CICLISMO
Beira baixa
RUTAS DE CICLISMO

LEYENDA DE LAS RUTAS

RUTAS

- RUTA VERDE (Dificultad média / fácil)
- RUTA AMARILLA (Dificultad média / difícil)
- RUTA ROJA (Dificultad muy difícil)

- SALIDA RUTA VERDE
- SALIDA RUTA AMARILLA
- SALIDA RUTA ROJA
- DIRECCIÓN RUTA VERDE
- DIRECCIÓN RUTA AMARILLA
- DIRECCIÓN RUTA ROJA

MONUMENTOS

- MONUMENTOS / MUSEOS
- ALDEAS HISTÓRICAS
- ALDEAS DE XISTO

PAISAGE NATURAL

- PARQUE NATURAL / PAISAGE
- RIOS / EMBALSES / BALNEARIOS SPA

SERVICIOS

- TIENDAS DE BICICLETAS
- TREN
- RESTAURANTES
- AUTOBUS
- ALOJAMIENTO
- CAJERO AUTOMATICO

CLASIFICACIÓN

Dificultad Técnica
TÉCNICA ●●○○○

Dificultad Física
FÍSICA ●●●○○

Calidad del piso de la carretera
PISO ●●●●○

komoot

Rutas digitales con la aplicación Komoot.
El cargamento de la ruta será automatico.
Disponible para ANDROID y IOS.

INDICE

BEIRA BAIXA 02

RUTAS

01 **CASTELO BRANCO** 04
02 **VILA VELHA DE RÓDÃO** 06
03 **TEJO INTERNACIONAL** 08
04 **IDANHA-A-NOVA** 10
05 **PENAMACOR** 12
06 **RAIA** 14
07 **PROENÇA-A-NOVA** 16
08 **OLEIROS** 18
09 **PINHAL** 20
10 **BEIRA BAIXA** 22

FICHA TÉCNICA 25

BEIRA BAIXA

Situado en el centro de Portugal, junto a la frontera, el territorio de la Comunidad Intermunicipal de Beira Baixa reúne una amplia diversidad de elementos materiales e inmateriales que, por una parte, le otorgan una fuerte unidad identitaria y, por otra, una diversidad incomparable extendida por los distintos municipios que la integran: Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Oleiros, Penamacor, Proença-a-Nova y Vila Velha de Ródão.

Bañada por varios ríos (Tajo, Zêzere, Ocreza, Erjas y Ponsul) y rodeada por varias sierras (Gardunha, Malcata, Muradal y Talhadas), la Beira Baixa seduce a cada visitante por la forma en que las tradiciones que la sustentan, cultural y económicamente, se proyectan en una vivencia dirigida al futuro.

Entre la pizarra y el granito, los contrastes geográficos modelan el paisaje natural y la manera en la que sus gentes han ido construyendo los edificios civiles, religiosos y etnográficos. Desde casas construidas en la roca a laderas repletas de terrazas, molinos de viento y de agua, innumerables capillas e iglesias erigidas a costa de la fuerza animal y del ingenio humano, son varias las capas visibles de la presencia humana en la Beira Baixa desde la prehistoria.

La ocupación de estas tierras se remonta al Paleolítico. Por ellas han pasado celtas, visigodos, lusitanos, romanos, árabes, cruzados, templarios, liberales y miguelistas, franceses y republicanos hasta llegar a la época actual, de pertenencia a Europa.

Aquí, la historia permanece en las aldeas y la gastronomía recupera saberes antiguos que merecen ser saboreados con tranquilidad.

Además, el clima también favorece las actividades económicas desarrolladas por las comunidades, especialmente las relacionadas con la tierra y los animales. No se puede afirmar que se conoce la Beira Baixa sin haber probado sus quesos, sus aceites, sus embutidos o su miel, productos que saben aún mejor si se acompañan con un poco de pan, unas tortas de aceite, broa y una buena copa de vino.

Las prácticas y costumbres ancestrales de los habitantes de la Beira Baixa, conocidos como beirões, se han ido preservando a lo largo del tiempo y han acabado aliándose con técnicas más innovadoras, dando como resultado productos agroalimentarios únicos, de carácter fuerte y calidad incomparable.

Adéntrese en este territorio de sabores y texturas paisajísticas compuestas por alcornoques y encinas, olivos y viñas, robles y castaños, pinos y madroños, brezo y romero, manceras y enebro. Y, quién sabe, quizá pueda avistar un buitre —una de las innumerables especies de aves que sobrevuelan la Beira Baixa— desde un mirador o desde la almena de algún castillo. Recorra alguna ruta caminando o en bicicleta y refrésquese en una playa fluvial. Si lo prefiere, también puede visitar iglesias o algún museo, asistir a conciertos o relajarse en un balneario.

Venga a conocer este territorio, situado en el corazón de la Península Ibérica, y viva, sienta y saboree experiencias infinitas.

COMUNIDADE INTERMUNICIPAL DA BEIRA BAIXA

Praça Rainha D. Leonor,
Edifício dos Emblemas, 1º Andar
6000-117 Castelo Branco

272 342 840 | geral@cimbb.pt | www.cimbb.pt

PARAÍSO PARA EL CICLISMO

Por sus características únicas, la región está considerada idónea para la práctica del ciclismo, tanto turístico como deportivo. Esta afirmación se cimienta sobre tres factores que se consideran idóneos para la práctica de este deporte: la orografía, el clima y la red de carreteras.

El paisaje variado, con las suaves y armoniosas curvas de la zona fronteriza o la dureza y belleza de la zona de Pinhal Interior, ofrece una gran variedad sinigual de trayectos, apta para todo tipo de gustos y ciclistas.

El clima favorable, con más de 280 días sin lluvia y temperaturas medias agradables, ofrece condiciones únicas para la práctica de deportes al aire libre. Este es, sin duda, un factor decisivo para la práctica del ciclismo.

La red de carreteras con poca circulación de tráfico rodado es otro factor fundamental. Existen numerosas carreteras por las que podrá circular durante kilómetros sin encontrarse con vehículos automóviles, lo cual permite apreciar y disfrutar del paisaje y del silencio.

La región también cuenta con una variada oferta hotelera que incluye establecimientos de grandes dimensiones y, sobre todo, establecimientos de turismo rural, que constituyen una opción excelente para conocer de cerca las costumbres, los sabores y las tradiciones de la Beira Baixa.

CASTELO BRANCO

bordado de piedra y naturaleza

Con una historia que aúna leyendas, mitos y hechos, Castelo Branco es sinónimo de contemporaneidad, patrimonio y tradiciones. Un ejemplo de ello es la forma en la que el bordado se ha adoptado como un símbolo de la ciudad, ya que está presente en las calzadas y en las fachadas de los edificios.

Además del Centro de Interpretación del Bordado, el Museo Cargaleiro, el Centro de Cultura Contemporánea y la Casa de la Memoria de la Presencia Judía son paradas obligadas de las visitas culturales a Castelo Branco.

