

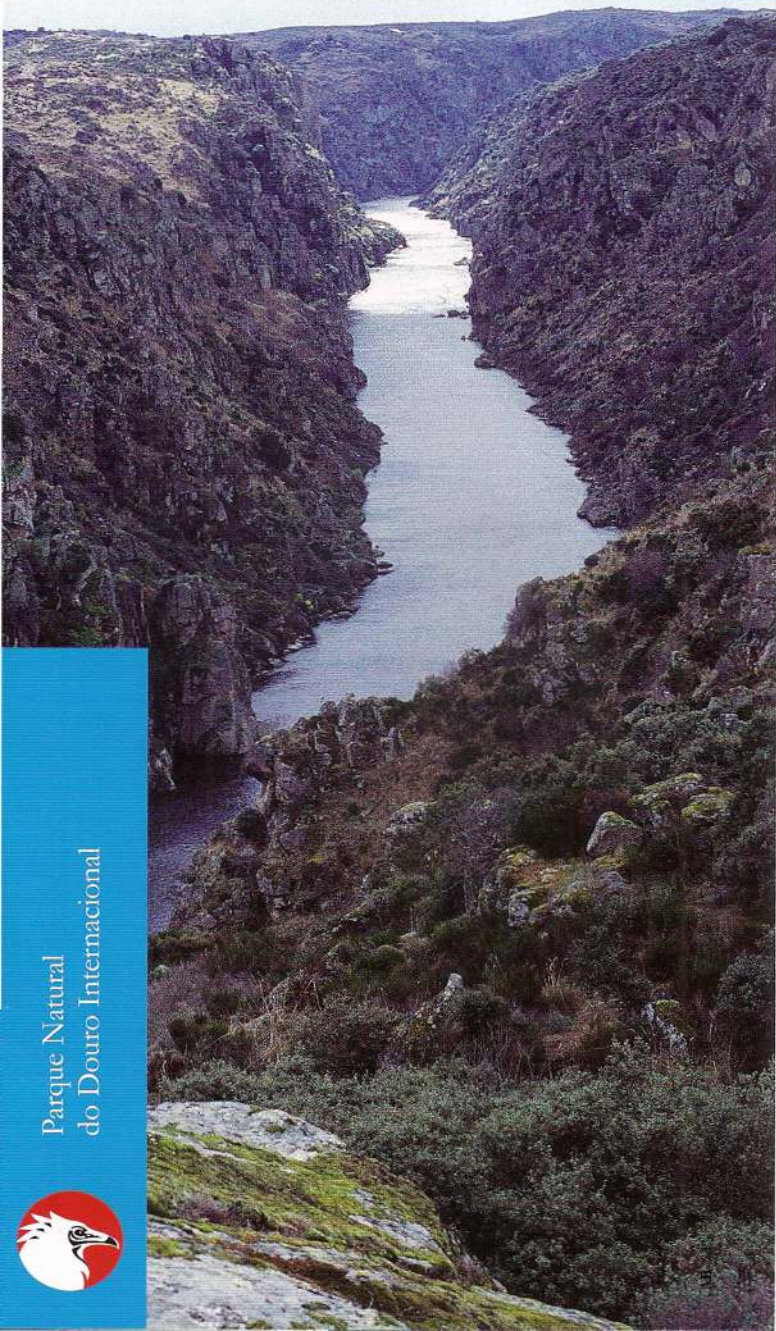
*De Miranda do Douro ao  
De Miranda de l Douro a*

# *São João das Arribas San Juan de las Arribas*

*-Rede de percursos de Natureza- -Rede de caminhadas pul termo-*

**PR 1 MDR**  
*código do percurso*

Parque Natural  
do Douro Internacional





## PONTOS DE INTERESSE

### PUNTOS D'INTERESSE



Sé de Miranda do Douro



Vista sobre o Douro



Ruínas de moínhos de água



"Corriça" para guardar o rebanho com cobertura em giesta



O Abutre do Egípto



Igreja de Vale de Águia

## DESCRIÇÃO DO PERCURSO

O percurso corresponde a um circuito a efectuar por via pedonal, bicicleta ou a cavalo através da zona imediatamente a norte da cidade de Miranda do Douro. Este inicia-se em Miranda do Douro seguindo para norte por caminho vicinal, pelo bairro da Terronha, até à povoação de Vale de Águia, seguindo depois por estrada municipal até Aldeia Nova e novamente por caminho vicinal até à Capela de São João das Arribas sobranceira ao vale do Douro. Daí o regresso efectua-se por caminhos vicinais passando em Aldeia Nova, Pena Branca, e que no troço final acompanham o Rio Fresno até chegar a Miranda pela zona do Pinhal.

