



## Ficha Técnica do Percurso

**Nome do Percurso Pedestre:**

Trilho de "Tourém"

**Entidade Promotora:**

ADERE-Penedas Gerês

**Tipo de Percurso:** Pequena Rota (PR)

**Localização:**

Tourém - Montalegre

**Âmbito do Percurso:**

Cultural - Panorâmico

**Distância Percorrida:**

Cerca de 3 km

**Duração do Percurso:**

Cerca de 2 h 30 m

**Grau de Dificuldade:**

Muito fácil

**Cota Máxima Atingida:**

960 metros (Pedras da Costa)

## Regulamento do Percurso

- ▶ Não siga o percurso marcado e sinalizado. Preste atenção às marcações.
- ▶ Evite fazer ruídos e barulhos.
- ▶ Respeite a propriedade privada. Feche portões e cancelas.
- ▶ Não abandone o lixo, leve-o até ao respectivo local de recolha.
- ▶ Cuidado com o gado. Não incomode os animais.
- ▶ Deixe a Natureza intacta. Não recolha plantas, animais ou rochas.
- ▶ Faça fogo apenas nos locais destinados para o efeito.
- ▶ Evite andar sozinho na montanha.
- ▶ Tenha o máximo cuidado nos dias de nevoeiro.
- ▶ Utilize sempre botas de montanha, impermeável e um chapéu.
- ▶ Para sua segurança solicite um Guia recomendado.

Start: GPS: 41° 54' 30" N, 7° 53' 53" W

----- Percurso/Route

Carta Militar / Military Map nº 19  
Instituto Geográfico do Exército / Geographical Institute of the Army  
Escala / Scale 1:25.000

## Sinalização / Sign-posting

Placa de indicação de início do Percurso.  
O "G" (cor amarela) significa que é aconselhável o Percurso com Guia.  
Sign indicating start of the Trail.  
The letter "G" indicates that it is advisable to be accompanied by a Guide.



Caminho certo Caminho errado



Right way Wrong way

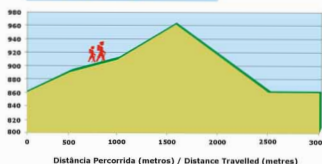
Virar à esquerda Virar à direita



Turn left Turn right



## Perfil do Percurso / Trail Profile



## Trail Factsheet

MTR 11PR

**Nome:**

"Tourém" Nature Trail

**Promoter:**

ADERE-Penedas Gerês

**Classification:** Small Route (SR)

**Location:**

Tourém - Montalegre

**Type:**

Cultural - Panorâmico

**Distance:** 3 km

**Duration of the Trail:**

About 2 h 30 hours

**Degree of Difficulty:**

Very Easy

**Maximum Height attained:**

960 metres (Pedras da Costa)

## Trail Regulations

- ▶ Do not stray from the marked and sign-posted trail.
- ▶ Pay attention to trail markers.
- ▶ Do not make loud noises.
- ▶ Respect private property. Close all gates behind you.
- ▶ Do not leave litter, deposit it in the respective refuse collection points.
- ▶ Be careful with live-stock.
- ▶ Do not disturb animals.
- ▶ Leave nature intact.
- ▶ Do not remove plants, animals or rocks.
- ▶ Only light fires in locations specifically designated for this purpose.
- ▶ Avoid walking alone in the mountains.
- ▶ Take special care in fog. Always use proper walking boots, rangear and a hat.
- ▶ For your safety, hike to be accompanied by a recommended Guide.

Trilho de Tourém  
The Tourém Nature Trail