QUÉ VISITAR

- Museo Cargaleiro
- Jardines del Paço Episcopal de Castelo Branco
- Centro de Cultura Contemporánea de Castelo Branco
- Museo Judío
- Centro de Interpretación del Bordado de Castelo Branco
- Pórticos Quinientistas / Casco Histórico

www.cm-castelobranco.pt

BORDADOS DE CASTELO BRANCO

CENTRO DE CULTURA CONTEMPORÂNEA

MUSEO CARGALEIRO

JARDINES DEL PAÇO EPISCOPAL

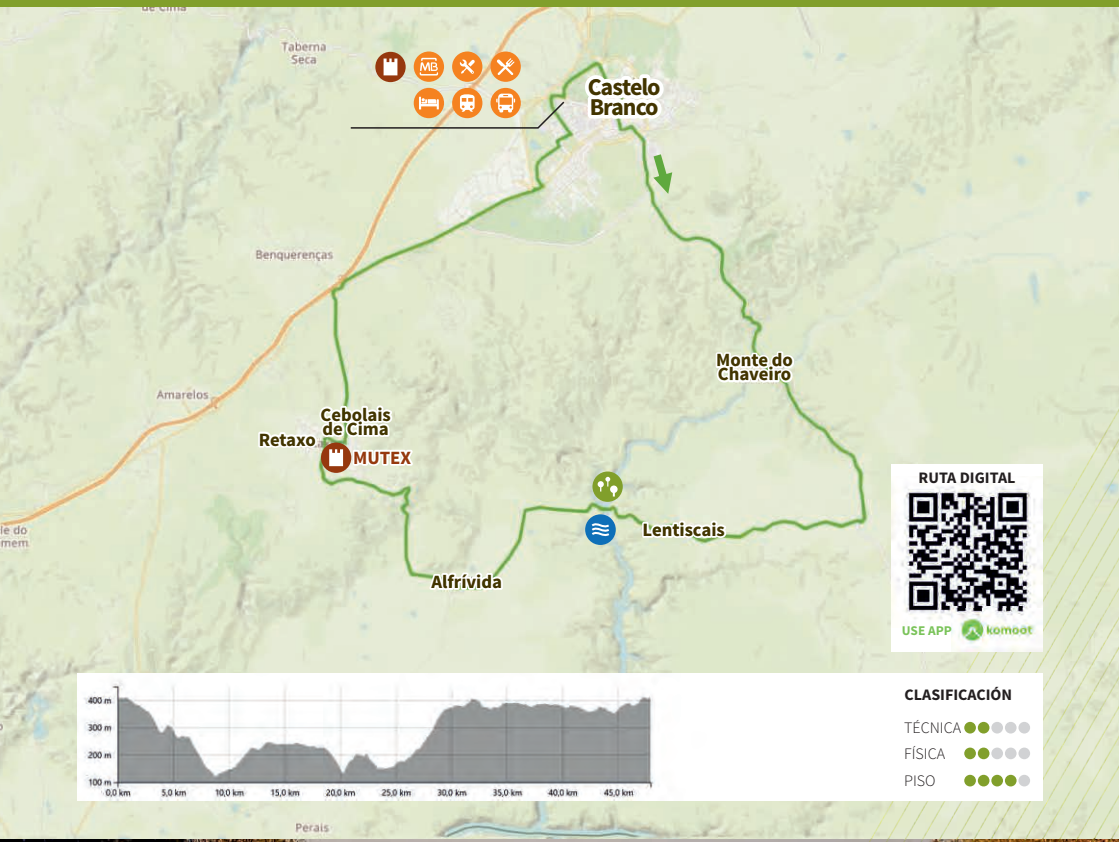
RUTA VERDE

Salida desde el ayuntamiento de Castelo Branco hacia el Parque Natural del Tajo Internacional. Después de salir de la ciudad, hay varios kilómetros de bajadas hasta cruzar el río Ponsul, con vistas amplias al antiguo puente. Continuar hacia Lenticais y hacia el nuevo paso del río en búsqueda de Alfrívida. A continuación, hay 3 km de ascenso hacia Cebolais de Cima, vinculado al sector textil, donde se puede visitar el MUTEX (Museo Textil). Hasta llegar a Castelo Branco, aún quedan varios kilómetros por la N3 hasta la carretera sur de la ciudad, siguiendo por la zona de ocio y algunas avenidas. La ruta termina por la Rua da Mina, desde donde se pueden observar el Museo Francisco Tavares Proença Júnior, el jardín del Palacio Episcopal, la catedral y otros monumentos.

01

580 D+

48,0 KM



RUTA DIGITAL

USE APP komoot

CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●○○○

FÍSICA ●●○○○

PISO ●●●●○

CARRETERA EM 553 ENTRE LENTISCAIS Y ALFRÍVIDA

VILA VELHA DE RÓDÃO

vidas hechas de río

Vila Velha de Ródão cuenta con unos recursos naturales absolutamente incomparables.

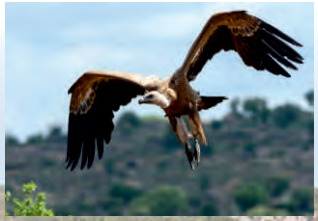
Asentada en las orillas del río, este es uno de los municipios que, junto a Castelo Branco e Idanha-a-Nova, integran el Parque Natural del Tajo Internacional.

Algunos puntos de visita obligada son las Portas de Ródão, la Sierra das Talhadas, el Castillo del Rey Wamba, la aldea de Foz do Cobrão y las Portas de Almourão (un geomonumento escarpado en las orillas del río Ocreza). En todo el entorno residen y anidan aves como los buitres, las cigüeñas negras y los milanos reales.

QUÉ VISITAR

- Monumento Natural de las Portas de Ródão
- Centro de Interpretación de Arte Rupestre y Museo Arqueológico
- Aldea de Foz do Cobrão (Portas de Almourão)
- Núcleo Museológico: O Contrabando | Perais
- Lagar de Varas
- Castillo del Rey Wamba

www.cm-vvrodao.pt



GRIFO / BUITRE

EMBARCADERO FLUVIAL

LAGAR DE VARAS

PORTAS DE RÓDÃO

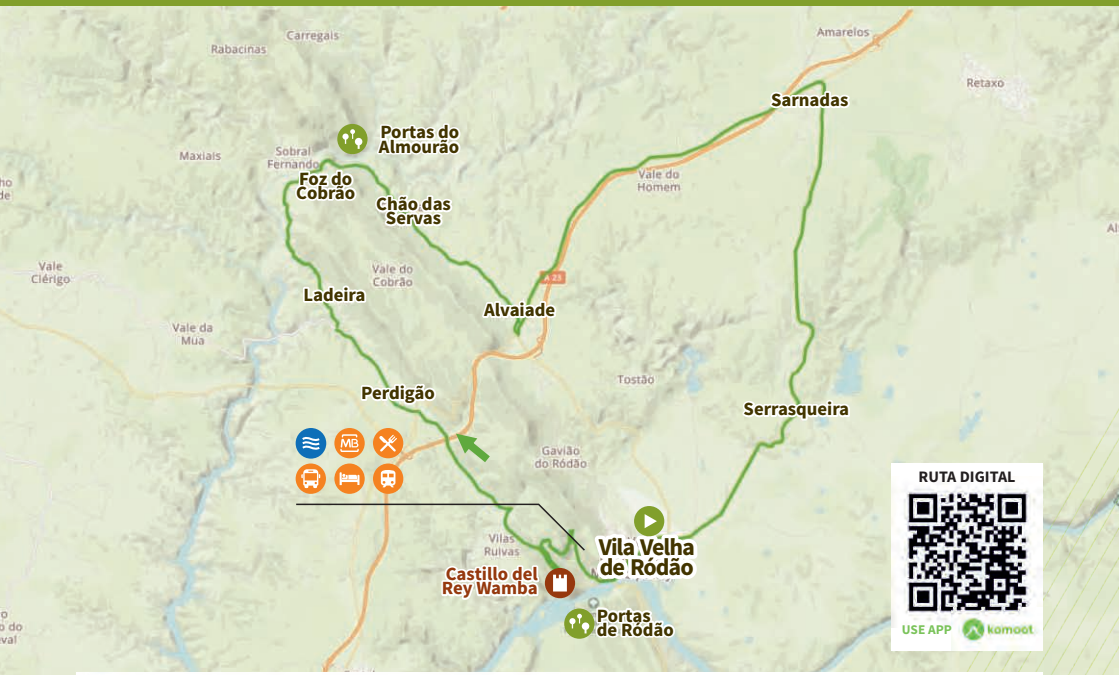
RUTA VERDE

02

720 D+

49,4 KM

La aventura comienza en el embarcadero fluvial de Vila Velha de Ródão. El municipio situado más al sur de la región de Beira Baixa no es solo industria, ya que comprende un conjunto de lugares de gran belleza relacionados con la cercanía al río Tajo, como las Puertas de Ródão, un fenómeno geológico de gran impacto visual. En lo alto se puede visitar el Castillo del Rey Wamba y su mirador panorámico sobre el valle. Seguimos hacia Perdigão, Ladeira y Foz do Cobrão, característicos por sus calles empinadas y empedradas. Después de la subida, avistamos las Portas do Almourão, una visita imprescindible. A continuación, llegamos a Chão das Servas y Alvaiade, donde entramos en la N3 hasta Sarnadas y giraremos a la derecha para bajar de a nuestro destino, en Vila Velha de Ródão.



