



**INSCRIÇÕES
GRATUITAS
(OBRIGATÓRIAS) EM:**

WWW.CM-NISA.PT

DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO: 20 ABRIL

**MUNICÍPIO DE NISA
SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER
E-MAIL: SOCIOCULTURAL@CM-NISA.PT**

**TELEFONE: 245 410 000 EXTENSÃO: 317/351
TELEMÓVEL: 968 332 741**



23 DE ABRIL

ROTA DO MEGALÍTICO

 **NISA**

 **PONTO DE ENCONTRO: CINE-TEATRO DE NISA**

DURAÇÃO: 3H30/4H00

DISTÂNCIA: 15,5 KM

GRAU DE DIFICULDADE



II FÁCIL

PROGRAMA PREVISTO

08H00: CONCENTRAÇÃO EM NISA JUNTO AO CINE-TEATRO

08H15: DESLOCAÇÃO EM AUTOCARRO MUNICIPAL PARA O LOCAL DE INÍCIO (S.GENS)

08H50: BOAS-VINDAS E BRIEFING TÉCNICO

09H00: INÍCIO DA CAMINHADA

10H30: REABASTECIMENTO 1 (SARAGONHEIROS - 7,5KM)

12H30: REABASTECIMENTO 2 (MARFEIRA - 13,5KM)

13H00: CHEGADA PREVISTA AO MENHIR DO PATALOU E REGRESSO A NISA EM AUTOCARRO MUNICIPAL

NOTA: ALMOÇO LIVRE

PONTOS DE INTERESSE

ANTA I DE S. GENS - ERMIDA DE S. GENS (RUÍNAS) - FURDÃO DOS MONIZES - MARCO GEODÉSICO DOS SARAGONHEIROS - NECRÓPOLE MEGALÍTICA DOS SARAGONHEIROS (ANTAS II, IV E I) - SEPULTURA ANTROPOMÓRFICA DOS ROMBEIROS POLDRAS DA RIBEIRA DE FIGUEIRÓ / TAPADA DO VALE DO RIBEIRO - ANTA DAS FONTAÍNHAS - MENHIR DO PATALOU



**CÂMARA
MUNICIPAL
NISA**



INFORMAÇÕES

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação é **GRATUITA**, mas de inscrição obrigatória **ATÉ 20 DE ABRIL** via formulário disponível em www.cm-nisa.pt

Qualquer dúvida ou alteração deverá contactar:

Através do e-mail: sociocultural@cm-nisa.pt ou através dos números: **968 332 741** ou **245 410 000** - extensão **317 / 351**

A INSCRIÇÃO INCLUI

Participação no evento, seguro, reabastecimento, documentação, transporte de ligação ao local do percurso (caso seja fora de Nisa), viatura de apoio, enquadramento técnico e acompanhamento.

FICHA TÉCNICA DO PERCURSO

CAMINHOS DE NISA AO ENCONTRO DO PATRIMÓNIO 2022: "ROTA DO MEGALÍTICO"

Início: Anta I de S. Gens / **Fim:** Menhir do Patalou;

Distância: 15,5 km, linear;

Desníveis acumulados em metros: D+151 m (subidas); D-114 m (descidas);

Elevação mínima: 277 m;

Elevação média: 312 m;

Elevação máxima: 329 m;

Duração prevista: 3h30 a 4h00 horas;

Grau de dificuldade: II – Fácil.

Tipo de Percurso: Linear, de pequena rota, ambiental, paisagístico e por caminhos rurais.

Itinerário: S. Gens - Casa do Florêncio - Saragonheiros - Rombeiros - Tapada do Vale do Ribeiro - Ribeira de Figueiró - Fontainhas - Marfeira - Cadete - Tapada da Bajanca

Principais pontos de interesse:

Anta I de S. Gens - Ermida de S. Gens (Ruínas) - Furdão dos Monizes - Marco Geodésico dos Saragonheiros - Necrópole Megalítica dos Saragonheiros - Sepultura Antropomórfica dos Rombeiros - Poldras da Ribeira de Figueiró - Anta das Fontainhas - Menhir do Patalou;

MUNICÍPIO DE NISA SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-mail: sociocultural@cm-nisa.pt

Telefone: 245 410 000 Extensão: 317 / 351

Telemóvel: 968 332 741

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

08h00: Concentração em Nisa junto ao Cine-teatro

08h15: Deslocação em autocarro Municipal para o local de início (S.Gens)

08h50: Boas-vindas e briefing técnico

09h00: Início da caminhada

10h30: Reabastecimento 1 (Saragonheiros - 7,5km)

12h30: Reabastecimento 2 (Marfeira - 13,5km)

13h30: Chegada prevista ao Menhir do Patalou e regresso a Nisa em autocarro municipal

Nota: Almoço livre

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: sociocultural@cm-nisa.pt



CÂMARA
MUNICIPAL
NISA

