



**INSCRIÇÕES  
GRATUITAS  
(OBRIGATÓRIAS) EM:**

**WWW.CM-NISA.PT**

**DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO: 28 SETEMBRO**

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

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

**01 DE OUTUBRO**

## **ROTA DAS ALDEIAS** O MELHOR DOS PERCURSOS DE SÃO MATIAS

 **SÃO MATIAS**

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

**DURAÇÃO: 2H30/3H00**

**DISTÂNCIA: 11,4 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  
(CHÃO DA VELHA)**

**08H50: BOAS-VINDAS E BRIEFING TÉCNICO**

**09H00: INÍCIO DA CAMINHADA**

**10H00: REABASTECIMENTO (VELADA - 4,7KM)**

**12H00: CHEGADA PREVISTA AO CHÃO DA VELHA E REGRESSO A NISA EM AUTOCARRO  
MUNICIPAL**

**NOTA: ALMOÇO LIVRE**

### **PONTOS DE INTERESSE**

**ALDEIAS DO CHÃO DA VELHA, CACHEIRO E VELADA - FORNO COMUNITÁRIO DO CACHEIRO  
- IGREJA PAROQUIAL DE SÃO MATIAS DO CACHEIRO - CONSTRUÇÕES EM XISTO - CANAL  
DE QUEDA D'ÁGUA E CÂMARA DE CARGA DA CENTRAL HIDROELÉTRICA DA VELADA**



**CÂMARA  
MUNICIPAL  
NISA**



# INFORMAÇÕES

## CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação é **GRATUITA**, mas de inscrição obrigatória **ATÉ 28 DE SETEMBRO** via formulário disponível em [www.cm-nisa.pt](http://www.cm-nisa.pt)

Qualquer dúvida ou alteração deverá contactar:

Através do e-mail: [sociocultural@cm-nisa.pt](mailto:sociocultural@cm-nisa.pt) ou através dos números: **968 332 741** ou **245 410 000** - extensão **317**

## 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 DAS ALDEIAS - O MELHOR DOS PERCURSOS DE S. MATIAS"**

**Início / Fim:** Aldeia do Chão da Velha;

**Distância:** 11,4 km, circular

**Desníveis acumulados em metros:** D+402 m (subidas); D-402 m (descidas);

**Elevação mínima:** 170 m;

**Elevação média:** 244 m;

**Elevação máxima:** 300 m;

**Duração prevista:** 2h30 a 3h00;

**Grau de dificuldade:** II – Fácil

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

**Itinerário:** Chão da Velha - Cacheiro - Velada - Canal de queda d'água e Câmara de carga da Central Hidroelétrica da Velada - Chão da Velha

## Principais pontos de interesse:

Aldeias do Chão da Velha, Cacheiro e Velada, Forno Comunitário do Cacheiro, Igreja Paroquial de S.Matias do Cacheiro, construções em xisto, Canal de queda d'água e Câmara de carga da Central Hidroelétrica da Velada

## MUNICÍPIO DE NISA SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

**E-mail:** [sociocultural@cm-nisa.pt](mailto:sociocultural@cm-nisa.pt)

**Telefone:** 245 410 000 **Extensão:** 317

**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
- Lanterna ou frontal
- Repelente de insetos

## PROGRAMA PREVISTO

**08h00:** Concentração em Nisa junto ao Cine-teatro

**08h15:** Partida em autocarro municipal para o local de início da caminhada (Chão da Velha)

**08h50:** Boas-vindas e briefing técnico

**09h00:** Início da caminhada

**10h00:** Velada - reabastecimento (4,7km)

**12h00:** Chegada prevista ao Chão da Velha/ fim da caminhada 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](mailto:sociocultural@cm-nisa.pt)



CÂMARA  
MUNICIPAL  
NISA