RUTA DIGITAL

USE APP komoot

CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●○○

FÍSICA ●●●○○

PISO ●●●●○

RIO TAJO VISTO DEL MIRADOR DEL CASTILLO DEL REY WAMBA

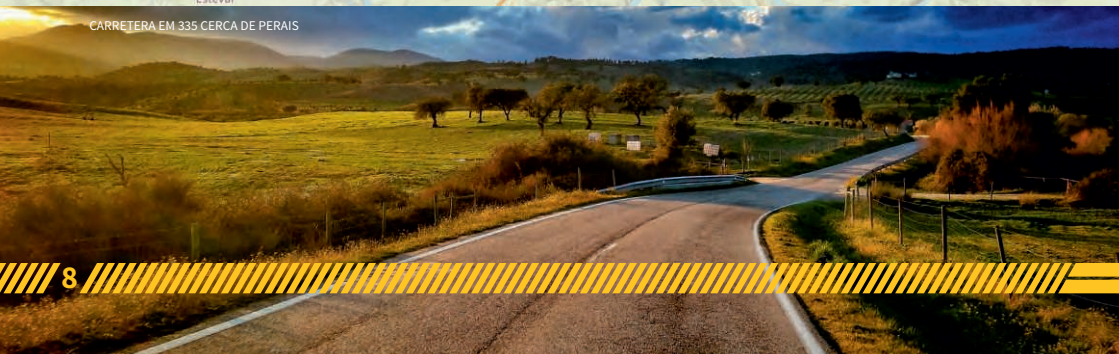
TAJO INTERNACIONAL

Salida desde el ayuntamiento de Castelo Branco para descubrir el valle del río Ponsul y los paisajes del Parque Natural del Tajo Internacional. Hasta el río, hay 9 km de descenso. Después, continuaremos en dirección Lentiscais, donde volveremos a cruzar el Ponsul en busca de Alfrívida.

Desde allí seguimos hasta Perais y empezaremos a avistar Vila Velha de Ródão, una villa industrial que cuenta con lugares de gran belleza, la mayoría de ellos relacionados con la cercanía al río Tajo. El más emblemático de todos es Portas de Ródão, un fenómeno geológico de gran impacto visual que, a su vez, es el punto más estrecho del río en territorio portugués. Después de subir a la sierra, podemos visitar el castillo de Ródão, más conocido como Castillo del Rey Wamba, y su mirador panorámico sobre el Tajo. Desde aquí continuaremos hacia el Oeste, hacia Perdigão, Ladeira y Foz do Cobrão, característicos por sus casas de pizarra y sus calles empedradas. Al salir de esta aldea,

PORTAS DO ALMOURÃO

CASTILLO DEL REY WAMBA


CARRETERA EM 335 CERCA DE PERAIS

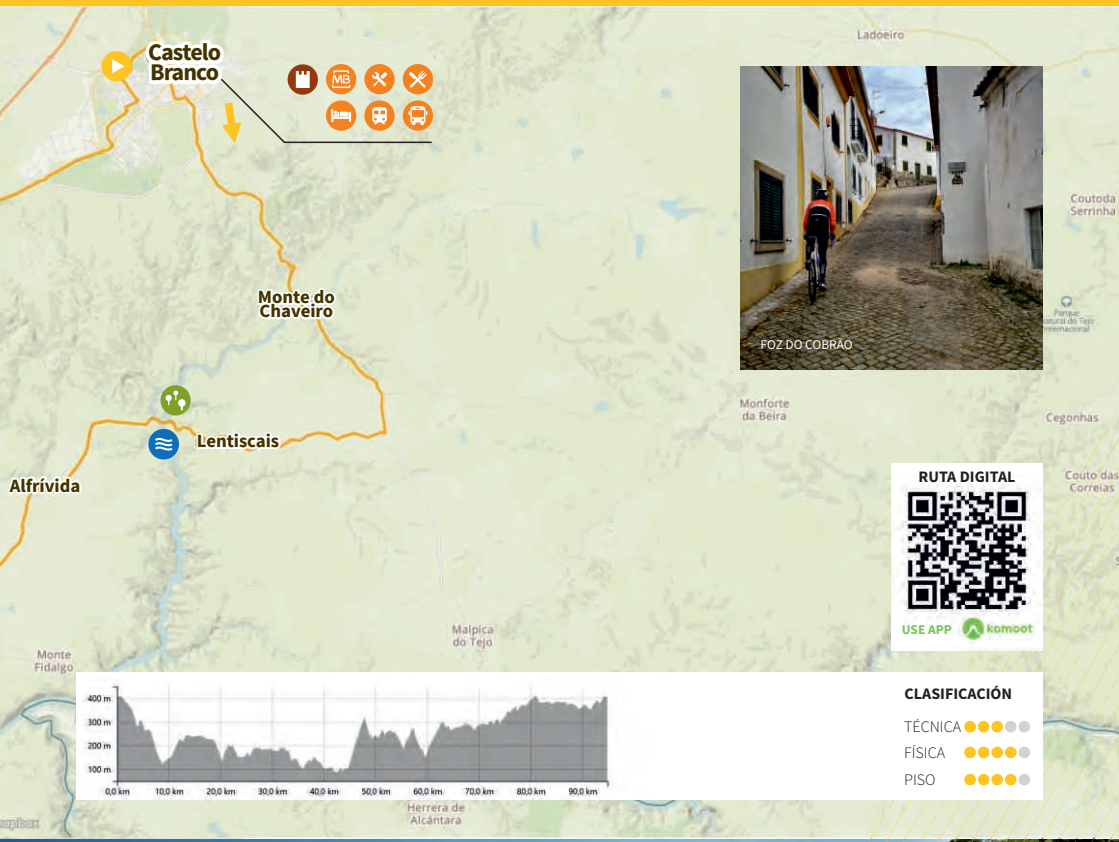
nos espera aproximadamente 1 km de subida, con una inclinación acentuada, que compensa por las vistas que se pueden contemplar al llegar arriba de las Portas do Almourão, otra parada obligatoria. Después, pasaremos por las aldeas de Chão das Servas, Sarnadinha y Alvaiade, donde entraremos en la N3. En esta carretera hay que tener especial cuidado con el tráfico. La N3 nos llevará a la entrada sur de la ciudad de Castelo Branco.

Pasando por la zona de ocio y por algunas de las vías que rodean la ciudad, llegaremos a la entrada norte y a la Rua da Mina.
Hasta el final de la ruta podemos contemplar monumentos de la ciudad, entre los que destacan el Museo Francisco Tavares Proença Júnior, los famosos jardines del Palacio Arzobispal y la Catedral. Finalizamos la ruta por la Alameda da Liberdade y por la apacible zona central de Castelo Branco.

03

1320 D+

94,9 KM



IDANHA-A-NOVA

territorio de fertilidad

Con vestigios del asentamiento de varios pueblos europeos, Idanha-a-Nova invita a visitar con detenimiento y curiosidad Monsanto —cuyas casas están construidas a partir de macizos rocosos—, Idanha-a-Velha —la antigua Egitania romana—, Penha Garcia y su parque iconológico, y Monfortinho —con sus famosas termas—.

Idanha-a-Nova también es tierra de adufes —un instrumento de percusión típico—, músicas antiguas y músicas modernas, por lo que está considerada Ciudad Creativa de la Música de la UNESCO.

