www.mondimhotelspa.pt">www.mondimhotelspa.pt</a></p> <p><b>Arcadia (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 255 381 410 <a href="mailto:res.arcadia@hotelmia.com">res.arcadia@hotelmia.com</a></p> <p><b>Casa do Barreiro de Cima (Alaj. Local)</b> Tel.: +351 962 352 52 <a href="http://www.acasadadaibina.com">www.acasadadaibina.com</a></p> <p><b>Casa da Tralhinha (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 966 769 265 <a href="mailto:casadetralhinhah@gmail.com">casadetralhinhah@gmail.com</a></p> <p><b>Casa da Talhinha (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 966 769 265</p> <p><b>Casa das Mourças (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 255 382 234 <a href="mailto:res.arcadia@hotelmia.com">res.arcadia@hotelmia.com</a></p> <p><b>Casa do Barreiro de Baixo (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 966 333 212 <a href="http://www.casadobarreirodebaixo.com">www.casadobarreirodebaixo.com</a></p> <p><b>Casa de Bormela (Alajamento Local)</b> Tel.: +351 939 546 002</p> <p><b>Parque de Campismo de Mondim de Basto</b> Tel.: +351 255 381 650</p>	<p><b>Posto de Turismo de Mondim de Basto (Tourist Office) / Tel.: 255 389 370</b> <a href="mailto:municipio.mondimdebasto.pt/index.php/turismo/para-comer">municipio.mondimdebasto.pt/index.php/turismo/para-comer</a></p> <p><b>Camara Municipal (Town Hall) / Tel.: 255 389 300</b> <b>Centro de Saúde (Medical Centre) / Mondim de Basto - Tel.: 255 389 190</b> <b>Associação de Ciclismo e Btt Senhora da Graça - Tel.: 963422153</b></p>
--	---

**ONDE COMER / PLACES TO EAT**

**REGRAS DE CONDUTA NOS TRILHOS / RULES OF THE TRAIL**

- Ride on open trails only
- Leave no traces of your passage
- Control your bicycle
- Never scare the animals
- Plan ahead
- Pay attention to motorbikes on public roads
- Respect the environmental
- Tenha atenção à sinalização específica dos trilhos por razões ambientais ou de manutenção
- Circule apenas em trilhos abertos
- Não deixe vestígios da sua passagem
- Tenha controlo sobre a sua bicicleta
- Ceda sempre a prioridade
- Nunca assuste os animais
- Planeie antecipadamente o seu passeio
- Tenha atenção à possibilidade de cruzamento com veículos motorizados nos caminhos públicos sinalizados
- Respeite a sinalização específica de condicionamento de utilização dos trilhos por razões ambientais

**CONTACTOS ÚTEIS / USEFUL CONTACTS**

**112** Emergência / Emergency

GNR - Guarda Nacional Republicana  
Mondim de Basto / Local Police  
Tel.: 255 381 122

Bombeiros Voluntários de Mondim de Basto  
Fire Brigade (Mondim de Basto)  
Tel.: 255 381 251 / 255 381 751

Informação Anti-Venenos  
Anti-Poisoning Information Centre  
Tel.: 808 250 143

Proteção Civil / Civil Protection  
Tel.: 962 145 987

PROMOTOR: município de Mondim de Basto

FINANCIAMENTO: Programa de Desenvolvimento Rural

GOVERNO DE PORTUGAL

MINISTÉRIO DA AGRICULTURA 1.000 MILH

UNIÃO EUROPEIA  
Fundos Europeus Agrícolas de Desenvolvimento Rural  
A Europe investe nos seus cidadãos

APOIO: 1000 Bikes

**COMO CHEGAR / HOW TO ARRIVE**

Saindo da A7, a partir de Arco de Baúlhe, dirige-se pela EM 1193 até ao centro de Atei virando depois à direita pela N312 até ao Centro de BTT, em Sobreira de Mondim, num total de 10,4 km.

Saindo da A4, a partir de Amarante, segue pela variante N210 até Fermeil de Basto, tomando depois a N304 até Mondim de Basto. Ai dirige-se para a N312, que faz a ligação entre Mondim de Basto e Ribeira de Pena, até encontrar a indicação Sobreira de Mondim, num total de 36,2 km.