## DESCRIPCIÓN DE LA CAMINADA

La caminada cunsieste an dar ua buolta a pie, de bicicleta ou a caballo atrabeç de las zonas que quédan al norte de la cidade de Miranda de l Douro. Esta ampeça-se an Miranda de l Douro seguindo para norte pul camino que sal de l bário de la Terroinha para Bal d'Aila, cuntinando, apuis de chegar a este pobo, pula strada municipal até Aldinuoba, onde a la punta de riba de l lhugar se apanha l camino que lhiba a la Capielha de San Juan de las Arribas a assomar pa l balhe de l Douro. Dende puode-se benir por caminos i rodeiras até Aldinuoba i Peinha Branca, caminos que na sue parte final acumpánhan l Riu Fresno até chegar a Miranda pula zona de l Pinhal.

## OUTROS PERCURSOS NA REGIÃO

Em termos de percursos pedonais nesta região, recomenda-se a Grande Rota da Linha do Sabor (GR24) a partir de Duas Igrejas (consulte o PNDI). Refira-se que a partir de Aldeia Nova existem diversos caminhos vicinais com ligação às povoações do extremo norte do Parque Natural do Douro Internacional, como Paradelá, Ifanes e Constantim, todas elas dignas de visita atenta. Sugere-se ainda o passeio de barco através das arribas do Douro a partir do parque fluvial de Miranda do Douro.

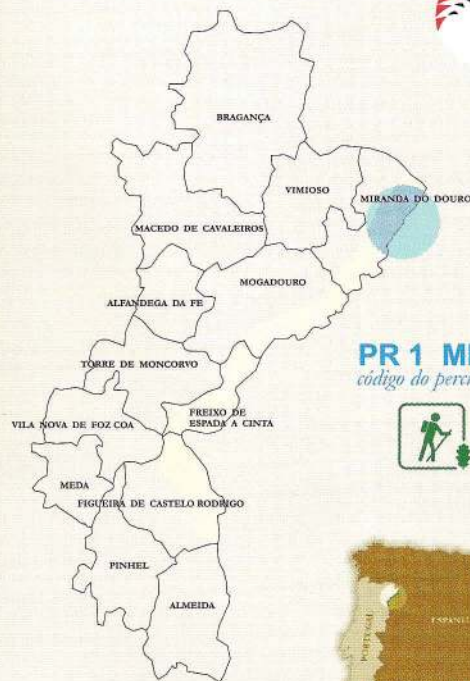
## OUTRAS CAMINADAS NA REGION

An relaçon a percursos a pie nesta region recomenda-se la Grande Ruta de la Linha de l Sabor (GR24) a partir de Dues Igrejas (consultai l PNDI). Ye de referir que a partir de Aldinuoba existen dibersos caminos cun ligaçõn a las aldés de l stremo norte de l Parque Natural de l Douro Anternacional, cumo Paradelá, Infainç i Costantin, todas eilhas dignas de besita cuidada. Sugire-se inda l passeio de barco atrabeç de las arribas de l Douro a partir de l parque flubial de Miranda de l Douro.



Marcos Oliveira

# São João das Arribas San Juan de las Arribas



PR 1 MDR  
código do percurso



## Sinalização do Percurso Pequena Rota

Caminho certo



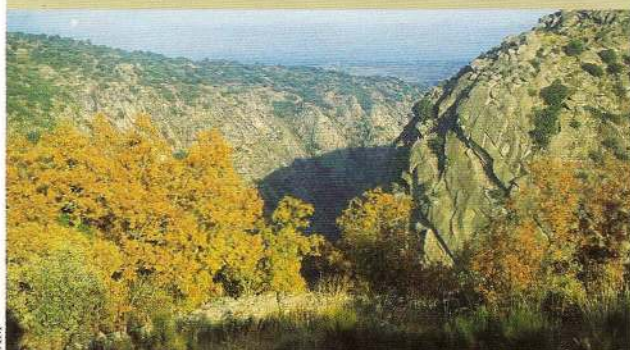
Caminho errado



Mudança de direcção







"Arribas" do Douro

## A REDE DE PERCURSOS DE NATUREZA DO PARQUE NATURAL DO DOURO INTERNACIONAL

O Parque Natural do Douro Internacional, classificado em 1998, localiza-se no Nordeste do país, abrangendo os vales escarpados dos rios Douro e seu afluente Águeda, assim como uma ampla faixa planáltica. Nessa superfície de 85 000 ha concentra-se um conjunto notável de valores paisagísticos, naturais e socio-culturais, que esta Área protegida quer salvaguardar mas também promover em termos de educação ambiental e de turismo de natureza. Nesse âmbito foram identificados, diversos percursos de natureza (Pequenas Rotas e Grandes Rotas), a partir de antigos trilhos e caminhos públicos, que estão agora homologados pela Federação Portuguesa de Campismo e possuem sinalização no terreno.