Asimismo, sus Misterios de Pascua son candidatos a ser reconocidos como patrimonio cultural inmaterial por la misma institución.

QUÉ VISITAR

- Centro Cultural Raiano
- Núcleo del Aceite - Lagares de Proença-a-Velha
- Aldea histórica de Idanha-a-Velha
- Aldea histórica de Monsanto
- Parque Iconológico de Penha Garcia
- Termas de Monfortinho

www.cm-idanhanova.pt

ADUFES

CENTRO CULTURAL RAIANO

PARQUE ICONOLÓGICO DE PENHA GARCIA

MONSANTO

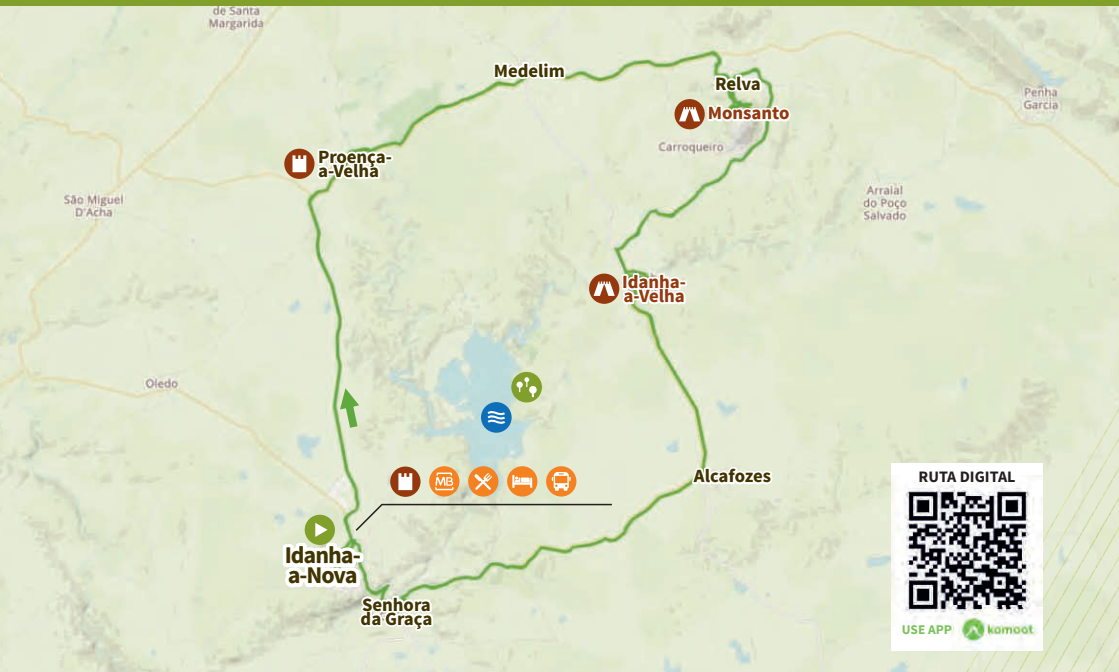
RUTA VERDE

Salimos de la sede del municipio de Idanha-a-Nova, en dirección hacia el norte. Proença-a-Velha será nuestro siguiente destino, desde donde nos dirigiremos a Medelim y a las proximidades de Monsanto. La subida a la aldea histórica se hace por Valado, concretamente por una carretera empedrada que nos traslada a tiempos pasados. La subida es exigente hasta arriba, pero el esfuerzo merece la pena, ya que desde lo más alto se pueden contemplar unas impresionantes vistas de Monsanto. Bajamos en dirección a otra parada obligatoria: Idanha-a-Velha, la antigua Egitania romana. Después, la ruta continúa hacia Alcafozes y Sra. da Graça, con una subida final hasta la villa, que ofrece unas magníficas vistas hacia el valle del Ponsul. Terminamos en el municipio de Idanha-a-Nova.

04

850 D+

59,8 KM



RUTA DIGITAL

USE APP komoot

CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●○○

FÍSICA ●●●○○

PISO ●●●●○

PENAMACOR

paisaje infinito

Con un amplio y vasto paisaje, Penamacor creció alrededor de las murallas del castillo, fundado a finales del siglo XII. Debido a la cercanía a la frontera, muchos de los judíos expulsados de España aquí encontraron abrigo durante los siglos XV y XVI.

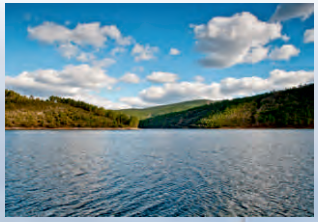
Rico en tradiciones, como el afamado Madeiro, el municipio es muy conocido por el patrimonio natural de Sierra da Malcata, que en su día fue hábitat del lince ibérico y donde está prevista la reintroducción de esta especie.

Territorio de balnearios termales y de turismo ecológico, Penamacor ya tiene aprobada la Carta Europea de Turismo Sostenible - Tierras del Lince.

QUÉ VISITAR

- Torre de Menaje
- Convento de San Antonio
- Casco Histórico de Penamacor
- Reserva Natural de Malcata
- Iglesia Matriz (Águas)
- Geositios de Penamacor (por todo el municipio)

www.cm-penamacor.pt



EMBALSE DE MEIMOA

CONVENTO DE SAN ANTÓNIO

RESERVA NATURAL DE MALCATA

PENAMACOR

RUTA VERDE

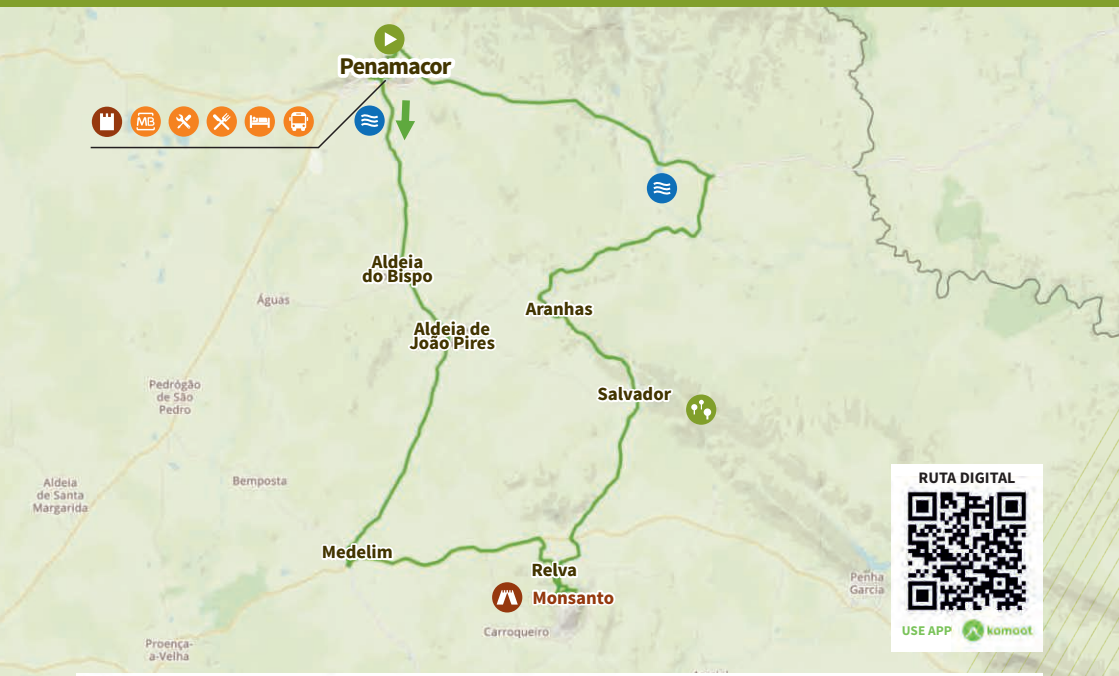
05

Salimos del Jardín de la República, bajando en dirección a Aldeia do Bispo y Aldeia de João Pires, rodando hasta Medelim por carreteras tranquilas con desniveles suaves. En Medelim continuamos en dirección a Monsanto y a la subida por Valado y sus calles empedradas, que nos trasladan a tiempos lejanos. Al final de la subida, entraremos en la aldea histórica que, sin duda, merece la pena visitar.