Leaving A7 in Arco de Baúlhe, take EM 1193 to Atei turning right on N312 till the MTB Center in Sobreira de Mondim in a total of 10,4 km.

Leaving A4 in Amarante, take N210 till Fermeil de Basto and then N304 to Mondim de Basto. In Mondim de Basto take take N312 that connects Mondim de Basto to Ribeira de Pena till Sobreira de Mondim in a total of 36,2 km.

**GPS: N41° 25'38.9" W007° 55'57.4" / A Câmara Municipal de Mondim de Basto não se responsabiliza por quaisquer acidentes ocorridos durante a realização dos percursos**

**NÍVEIS DE DIFICULDADE / GRADES EXPLAINED**

**FÁCIL:** Piso rolante, rijo ou asfaltado e largo. Praticamente sem obstáculos. Praticamente plano. Declives inferiores a 10% com média inferior a 5%, sem obstáculos.

**EASY ROLLING:** Hard packed or asphalt and wide paths. Relatively flat (grade < 10% with average < 5%, without obstacles).

**MÓDÉRADO:** Com pequenos obstáculos (altura < 0,2 m) e poucas passagens técnicas e carateros (declives inferiores a 15% com média inferior a 10%, piso firme ou estável).

**MODERATE:** With small obstacles (height < 0,2m) and few technical sections and character (declives < 15% with average < 10%, firm or stable).

**DIFÍCIL:** Com diversos obstáculos, passagens técnicas e carateros (altura < 0,5 m), passagens técnicas e subidas desafiantes (declives máximos > 15% com média inferior a 15%, piso muito variável). Precisa de bom controlo e técnicas avançadas para ultrapassar as dificuldades.

**DIFFICULT:** With several obstacles, technical sections and challenging climbs (max. grade > 15% with average < 15%, wide range of surface types). Needs good off-road riding skills & fitness and good mountain bikes.

**MUITO DIFÍCIL:** Bastante técnico com obstáculos grandes (altura > 0,5 m) e não evitáveis, grandes subidas (declives máximos > 20%, piso imprevisível). São práticas e elevadas passagens, experiências de qualidade, com bicicletas de qualidade.

**VERY DIFFICULT:** Quite technical with large obstacles (height > 0,5 m), technical drops (height > 0,5 m), technical sections and challenging climbs (max. grade > 20%, unpredictable surface). Only for expert and fit mountain bikers with quality off-road mountain bikes.

**SEVERE:** A lot technical with large & unavoidable features (height > 0,5 m), and big climbs (max. grade > 20%, unpredictable trail surface). Only for expert and fit mountain bikers with quality off-road mountain bikes.

**EXTREMAMENTE DIFÍCIL:** Muito técnico com obstáculos grandes (altura > 0,5 m) e não evitáveis, grandes subidas (declives máximos > 20%, piso imprevisível). São práticas e elevadas passagens, experiências de qualidade, com bicicletas de qualidade.

**EXTREMELY DIFFICULT:** Very technical with large obstacles (height > 0,5 m), technical drops (height > 0,5 m), technical sections and challenging climbs (max. grade > 20%, unpredictable surface). Only for expert and fit mountain bikers with quality off-road mountain bikes.

**PERCURSOS / TRAILS**

**11** Percurso circular com início e fim no Centro de BTT. É o percurso mais fácil do centro e acessível a todos os praticantes da modalidade. Desenvolve-se na base da encosta Norte da Senhora da Graça e passa por Sobreira, Tapada de Atei e Carvalhos. Apresenta algumas secções com calçadas antigas e caminhos de terra, no entanto também se desenvolve em estradas de asfalto sem tráfego.

Circular route starting and ending at the MTB Center. It is the easiest route of the center and accessible to all the practitioners of the sport. It covers the base of the northern slope of Senhora da Graça and goes through Sobreira, Tapada de Atei and Carvalhos. This route presents some sections with old cobbled paths and dirt roads, however there are also traffic-free asphalt roads.