## LA REDE DE CAMINADAS PUL TERMO DE L PARQUE DE L DOURO ANTERNACIONAL

L Parque Natural de l Douro Anternacional, classificado an 1998, queda ne l Nordeste de l paig, acupando ls balhes scarpados de ls rius Douro i l sou afluente Águeda, assi cumo ua grande tira de la preineira. Nesse spácio de 85 000 ha junta-se un conjunto notable de balores paisagísticos, naturales i sócio-culturales, que esta área protegida quier salvaguardar mas tamien pormober an termos de euidacaõ ambiental i de turismo de la natureza. Nesse sentido fúrun eidentificados, dibersas caminadas pul termo (Pequeinhas Rutas i Grandes Rutas), a partir de antigos carreirones i caminos públicos, que stan agora recoincidos pula Federaçõn Pertuesa de Campismo i ténen sinalizaçõn ne l terreno.

## PAISAGEM/VEGETAÇÃO

O extremo norte do Parque Natural do Douro Internacional constitui uma zona notável do ponto de vista paisagístico, por um lado as superfícies aplanadas da meseta, por outro o vale do Douro que nesta primeira fase do seu percurso fronteiriço encontra-se encaixado nas suas profundas e graníticas "arribas". Neste recanto do Planalto Mirandês presencia-se um cenário rural, com alternância de lameiros, matagais, bosquetes, terrenos cerealíferos.

## PAISAGE/ALBOREDADO

L stremo norte de l Parque Natural de l Douro Anternacional constitui ua zona notable de l punto de bista de la paisage, por un lhado ls suolos aprainados de la meseta, por outro l balhe de l Douro que nesta purmeira fase de l sou percurso fronteiriço ancontra-se angalgueirado nas sues fondas i ampiconadas "arribas". Nesta squina de l Praino Mirandês persencia-se un ouniberso rural, cun alternância de cerrados, matorrales, touças i terras de pan.

## ASPECTOS SOCIO-CULTURAIS

Uma das maiores atrações deste percurso é sem dúvida a própria cidade de Miranda do Douro, com o seu admirável centro histórico, (de destacar a Sé, a Rua da Costanilha e o Museu Terras de Miranda), e o seu enquadramento natural junto às "arribas". O restante itinerário tem inúmeros pontos de interesse em termos culturais, sendo de destacar os elementos da arquitectura popular (moinhos, "corriças" e casario tradicionais, picotas, fontanários, pombais) e os núcleos urbanos antigos de Vale de Águia e Aldeia Nova. A zona envolvente à capela de S. João possui vestígios Arqueológicos pré-históricos, sendo facilmente observáveis as ruínas de um velho luso-romano que entronca na idade do bronze classificado como património nacional desde 1910 (M.N. Decreto 16/6/1910). Aí foram encontrados numerosos vestígios como machados de sílex, pontas de lança em bronze e cobre, objectos em cerâmica, grãos de trigo carbonizado, pedras de moer, moedas, etc. Ao longo dos séculos as pedras de parte da sua muralha primitiva deverão ter sido usadas pelas populações de acordo com as suas necessidades, nomeadamente na edificação de soalcos, muros e pequenas construções associadas à actividade agrícola. Neste mítico local onde S. João é o padroeiro, realiza-se todos os anos, no primeiro Domingo de Maio uma importante festividade com procissão e missa campal onde afluem centenas de pessoas.