Después continuamos hacia Salvador en busca de los paisajes del valle del río Bazágueda, el cual cruzaremos algunos kilómetros después de Aranhas.
El paso cercano a Sra. do Bom Sucesso nos lleva de nuevo hacia Penamacor por la ER 346.
Accedemos a Penamacor por la entrada norte, divisando en todo momento la torre del castillo.

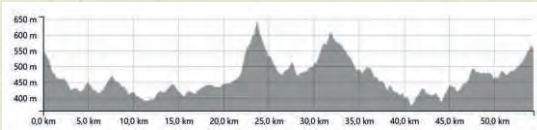
830 D+

54,2 KM



RUTA DIGITAL

USE APP komoot



CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●○○
FÍSICA ●●●○○
PISO ●●●●○

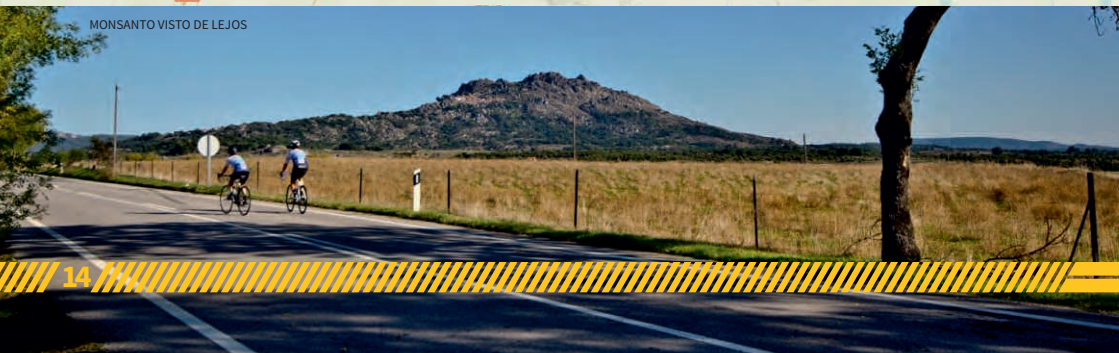
TORRE DE MENAGE

RAYA

Empezamos junto al ayuntamiento de Idanha-a-Nova y atravesamos la localidad en descenso. Después de salir de ella, continuamos descendiendo hasta Sra. da Graça, donde cruzaremos el río Ponsul. A continuación, seguimos en dirección a Alcafozes e Idanha-a-Velha. Las subidas son suaves y el paisaje fronterizo invita a pedalear y a disfrutar de la naturaleza. El desvío hacia Idanha-a-Velha es opcional, pero obligatorio para quienes no conocen esta localidad. Después de abandonar la antigua metrópolis romana, repleta de vestigios milenarios, continuamos el ascenso rumbo a Monsanto, otra aldea histórica conocida como «la más portuguesa de Portugal». La visita a Monsanto (con una pendiente pronunciada) tampoco forma parte de la ruta, pero merece la pena.
Después de Monsanto viene Salvador, cerca de España y la Sierra do Vieiro das Gralhas. En Aranhas giramos hacia el este, pasamos el río Bazágueda y más adelante entramos en la ER 346 en

MONSANTO

MARCO DE LA CARRETERA EN 322

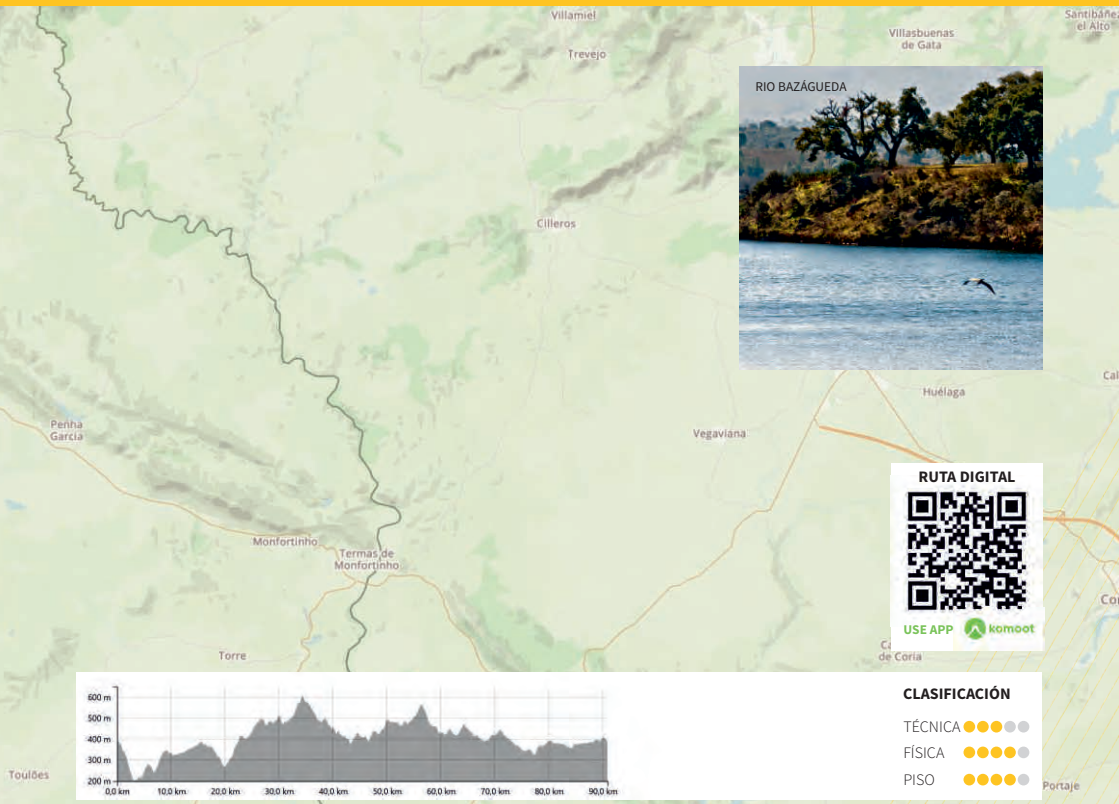

MONSANTO VISTO DE LEJOS

dirección a Penamacor.
En Penamacor aprovechamos para visitar el castillo y las calles del casco histórico. También conocida como Vila Madeiro, esta localidad tiene una arraigada tradición judía. Salimos de Penamacor hacia el sur y vamos en dirección a Aldeia do Bispo, Aldeia de João Pires y de Medelim más adelante. Desde aquí continuamos hacia Proença-a-Velha y finalizamos en Idanha-a-Nova. Esta ruta se caracteriza por los suaves desniveles de la Raya, por los paisajes amplios y por el tono amarillento de los campos de ganado bovino, que en algunos puntos se puede divisar pastando. Es una región con una historia milenaria, repleta de tradiciones ligadas a la cría de ganado, al pastoreo, a la música tradicional, a la rica gastronomía y a la preservación de los productos regionales.
¡Venga a visitar la Raya!

06

1200 D+

90,9 KM



RIO BAZÁGUEDA

RUTA DIGITAL

USE APP komoot

CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●○○
FÍSICA ●●●●○
PISO ●●●●○

PAISAGE RAYANO

PROENÇA-A-NOVA

en el centro del encanto

El bosque, que ocupa la mayor parte del territorio, deja su huella en la vida y en la identidad de Proença-a-Nova. Por ello es tan importante visitar el Centro Ciência Viva da Floresta, que promueve el conocimiento y la cultura científica y tecnológica en torno a este importante recurso medioambiental y económico.

