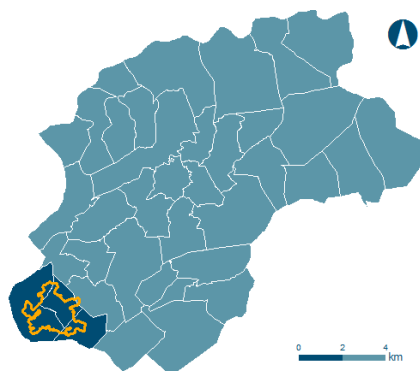
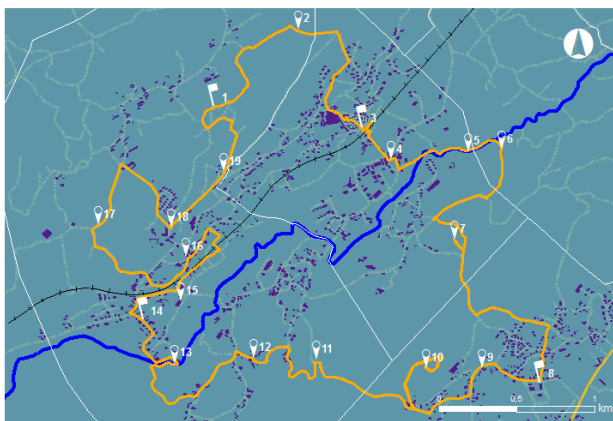


# A Volta do Rio Este

*por We Braga*



Vivenciar uma envolvente de forte matriz agrícola, caminhar pelas margens do rio Este entre o seu ecossistema ribeirinho, calcorrear as ruas centrais de Arentim, Cunha, Ruilhe e Tebosa, conhecendo os seus recantos mais pitorescos, percorrer bucólicos caminhos campestres e trilhos florestais e, ainda, retemperar forças e fazer um piquenique no Parque da Lavegada, é o convite feito por este percurso. São cerca de 16km que acompanham, em parte, o Trilho de Arentim e Cunha, sendo percorridos entre os campos de cultivo do vale do rio Este e a floresta dos montes circundantes, proporcionando um íntimo contacto com um território onde a atividade agrícola ainda domina a paisagem.



## Pontos de Interesse

- 1- Parque e Moinho da Lavegada  
(41.498255;-8.508834)
- 2- Monte da Amarela
- 3- Bairro e Escadório de Ruilhe (Miradouro)  
(41.497075; -8.497486)
- 4- Casas do Lugar de Este
- 5- Margens do Rio Este e Moinho
- 6- Trilho em Mata Autóctone
- 7- Penedo dos Ladrões
- 8- Igreja Paroquial de Tebosa (41.482372;  
-8.483746)

- 9- Casa de Cadói
- 10- Alto da Bandeira e panorâmica
- 11- Encosta de Samoça
- 12- Igreja Velha de Arentim
- 13- Campos de Outeiro e margens do Rio Este
- 14- Junta de Freguesia de Arentim (41.485920;  
-8.514216)
- 15- Igreja Nova de Arentim
- 16- Capela de Nossa Senhora das Neves ou de  
São Gonçalo
- 17- Zona de proteção da Mamoa de Cunha
- 18- Cruzeiro de Cunha
- 19- Capela de Nossa Senhora do Carmo

## DADOS TÉCNICOS

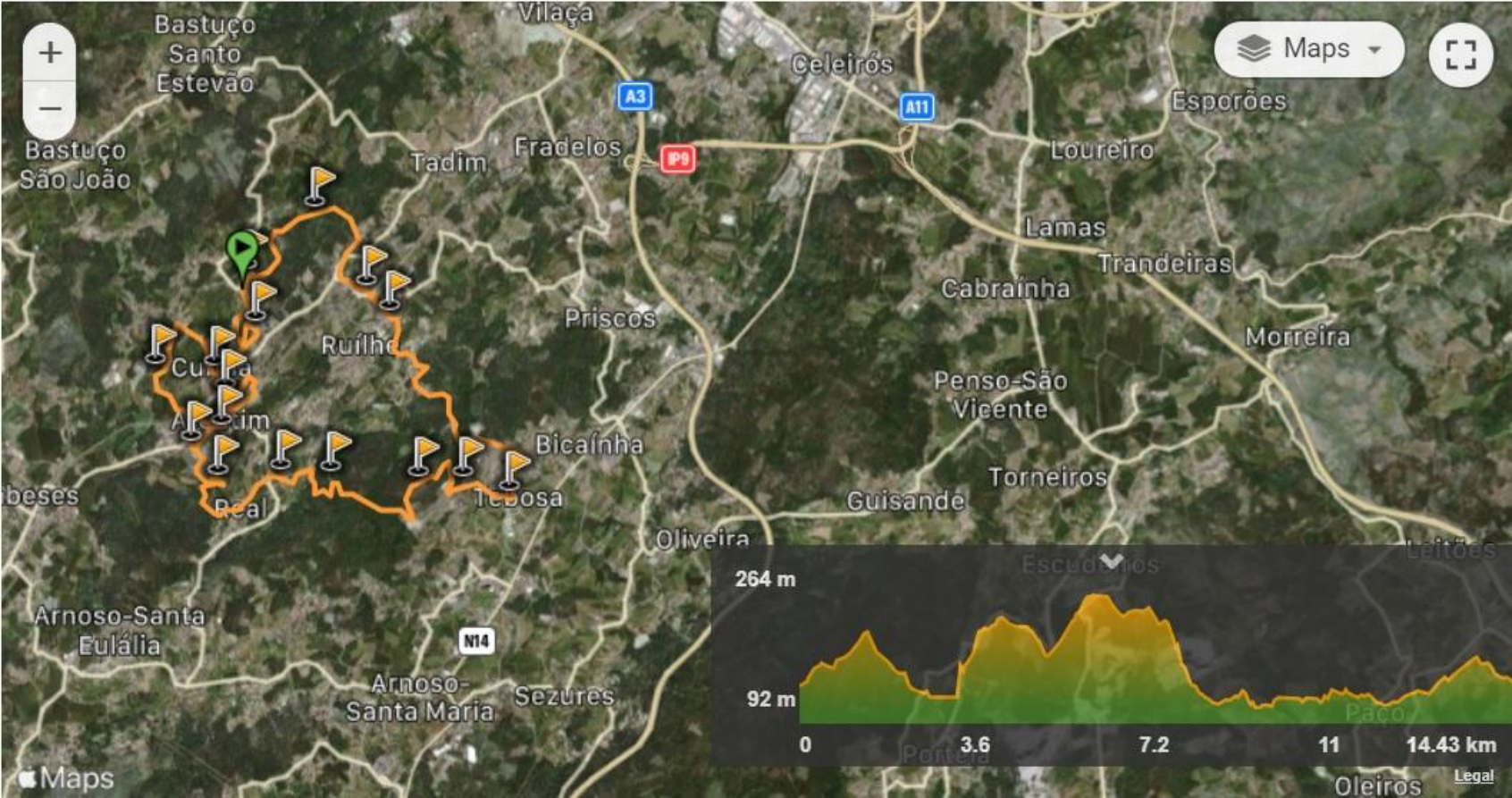
**Distância** – 16,0km

**Tempo** – 5h40m

**Dificuldade** – 3/5 Médio

**Desnível positivo** – 535m

**GPS** – [www.tiny.cc/voltareste](http://www.tiny.cc/voltareste)



Maps



Apple Maps



Oleiros Legal