**DISTÂNCIA / DISTANCE 7,69 km / 4,77 mi**  
**DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 165 m / 541 ft**  
TEMPO / TIME 45 min - 1h15

**12** Percurso circular com início e final no Centro de BTT. Percurso moderado, excelente para quem se está a iniciar na modalidade do BTT. Desenvolve-se na encosta Norte da Senhora da Graça, subindo a mesma em direção à Aldeia de Carvalhos por asfalto. Na sua secção mais alta, em direção Senhora da Graça, o percurso apresenta-nos com excelentes vistas e paisagens deslumbrantes.

Circular route starting and ending at the MTB Center. This is a moderate route, excellent for those who are beginners in the mountain bike activity. It covers the northern slope of Senhora da Graça, climbing it in the direction of Carvalhos Village on asphalt. At its highest section, and towards Senhora da Graça, the route presents us with great views and breathtaking landscapes, where you arrive by a new build technical section. It ends by crossing the dam concrete wall.

**DISTÂNCIA / DISTANCE 21,5 km / 13,35 mi**  
**DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 654 m / 2145 ft**  
TEMPO / TIME 2h00 - 3h00

**13** Percurso circular com início e fim no Centro de BTT. É um percurso difícil que sobe à Senhora da Graça por caminhos antigos. Segue depois para Travassos, Binho, Vila Cha e Fojó (Fisgas de Ermeio). Já em pleno Parque Natural do Alvão, Passa ainda por Mondim de Basto e antes de regressar ao Centro de BTT passa junto do rio Tâmega.

Circular route starting and ending at the MTB Center. It is difficult path that climbs up to Senhora da Graça on ancient paths. It later continues on to Travassos, Binho, Vila Cha and Fojó (Fisgas de Ermeio), already in the Alvão Natural Park. Then, it goes through Mondim de Basto and runs alongside the Tâmega River, before it returns to the MTB Center.

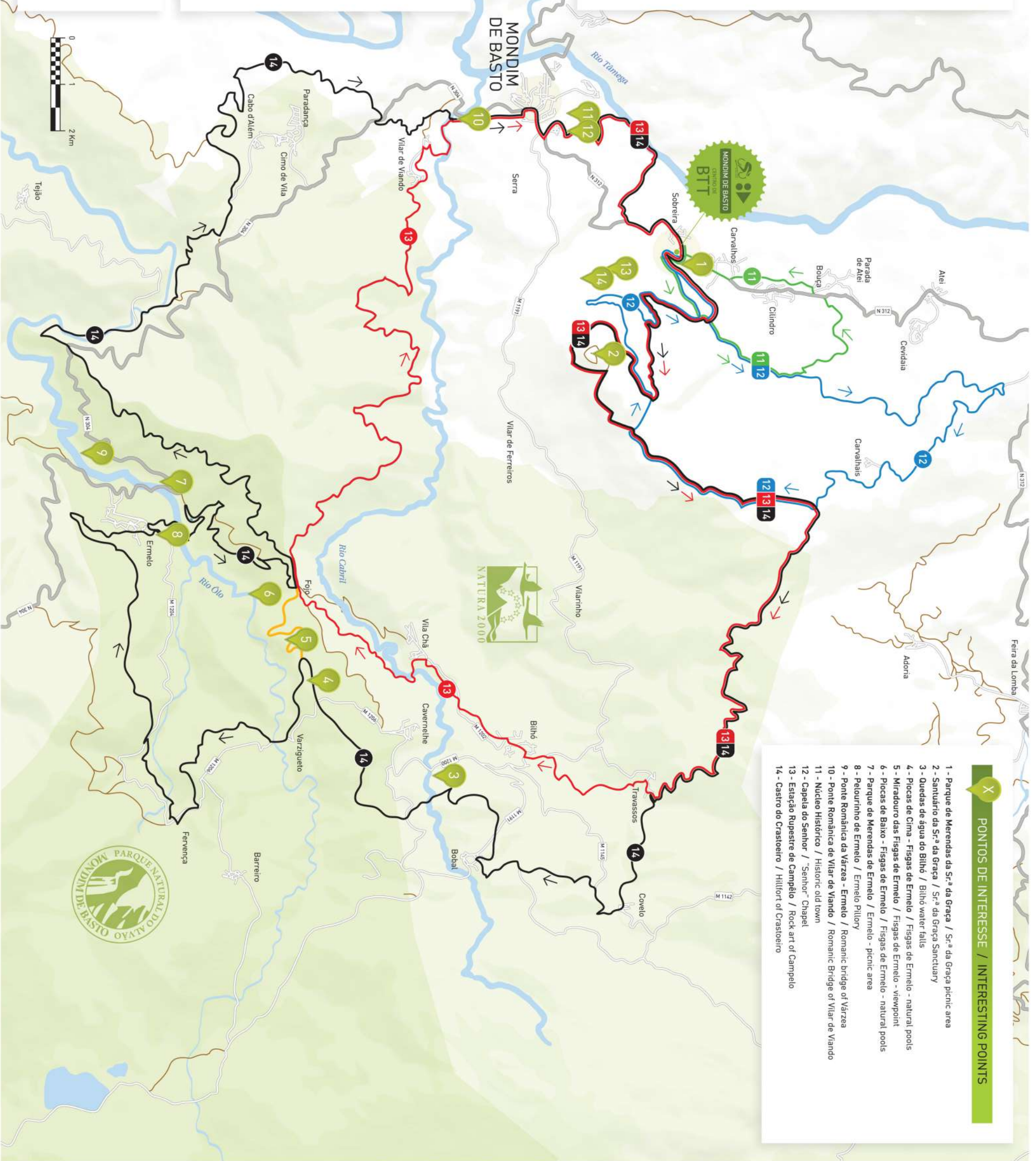
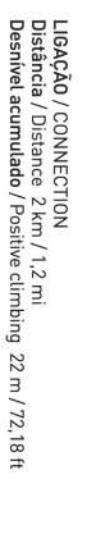
**DISTÂNCIA / DISTANCE 45,8 km / 28,4 mi**  
**DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 1519 m / 4984 ft**  
TEMPO / TIME 4h00 - 6h00