El municipio, que tiene su mayor riqueza en su patrimonio natural y cultural, también cuenta con museos destacados, playas fluviales de óptima calidad, aldeas típicas de pizarra y, además, dispone de instalaciones aptas para turismo de naturaleza e histórico-cultural, como el Centro de Interpretación de Fuertes y Embarcaciones.

QUÉ VISITAR

- Centro de Ciência Viva de la Floresta (Moitas)
- Aldea de Xisto de Figueira
- Museo Isilda Martins (Sobreira Formosa)
- Playas fluviales de Aldeia Ruiva, Alvito, Cerejeira, Fróia y Malhadal
- Escuela de paracaidismo - Sky Fun Center (Moitas)
- Mirador del Cruzeiro da Serra das Talhadas

www.cm-proencanova.pt

CENTRO DE CIÊNCIA VIVA DE LA FLORESTA

ESTRUCTURAS MILITARES DE LA SIERRA DE TALHADAS

PLAYA FLUVIAL DE MALHADAL

PUENTE ROMANO DE SÃO PEDRO DO ESTEVAL

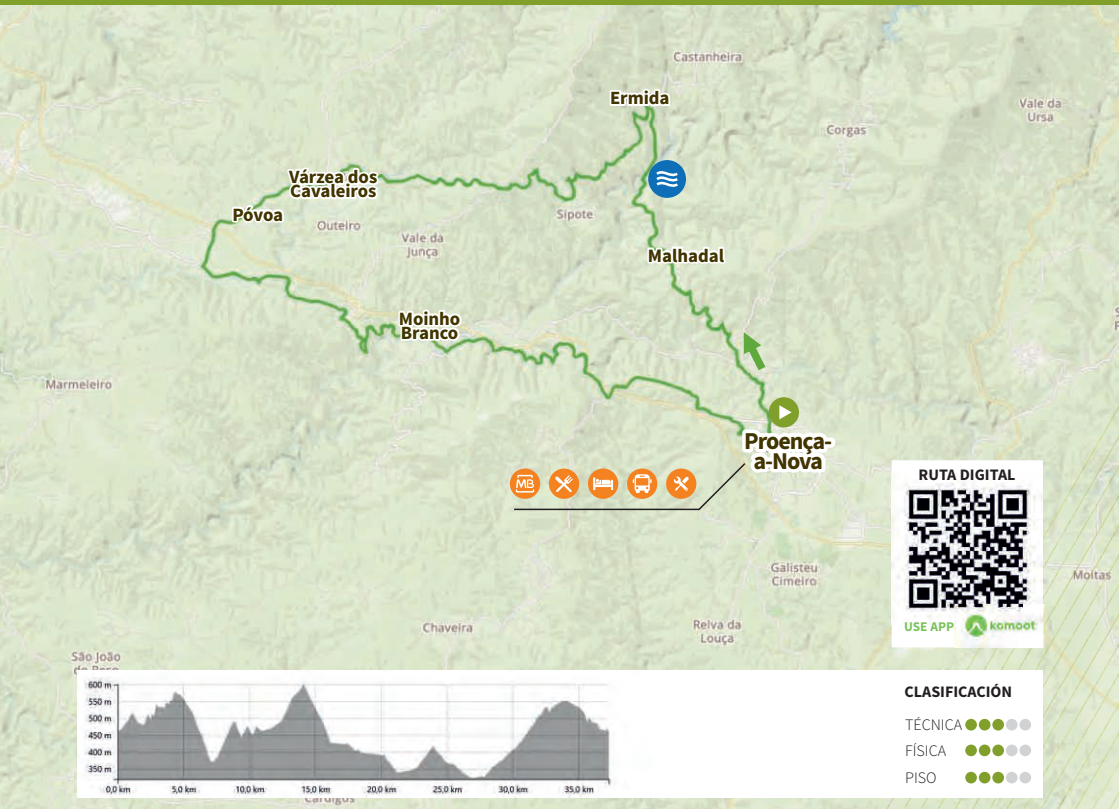
RUTA VERDE

07

790 D+

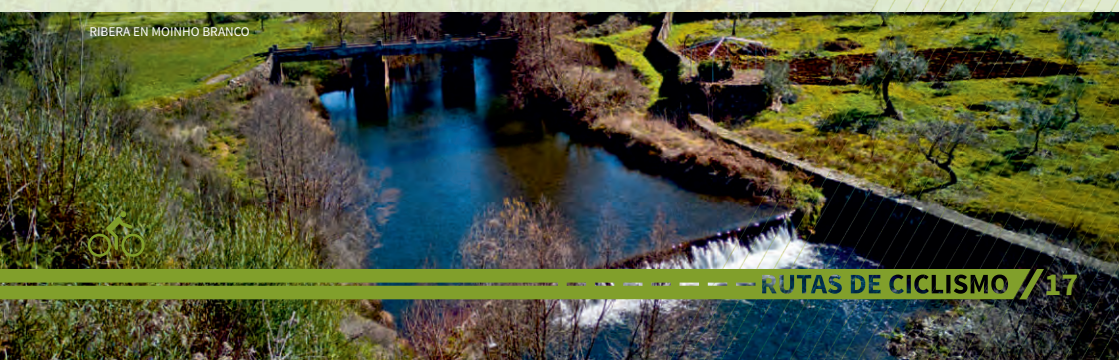
37,4 KM

La región de Pinhal Interior presenta una orografía exigente para la práctica del ciclismo. Incluso las rutas cortas tienen subidas exigentes y finales sorprendentes.
El ascenso ya empieza en la salida, el Parque Urbano Comendador João Martins de Proença-a-Nova, y nos dirigimos hacia la localidad de Malhadal, conocida por su famosa playa fluvial, con la cual nos encontraremos 3 km más adelante, al final de la bajada. Continuamos hacia Ermida y Várzea de Cavaleiros con unos 7 km de subida constante. Después de Póvoa, iremos por la N241 durante unos 16 km hasta el final, aunque aún nos quedarán por delante dos subidas de unos 4 o 5 km, pero con inclinaciones más suaves, de entre el 4% y el 6%. Finalizamos la ruta en el Parque Urbano Comendador João Martins.



CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●○○
FÍSICA ●●●○○
PISO ●●●○○



RIBERA EN MOINHO BRANCO

OLEIROS

la tierra de los ojos de agua

El paisaje del municipio de Oleiros se caracteriza por los numerosos cursos de agua que lo atraviesan, concretamente el río Zêzere, y por el carácter rural de sus diez pedanías, repartidas por sierras cubiertas de bosque.

Considerado un territorio de belleza singular, Oleiros cuenta con numerosas atracciones, como la Ruta Internacional de los Apalaches, las iglesias de diferentes estilos arquitectónicos y, desde el punto de vista gastronómico, el cabrito churruscado, que siempre se acompaña con vino de uva callum.

Precisamente en Oleiros, allá por el año 1624, nació el sacerdote jesuita António de Andrade, el primer europeo que llegó al Tíbet y al Himalaya.