## CURJIDADES SOCIO-CULTURALES

Ua de las maiores atrações desta caminada ye sien dúbuda la própria cidade de Miranda de l Douro, cul sou admirable centro stórico, (de çtacar la Sé, la Rue de la Costanilha i l Museu Tierras de Miranda), i l sou anquadramiento natural a la borda de las "arribas". L resto de l eitinerário ten cinúmaros puntos de anteresse an termos culturales, merecendo special atençaõ l'arquitectura popular (molinos, corriças i casariu tradicionales, ciguonhos, fontanairos, palumbares) i ls núcleos ourbanos antigos de Bal d'Aila i Aldinuoba. La zona ambolbiente a la capiella de San Juan ten sinales arqueológicos pré-stóricos, sendo facelemente ousserbables las marcas dun bielho castro luso-romano que antronca na eidade de l bronze classificado cumo patrimõho nacional dezde 1910 (M.N. Decreto 16/6/1910). Ende fúrun ancuntrados numerosos bestígiõs cumo machados de sílex, puntas de lhança an bronze i cobre, pieças an cerâmica, granos de trigo an carbon, piedras de moler, monedas, etc. Atrabeç de ls tiempos las piedras de parte de la sue muralha primitiba deberan tener sido outelizadas pulas populações de acuerdo cun las sues necidades, lomeadamente an paredones, paredes i pequenhas construções ligadas a la atebidade agrícola. Neste mítico lhugar onde San Juan ye l patrono, fai-se todos ls anhos, ne l purmeiro Deimingo de Maio ua amportante fiesta cun porçiõn i missa campal aonde acúden centenas de pessoas.

## FAUNA

As encostas do Douro albergam bosques e espessos matagais que são o refúgio da Raposa, do Javalí e do Corço. Nos céus, não é raro detectar o voo planado de duas espécies de aves necrófagas, o Abutre do Egípto e o Grifo. A Cegonha-preta, a Águia-real, o Bufo-real, a Gralha-bico-vermelho e o Andorinhão são outras aves rupícolas que também ocorrem nesta área.

## ANIMALES

Las encuostas de l Douro stan chenas de touças i grandes matorrales que son l scundideiro de la Raposa, de l Cochino Brabo i de la Cabra Braba. Ne ls cielos, nun ye ralo ber l bolo assossegado de dues culidades de abes que se alimentan de cadabres de animales, l Menhoto i l'Aila Burreinha/Burreira. La Ciguonha-negra, l'Aila/Águila-caçadeira, l Bufo-rial, l choio i l zirro/zielro son outras abes rupícolas que tamien aparécen por qui..





## Parque Natural do Douro Internacional Parque Natural de l Douro Anternacional



AM  
*Sé de Miranda do Douro*



AB  
*Capela de São João*



AM  
*Freixo centenário*



AB  
*Museu Terras de Miranda*



AB  
*Zimbros*

### O PERCURSO DE NATUREZA PR 1 MDR

A região norte do Parque Natural do Douro Internacional constitui um espaço com elevada riqueza paisagística devido ao contraste entre o vale escarpado (Arribas) do rio Douro e o vasto Planalto Mirandês. Nessa área destacam-se um conjunto de valores faunísticos e florísticos, associados ao património arqueológico, histórico, arquitectónico e etnográfico únicos em todo o país.

### LA CAMINADA PUL TERMO PR1 MDR

La region norte de l Parque Natural de l Douro Anternacional costitui un spácio cua paisage mui rica debido al cuntraste antre l balhe scarpado (Arribas) de l riu Douro i l anchura de l Praino Mirandês. Nessa área çtácana-se un conjunto de balores faunísticos i florísticos, associados al patrimõnho arqueológico, stórico, arquitectónico i eitenográfico únicos an todo l paic.

### Transportes para a região:

#### Transporte próprio:

**A partir de Lisboa** - A1, IP3, IP5, EN 102, EN 220, EN 221

**A partir do Porto** - A4, IP4, EN 317, EN 218

#### Transporte Público: Autocarros

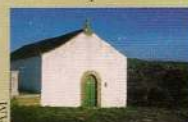
**Santos** (279652188): Autocarros diários de Lisboa (Gare do Oriente - 218956890) e Porto (Campo 24 de Agosto - 225104915) para Miranda do Douro (273432667). Autocarros diários entre esta localidade e Bragança (273326552), Mirandela (278265471), Celorico da Beira (271741241) e Pocinho. Circuitos diários entre as aldeias do concelho de Miranda do Douro.

**RodoNorte** ([www.rodonorte.pt](http://www.rodonorte.pt)): Autocarros diários do Porto (Trav. Passos Manuel) para Miranda do Douro e Mogadouro, com passagem em Mirandela.

**Joalto** ([www.rede-futura.pt/joalto](http://www.rede-futura.pt/joalto)) (217959099): Autocarros diários de Lisboa (Gare do Oriente) para Mogadouro (279342278), com passagem em Celorico da Beira (271742475) e Pocinho (279762702).