**14** Percurso circular com início e fim no Centro de BTT. Percurso muito difícil, com grandes paisagens e trilhos. Aconselha-se uma boa preparação física. Acompanha o percurso Vermelho na subida a Senhora da Graça, seguindo depois em direção a Covelo, Bobal, Pioleto, Varizuelo, Ferveça, Ermeio e Fojó.

Circular route starting and ending at the MTB Center. This is a very difficult route, with vast landscapes and trails. It is advisable a good physical condition. It follows the Red Route on the way up to Senhora da Graça, then it continues on to Covelo, Bobal, Pioleto, Varizuelo, Ferveça, Ermeio e Fojó.

**DISTÂNCIA / DISTANCE 72,94 km / 45,32 mi**  
**DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 2461 m / 8074 ft**  
TEMPO / TIME 6h00 - 10h00





**X** PONTOS DE INTERESSE / INTERESTING POINTS

- 1 - Parque de Merendas da Sr.ª da Graça / Sr.ª da Graça picnic area
- 2 - Santuário da Sr.ª da Graça / Sr.ª da Graça Sanctuary
- 3 - Quedas de água do Bilhó / Bilhó water falls
- 4 - Picotas de Cima - Fugas de Ermelo / Fugas de Ermelo - natural pools
- 5 - Miradouro das Fugas de Ermelo / Fugas de Ermelo - viewpoint
- 6 - Picotas de Baixo - Fugas de Ermelo / Fugas de Ermelo - natural pools
- 7 - Parque de Merendas de Ermelo / Ermelo - picnic area
- 8 - Pelourinho de Ermelo / Ermelo Pillory
- 9 - Ponte Românica da Varzea - Ermelo / Romantic bridge of Varzea
- 10 - Ponte Românica da Vilar de Viando / Romantic Bridge of Vilar de Viando
- 11 - Núcleo Histórico / Historic old town
- 12 - Capela do Senhor / "Senhor" Chapel
- 13 - Estação Rupestre de Campêlo / Rock art of Campêlo
- 14 - Castro do Crastoelro / Hillfort of Crastoelro