QUÉ VISITAR

- Aldea de Xisto de Álvaro
- Playa fluvial de Açude Pinto (Oleiros)
- Cascada de Água d'Alta (Orvalho)
- Iglesia matriz de Oleiros
- Ruta de los Apalaches
- Meandros del Zêzere

www.cm-oleiros.pt

CABRITO ESTONADO

RUTA DE LOS APALACHES

GEORUTA DE ORVALHO

MEANDROS DEL ZÊZERE

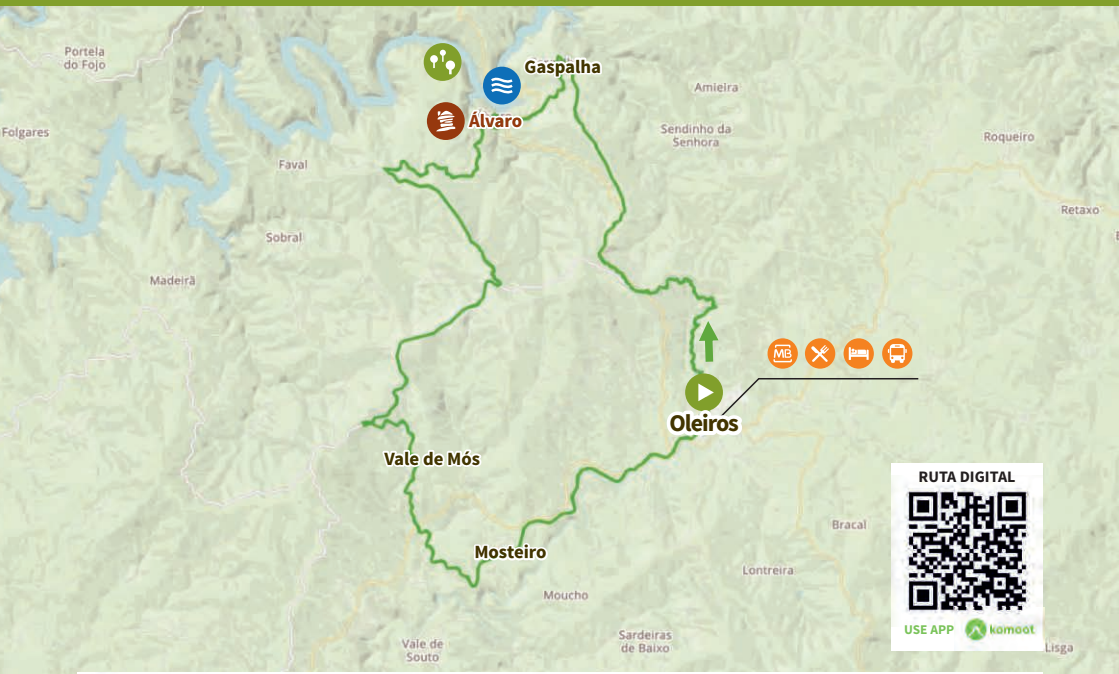
RUTA VERDE

08

960 D+

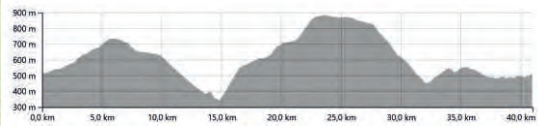
41,1 KM

La ruta verde de Oleiros requiere cierta forma física, no tanto por su extensión, sino por las subidas a las que tendremos que enfrentarnos. Salimos del ayuntamiento de Oleiros e iniciaremos una subida de 6 km por la N351. Después bajaremos hacia Gaspalha y Álvaro, una aldea de pizarra que ofrece unas increíbles vistas de los meandros del Zêzere. Después de Álvaro, tenemos por delante una subida de 8 km para hacer a un ritmo tranquilo. Cuando lleguemos a la cima, entraremos en la N350 y nuestro esfuerzo se verá recompensado con las vistas panorámicas, que nos satisfarán el alma. Más adelante, giramos a la izquierda hacia Vale de Mós y bajamos hasta la antigua N238, que nos lleva hasta Oleiros.
Esta ruta con dos grades subidas se debe hacer con calma y disfrutando del paisaje.



RUTA DIGITAL

USE APP komoot



CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●○○

FÍSICA ●●●●○

PISO ●●●○○

ALDEA DE XISTO DE ÁLVARO

PINHAL

Comenzamos en el Parque Urbano Comendador João Martins, en el centro de Proença-a-Nova con una exigente subida de 5 km en dirección a Corgas.
A medida que vamos subiendo, podremos apreciar las panorámicas del pinar y las fantásticas vistas hacia el este, con una bajada de 5 km hasta la aldea de Corgas. La palabra «corgas» aparece mucho en esta zona. Es el nombre atribuido a los canales por los que el agua transcurre de uso en la agricultura de subsistencia, que aquí sobrevive a pequeña escala.
Entre Corgas e Isna de Oleiros, el camino es muy desgastante para las piernas. Va constantemente subiendo y bajando y tiene subidas exigentes. Después de pasar Isna, entraremos en la N351 y, a los 25 km, alcanzaremos los 980 metros de altitud de la Sierra de Alvelos, con unos 1000 metros de desnivel positivo acumulado.
El descenso hasta Oleiros por la N351 es muy rápido. Pasamos brevemente por la villa y, a continuación, cogeremos la N238

MADERA DE PINO

PINAR CERCA DE CORGAS

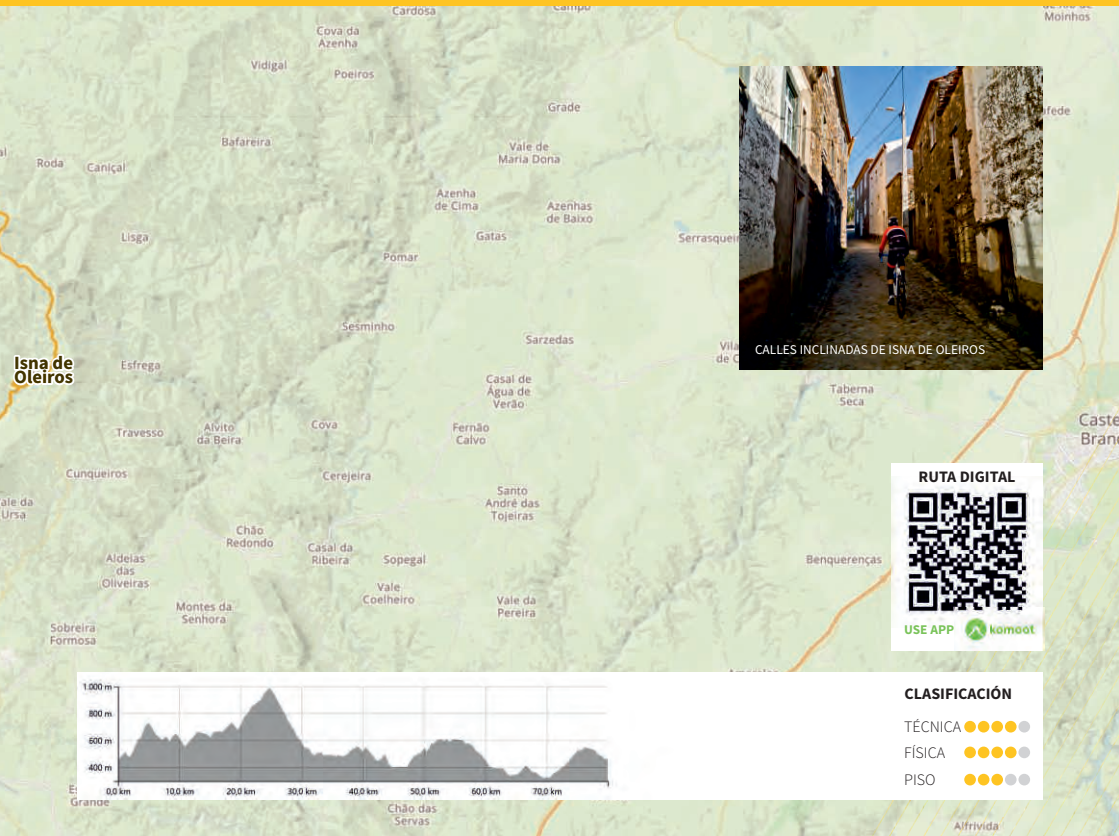
CARRETERAS EN LA SIERRA

durante un par de kilómetros y después nos desviaremos a la izquierda, hacia Mosteiro. A partir de aquí, la carretera vuelve a la sierra, con un trazado abrupto de gran belleza que pasa por pueblos en los que el tiempo va mas despacio. Más adelante, entraremos en la pedanía de Figueiredo, una zona maderera y de laderas repletas de frondosos pinares. La ruta nos lleva por carreteras panorámicas que descienden hasta Várzea de Cavaleiros y Póvoa, donde entraremos en N241 hasta Proença-a-Nova, cuyo piso es un poco rugoso y degradado. Antes de llegar al final, tendremos que hacer dos subidas de unos 4 o 5 km, con inclinaciones más suaves, de entre el 4% y el 6%. Esta región se caracteriza por sus declives acentuados y abruptos que hacen que las rutas sean bastante exigentes. Una región que, sin duda, no dejará a ningún ciclista indiferente. ¡Atrévase!

