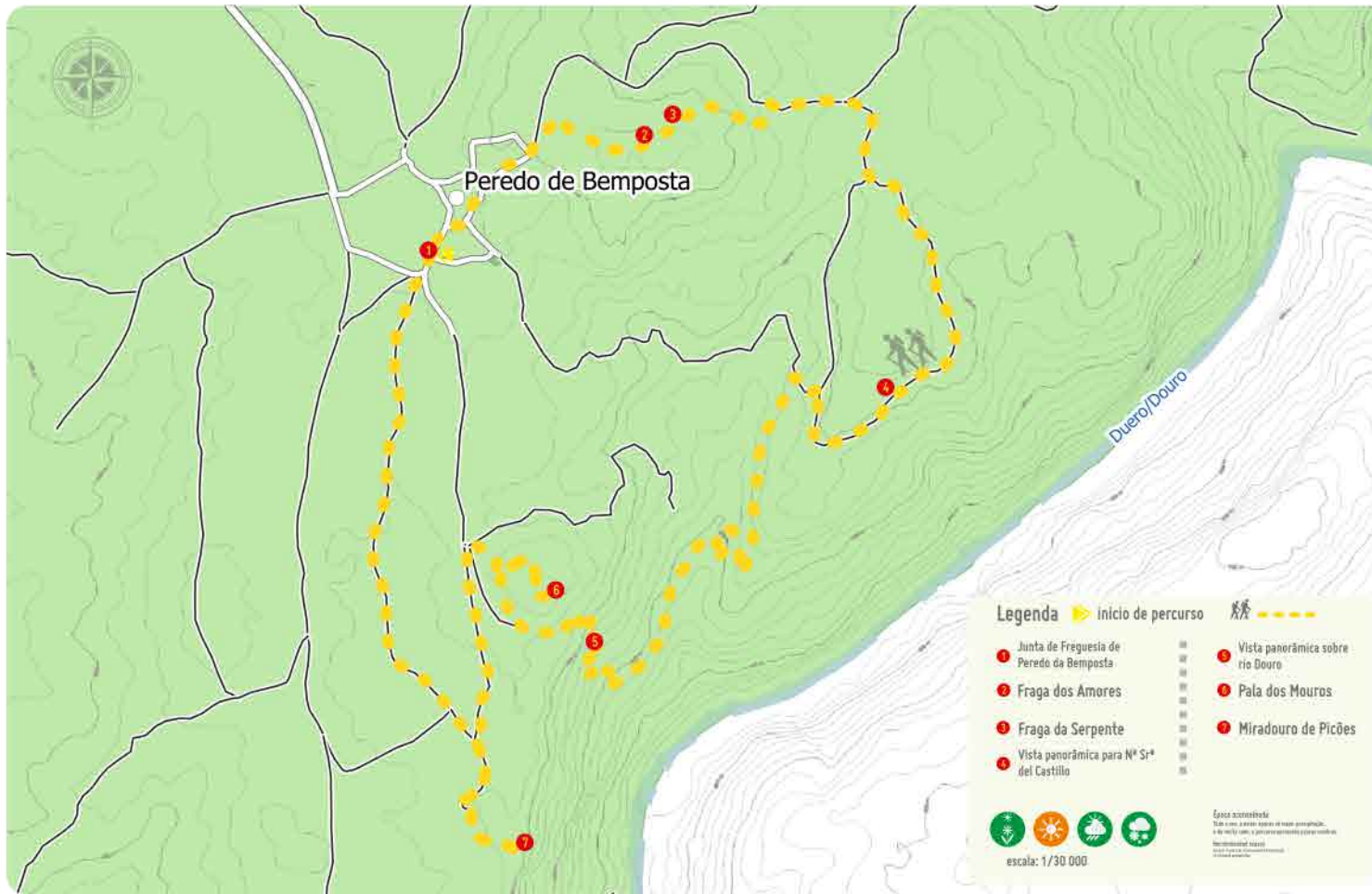


Ficha técnica

Nome do Percurso | Name
 PR5 | Trilho das Lendas
 Localização | Location
 Peredo da Bemposta
 Tipo | Classification
 Pequena Rota | Small Route
 Âmbito do Percurso | Type
 Histórico | Paisagístico
 Historic | Landscape
 Ponto de Partida | Start Point
 Junta de Freguesia de Peredo da Bemposta
 Cota Máxima Atingida | Maximum Height attained
 Facho - 723 metros
 Entidade Promotora | Promoter
 Município de Mogadouro



● Ponto de Início | Start Point
 GPS: 41°16'23.1"N 6°33'21.2"W // 41.273873, -6.555896



NORTE2020
 PROGRAMA OPERACIONAL REGIONAL DO NORTE

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
 Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional



Regulamento | Regulations

- 1 Não saia do percurso marcado e sinalizado. Preste atenção às marcações. Do not stray from the marked and sign-posted trail. Pay attention to trail markers.
- 1 Evite fazer ruídos e barulhos. Do not make loud noises.
- 1 Respeite a propriedade privada. Feche portões e cancelas. Respect private property. Close all gates behind you.
- 1 Não abandone o lixo, leve-o até ao respectivo local de recolha. Do not leave litter, deposit it in the respective refuse collections points.
- 1 Deixe a Natureza intacta. Não recolha plantas, animais ou rochas. Leave nature intact. Do not remove plants, animals or rocks.
- 1 Faça fogo apenas nos locais destinados para o efeito. Only light fires in locations specifically designated for this purpose.
- 1 Evite andar sozinho na montanha. Leve água consigo. Avoid walking alone in the mountains. Take water with you.
- 1 Guarde o máximo cuidado nos dias de nevoeiro e de neve. Take special care in fog and snow.

Contactos

Município de Mogadouro.....+351 279 340 100
 Municipality of Mogadouro

Bombeiros.....+351 279 340 020
 Firefighters

Centro de Saúde.....+351 279 340 300
 Health Centre

SOS.....112

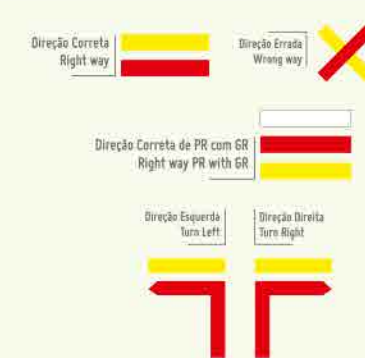
GNR.....+351 279 340 210
 Police

Ass. de Mun. Douro Superior.....+351 279 200 740
 Association of Municipalities Douro Superior

Sistema MIDE

10,3 km	4h 00m	CIRCULAR	+/- 449 m
Adversidade do meio ambiental adversity	Orientação Orientation	Tipo de piso type of ground	Esforço físico physical effort
1	1	2	2

Marcação do percurso pedestre | Sign-posting




Mogadouro...mais do que imagina!

Trilho das Lendas

Município de Mogadouro

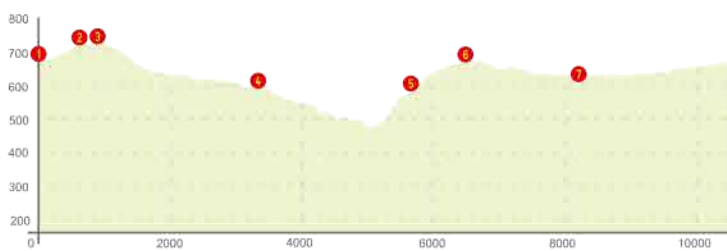
Descrição do Percurso

 Este percurso pedestre faz parte da Rede Municipal de Percursos Pedestres de Mogadouro. Tem aproximadamente 10,3 km e inicia-se junto ao edifício da Junta de Freguesia, em Peredo da Bemposta. Percorrendo as ruas da aldeia podemos ver algum património arquitectónico como a Igreja Paroquial, o cruzeiro e as casas, características da região. Seguimos por um caminho que nos leva à Fraga dos Amores. Conta o povo que esta fraga nos diz quantos relacionamentos amorosos vamos ter na nossa vida. Aqueles que não têm nenhum relacionamento devem atirar pedras para cima da fraga. A quantidade de pedras que conseguirem fazer parar em cima da fraga corresponde ao número de "amores" (relacionamentos) que irão ter na vida. De seguida, encontramos a Fraga da Serpente. Reza a lenda que nesta fraga vivia uma enorme serpente que todos os dias cumpria um ritual. Acordava, dava sete voltas à fraga, deslocava-se a um chafariz que existe ali perto para beber água e no regresso ia picar os pés de uma santa que se encontrava numa outra fraga em forma de nicho esculpido naturalmente. Quando aqui chegava, repousava até ao dia