AM  
*Carvalho-cerquinho*



AM  
*Capela de São João*



AB  
*Rosmaninho*



AB  
*Arribas do Douro*

### Contactos úteis

**Câmara Municipal de Miranda do Douro**  
Telefone: 273 431 216

**Região de Turismo do Nordeste Transmontano**  
Telefone: 273 331 078

**Junta de Castilla León - Parque Natural de Arribes del Duero Salamanca**

Telefone: 00 34 923 29 60 26  
Fax: 0034 923 29 60 41

**Zamora**

Telefone: 00 34 980 5596 00  
Fax: 00 34 980 52 69 91

**Guarda Nacional Republicana (Posto de Miranda do Douro)**

Telefone: 273 431 411

**Guarda Nacional Republicana (Posto de Sendim)**  
Telefone: 273 739 211

**Bombeiros de Miranda do Douro**

Telefone: 273 432 122  
**Bombeiros de Sendim**  
Telefone: 273 739 606

**Parque de Campismo de Miranda do Douro**

Telefone: 273 431 273

### Recomendações

- Não realize percursos pedestres sozinho
- Use roupa e calçado confortável
- Nos períodos mais frios e chuvosos, use roupa quente e impermeável
- Leve sempre água e alimentos para percursos mais longos
- Não se aproxime dos precipícios
- Utilize apenas os caminhos públicos, preferencialmente os sinalizados

### Atenção

- Evite o ruído e a perturbação da fauna, pois, para além de ser prejudicial para algumas espécies, dificulta a sua observação (a aproximação a ninhos é proibida)
- Ajude-nos a manter o parque limpo, leve o lixo consigo até ao contentor mais próximo
- O fogo pode ser muito perigoso, por favor não faça lume e tenha cuidado com as beatas dos cigarros

### Sede:

Mogadouro  
Rua de Santa Marinha, 4,  
5200 MOGADOURO  
Tel.: (351) 279 340 030  
Fax: (351) 279 341 596  
**pndi@icn.pt**

### Delegações:

Rua do Convento  
Palácio da Justiça  
5370 MIRANDA DO DOURO  
Tel.: (351) 273 431 457  
Fax: (351) 273 431 457

Largo do Outeiro  
5180 FREIXO DE ESPADA À CINTA  
Tel.: (351) 279 658 130  
Fax: (351) 279 658 130

Rua Artur Costa, N.º 6 - 1.º  
6440 FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO  
Tel.: (351) 271 313 382  
Fax: (351) 271 313 382

*Edição:* Parque Natural do Douro Internacional

*Responsáveis pela Edição:* António Monteiro, Ana Berliner

*Textos geologia:* Alves M., Dias G., Brilha J., Pereira D. (DCT - Universidade do Minho)  
Ferreira N., Castro P. (Instituto Geológico e Mineiro)

*Tradução/Mirandês:* Prof. Domingos Raposo

*Fotografias:* Ana Berliner (AB), António Jorge Barros (AJB), António Monteiro (AM)

*Fotografia da Capa:* Ana Berliner (AB)

*Composição e execução gráfica:* Intermezzo







Barragem



Pombal tradicional



Informações



Embarcadouro



Monumento



Igreja



Parque de campismo



Panorama



Monumentos pré-históricos



Parque de merendas



Artesanato



Circuito Náutico



Arquitectura popular tradicional

### Localização

Local: Miranda do Douro / Aldeia Nova  
Freguesia de Miranda do Douro  
Concelho de Miranda do Douro  
Trás-os-Montes / Alto Douro