09

1730 D+

80,1 KM



CALLES INCLINADAS DE ISNA DE OLEIROS

RUTA DIGITAL

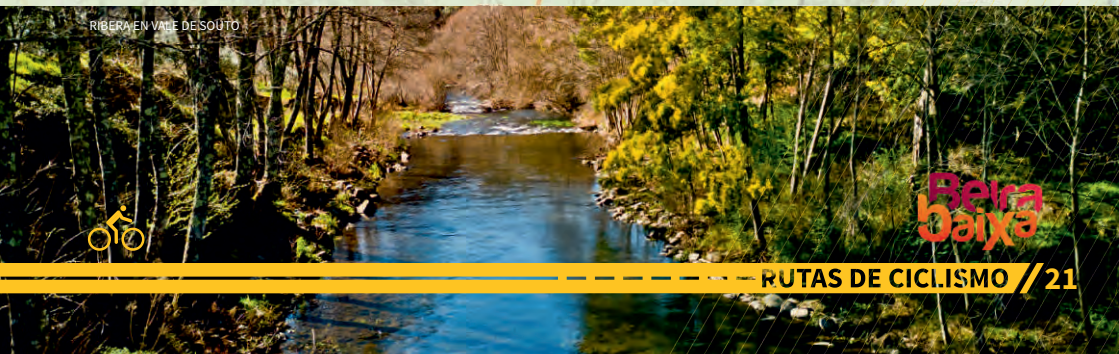
USE APP komoot

CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●●○

FÍSICA ●●●●○

PISO ●●●○○



RIBERA EN VALE DE SOUTO

VUELTA A BEIRA BAIXA

La vuelta a la Beira Baixa es el gran reto de este recopilatorio de rutas. Incluye muchos de los lugares incluido en las rutas más cortas. Es un reto para ciclistas con experiencia en grandes vueltas, especialmente si su objetivo es hacerla en un único día.
El lugar sugerido para empezar es Castelo Branco, pero puede empezar en cualquier otro municipio de su elección.
De Castelo Branco salimos hacia Escalos de Baixo y Mata pasando por el valle de la ribera de Ribeira de Alpreade, en dirección a Idanha-a-Nova (km 35). Para ir a Penamacor (km 70), continuamos por Proença-a-Velha y Aldeia de João Pires. Después de Penamacor llega el tramo mayor, el de Penamacor - Oleiros, donde llegaremos a los 180 km, pasando por Alpedrinha, São Vicente da Beira, Almaceda y Estreito.
De Oleiros a Proença-a-Nova, el trazado coincide con la ruta amarilla de Pinhal, con la gran subida de la Sierra de Alvelos, y entraremos a Proença-a-Nova con

ALMACEDA

CARRETERA EN 332 CERCA DE PENAMACOR

TRAFICO MATINAL

Alpedrinha
Castelo Novo
Partida
São Vicente da Beira
Soalheira
Almaceda
Álvaro
Martim Branco
Estreito
Oleiros
Isna de Oleiros
Castelo Branco
Corgas
Sobreira Formosa
Proença-a-Nova
Sarnadas
Foz do Cobrão
Perdigão
Castelo Rei Wamba
Vila Velha de Ródão
Portas de Ródão

215 km. Continuamos hacia Vila Velha de Ródão, situada en el km 251, pasando por Sobreira Formosa y Foz do Cobrão, desde donde nos acercaremos al valle del Tajo y a sus magníficas vistas.
Desde este punto hasta el final hay 30 km de subidas suaves y una etapa final de aventura por la N3, donde hay que prestar especial atención al tráfico. Entramos en la ciudad por la zona de ocio y la rodeamos hasta la zona norte por la Rua da Mina. Entramos en la Alameda da Liberdade, donde concluye este gran reto.
El trazado incluye carreteras de buena calidad, pero hay zonas en las que el suelo puede estar un poco más degradado. Toda la región de la Beira Baixa es bastante exigente para la práctica del ciclismo, pero, sin duda, la zona de Pinhal Interior es la que obliga a estar más en forma.
¡Atrévase!

10

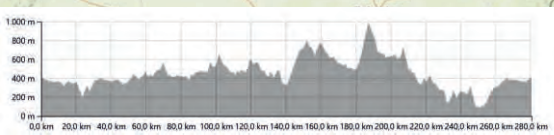
4190 D+

280 KM

CORGAS - PINAR A PERDER DE VISTA

RUTA DIGITAL

USE APP komoot



CLASIFICACIÓN

TÉCNICA ●●●●○
FÍSICA ●●●●●
PISO ●●●○○

Castelo Branco

CONTACTOS

INSTITUCIONALES
Municipio | +351 272 330 330
Turismo | +351 272 330 339

EMERGÊNCIA
Policia | +351 272 340 622
Policia | +351 272 340 900
Bomberos | +351 272 342 122
Hospital | +351 272 000 272

Vila Velha de Ródão

CONTACTOS

INSTITUCIONALES
Municipio | +351 272 540 300
Turismo | +351 272 540 312

EMERGÊNCIA
Policia | +351 272 549 050
Bomberos | +351 272 541 022
Centro Salud | +351 272 540 210

Idanha-a-Nova

CONTACTOS

INSTITUCIONALES
Municipio | +351 277 200 570
Turismo | +351 277 201 023

EMERGÊNCIA
GNR | +351 277 200 050
Bomberos | +351 277 202 456
Centro Salud | +351 277 202 903

Penamacor

CONTACTOS

INSTITUCIONALES
Municipio | +351 277 394 106
Turismo | +351 277 394 106

EMERGÊNCIA
Policia | +351 277 394 274
Bomberos | +351 277 394 122
Centro Salud | +351 277 390 029

Proença-a-Nova

CONTACTOS

INSTITUCIONALES
Municipio | +351 274 670 000
Turismo | +351 274 670 000

EMERGÊNCIA
Policia | +351 274 672 667
Bomberos | +351 274 671 444
Centro Salud | +351 274 670 041

Oleiros

CONTACTOS

INSTITUCIONALES
Municipio | +351 272 680 130
Turismo | +351 272 681 008

EMERGÊNCIA
Policia | +351 272 682 311
Bomberos | +351 272 680 170
Centro Salud | +351 272 680 161

RECOMENDACIONES

1 - Pedalee siempre acompañado. ¡Es más divertido! Si va solo, lleve siempre un teléfono consigo para posibles situaciones de emergencia.

2 - Respete siempre las normas de circulación. Aunque las carreteras de la región son poco transitadas, pueden aparecer vehículos cuando menos se lo espera.

3 - La Beira Baixa es una región que registra temperaturas extremas durante varias épocas del año. En invierno se registran temperaturas negativas y en verano, temperaturas superiores a 40 °C.

4 - Lleve siempre un kit de reparaciones mecánicas. Algunas conexiones están en zonas aisladas donde no hay talleres.

5 - Algunas de las rutas propuestas son bastante duras. Hágalas con calman, hidrátese y aliméntese adecuadamente.

NOTA: *Los datos de esta guía pueden sufrir cambios con el paso del tiempo. Prepare su viaje consultando información más detallada sobre las rutas que desea hacer.*

FICHA TÉCNICA

PROPIEDAD
Comunidade Intermunicipal da Beira Baixa

CONTENIDO TÉCNICO
Associação de Ciclismo da Beira Interior

CONTENIDO TURÍSTICO
Comunidade Intermunicipal da Beira Baixa

FOTOGRAFIA
Archivo CIMBB / Municipios / Agnelo Quelhas

TIRADA
1500 ejemplares

FECHA
Febrero de 2019

Cofinanciado por: