

23
NOV

DAS AZENHAS DO SEVER
AO RIBEIRO DO LAPÃO
MONTALVÃO

12,5KM

GRAU DE DIFICULDADE



III ALGO DIFÍCIL

CAMINHOS DE NISA

AO ENCONTRO DO PATRIMÓNIO
CAMINHADAS 2019



PROGRAMA PREVISTO

DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO
19 DE NOVEMBRO

INSCRIÇÕES
GRATUITAS
(OBRIGATÓRIAS)

ONLINE EM:
WWW.CM-NISA.PT

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONTATAR:

MUNICÍPIO DE NISA

SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-MAIL: CAMINHOSDENISA@GMAIL.COM

TELEFONE: 245 410 000 EXTENSÃO: 317 / 351

TELEMÓVEL: 968 332 741

📍 PUNTO DE ENCONTRO: Cine-Teatro de Nisa

Duração: 4 horas Distância: 12,5km

08H00: Concentração junto ao Cine-Teatro de Nisa

08H15: Partida de Nisa em autocarro para Montalvão

08H50: Boas vindas e briefing técnico (junto à Igreja Matriz de Montalvão)

09H00: Início da caminhada

10H30: Reabastecimento 1 (Azenha do Moinho Branco)

12H00: Reabastecimento 2 (após a vereda da Azenha do Moinho Branco)

13H30: Chegada prevista a Montalvão, seguida de almoço convívio sob o mote "Leva do teu e come de todos" no recinto de festas de Montalvão

15H30: Regresso a Nisa em autocarro

PONTOS DE INTERESSE: Chafariz de Pales, Montes da Queijeira e da Pobreza, Rio Sever, Foz da Ribeira de S. João, Azenha do Moinho Branco, Ribeira do Lapão e Capela de Santa Margarida



CÂMARA
MUNICIPAL
NISA

INFORMAÇÕES

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação é **GRATUITA**, mas de inscrição obrigatória via Googleforms

ATÉ A 19 DE NOVEMBRO.

Qualquer dúvida ou alteração deverá contactar: caminhosdenisa@gmail.com ou através do **968332741 / 245 410 000 - extensão 317 / 351.**

A INSCRIÇÃO INCLUI

Participação no evento, seguro, reabastecimentos, documentação, transporte de ligação ao local do percurso, viatura de apoio, enquadramento técnico e acompanhamento.

ALMOÇO CONVÍVIO NO FINAL DA CAMINHADA

A participação no almoço convívio partilhado é **facultativa** e terá lugar no recinto de Festas de Montalvão, sob o mote “**Leva do teu e come de todos!**”

FICHA TÉCNICA DO PERCURSO

Designação: Caminhos de Nisa ao Encontro do Património - “Das Azenhas do Sever ao Ribeiro do Lapão”

Início/Fim: Montalvão (junto à Igreja Matriz)

Distância: 12,5 km, circular

Desníveis acumulados em metros: D+289 / D-289

Elevação Mínima: 131 m

Elevação Máxima: 334 m

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: III - Algo Difícil

Principais Pontos de Interesse: Chafariz de Pales, Montes da Queijeira e da Pobreja, Rio Sever, Foz da Ribeira de S. João, Azenha do Moinho Branco, Ribeira do Lapão e Capela de Santa Margarida.

RECOMENDAÇÕES PARA UMA BOA MARCHA

- É imprescindível o uso de roupa e de calçado adequado à prática de trekking/caminhada (impermeável e respirável), c/ meias de microfibras s/ costuras)
- Chapéu ou boné
- Protetor Solar
- Mochila cómoda (c/ fruta, comida energética e água)
- Cajado ou bastão articulado
- Máquina fotográfica

PROGRAMA PREVISTO

Ponto de Encontro: Cine-teatro de Nisa

08h15: Partida de Nisa em autocarro municipal para Montalvão

08h50: Boas vindas e briefing técnico

09h00: Início da caminhada

10h30: Reabastecimento 1 (Azenha do Moinho Branco)

12h00: Reabastecimento 2 (após a vereda da Azenha do Moinho Branco)

13h30: Chegada prevista a Montalvão, seguida de almoço convívio partilhado (facultativo) sob o mote “Leva do teu e come de todos!”

15h30: Regresso a Nisa em autocarro municipal

PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar do evento, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições.

Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição.

Todos os participantes podem exercer o seu **direito de acesso, retificação ou anulação dos dados pessoais**, enviando um e-mail para: caminhosdenisa@gmail.com

MUNICÍPIO DE NISA
SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-mail: caminhosdenisa@gmail.com
Telefone: 245 410 000 Extensão: 317 / 351
Telemóvel: 968 332 741



CÂMARA
MUNICIPAL
NISA