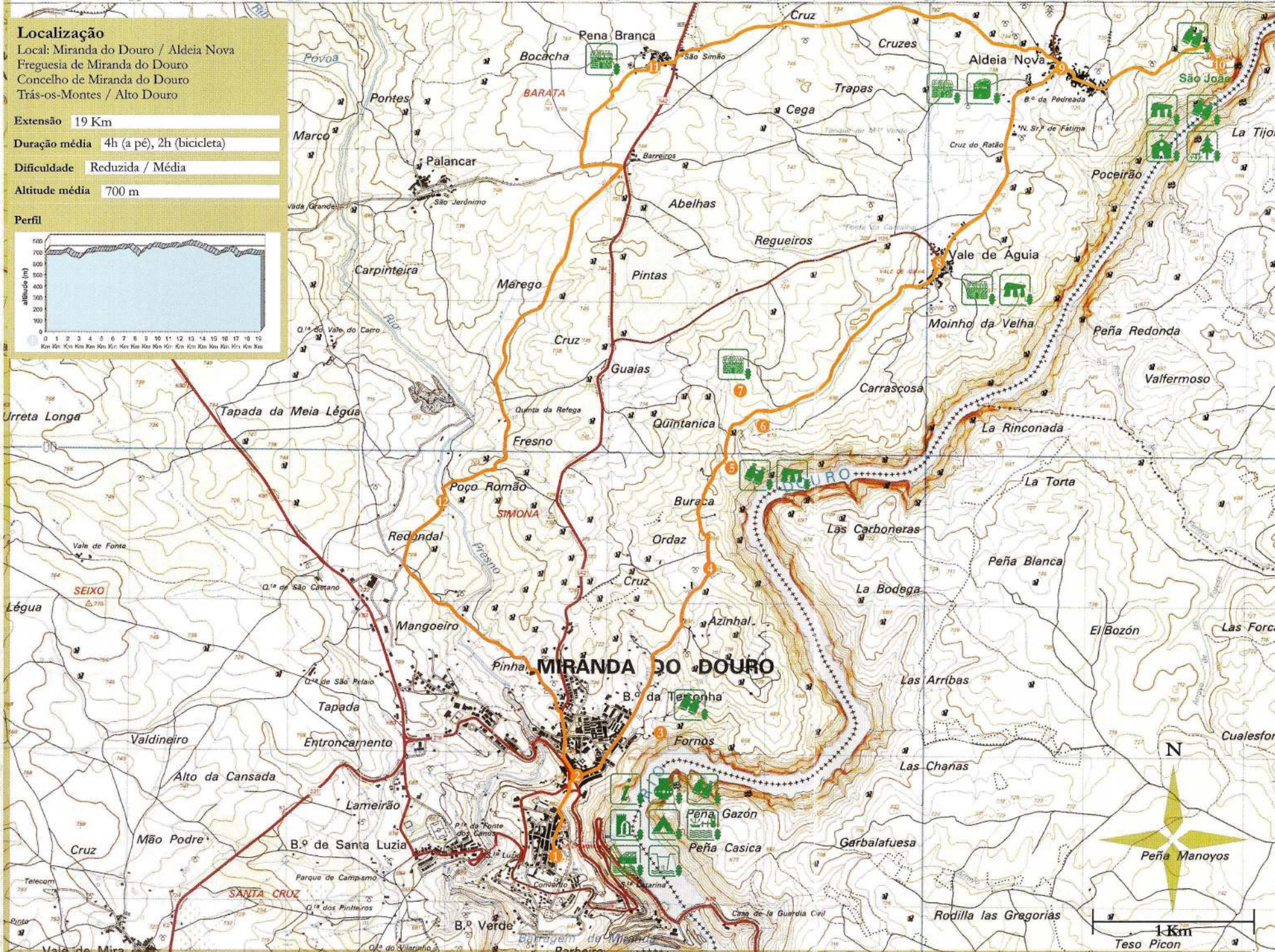
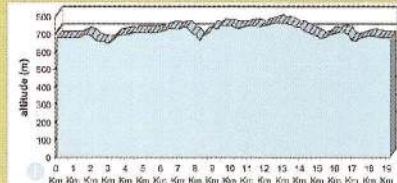
Extensão 19 Km

Duração média 4h (a pé), 2h (bicicleta)

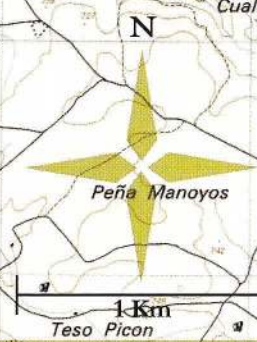
Dificuldade Reduzida / Média

Altitude média 700 m

### Perfil



- 1 Sé de Miranda do Douro
- 2 Miranda do Douro (Início do percurso)
- 3 Vista para o Penedo Amarelo ("2")
- 4 Fraga - Resvalina
- 5 Castrilhough - ruínas de um castro, e Miradouro sobre vale do Douro
- 6 Ribeira dos Moinhos
- 7 Corriça tradicional com cobertura em giesta
- 8 Igreja e casario tradicional em Vale de Águia
- 9 Igreja e casario tradicional em Aldeia Nova
- 10 Castro e capela do São João e paisagem sobre vale do Douro
- 11 Pena Branca
- 12 Pontão sobre o Rio Fresno



Percurso Principal  
Dehesa de Villanueva

Adaptado da Carta Militar de Portugal n.º 81 (Escala 1/25000) com autorização do Instituto Geográfico do Exército