seguinte. E todos os dias repetia este ritual. Um dia, a santa, apouquada de ver os seus pés constantemente picados, decidiu lançar-se para o lado de Espanha e meteu-se num seixo. Do lado espanhol, os pastores, que por ali passavam todos os dias com os seus rebanhos, ao depararem-se com aquele seixo no seu caminho, pegavam nele e atiravam-no pela arriba abaixo. Este rebojava pela arriba e só parava junto à água. No dia seguinte, o seixo estava novamente no cimo da arriba e os pastores voltavam a atirá-lo pela arriba abaixo. Isto repetiu-se durante alguns dias, até que os pastores, intrigados, abriram o seixo ao meio e, espantados, encontraram lá a santa. Ergueram uma capela em honra da santa, com o altar virado para Espanha. No dia seguinte a santa encontrava-se virada para Portugal, de costas para Espanha e os pastores viraram-na para Espanha. No outro dia, a santa encontrava-se novamente virada para Portugal. Foi então que decidiram fazer um altar duplo, para que a santa fosse vista dos dois

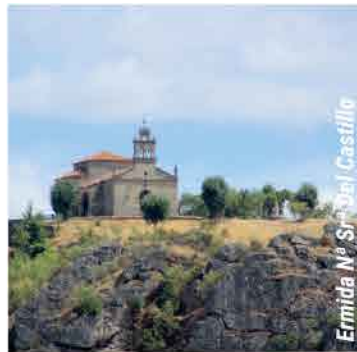
Perfil do Percurso/Trail Profile



países. Ainda hoje, a parte de trás da capela é em vidro. Por entre oliveiras e vinhas, com vista para as arribas do rio Douro, avistamos do outro lado da fronteira, a Ermida da Nossa Senhora do Castelo. Esta paisagem pode ser contemplada ao longo do percurso em vários locais que servem de pequenos miradouros naturais. Podemos também apreciar alguns carvalhais e sobreirais na subida até à Pala dos Mouros. Aqui, para além da espetacularidade deste conjunto rochoso, apreciamos, desde o cimo deste, uma vista excelente sobre o planalto Mirandês, dividido em pequenas parcelas de cultivo. Mais adiante, o caminho vai-se aproximando do vale encaixado do rio Douro até chegar ao conhecido miradouro dos Picões, com uma vista deslumbrante sobre o rio Douro serpenteando as arribas e sobre a vizinha Espanha. O regresso à aldeia faz-se desfrutando de um passeio suave, que permite admirar extensas áreas de cultivo que salpicam a paisagem de diferentes cores e texturas.

Description

 This pedestrian path, part of the Mogadouro Municipal Pedestrian Routes Network is approximately 10.3 km long, starting at the Parish Council building in Peredo da Bemposta. Walking through the streets of the village we can see some architectural heritage as the Parish Church, the Calvary Cross and the characteristic houses of the region. We follow a path that leads us to «Fraga dos Amores», people say that this rock tells us how many relationships we will have in our lives. Those who have no relationship, should throw stones to the rock. The amount of stones that they can make stop on top of the rock correspond to the number of "loves" (relationships) they will have in life. Next we find the «Fraga da



Serpente». The legend says that in this rock used to live a huge serpent that every day performed a ritual. It would wake up, give seven turns to the rock, move to a nearby fountain to drink water, and on its return it would sting the feet of a saint who was in a naturally sculpted niche nearby. When it arrived there it would rest until the following day. And every day it would repeat this ritual. One day, the saint, who was tired of seeing her feet constantly stung, decided to throw herself down the hill heading to Spain and stuck herself in a pebble. On the Spanish side, the shepherds, who passed by every day with their flocks, when they encountered that



pebble on their way, they would take up and throw it down. It went up and down and only stopped by the water. The following day the pebble was once again at the top of the cliff and the shepherds would throw it down again. This was repeated for a few days, until the day the shepherds, intrigued, opened the pebble in the middle and, amazed, they found the saint there. They built a chapel in honor of the saint, with the altar turned to Spain. The next day the saint was turned to Portugal and her back to Spain. The shepherds turned her to Spain again. The following day, the saint was found again turned to Portugal once more. It was when they decided to make a double face altar, so that the saint could be seen from both countries. Even today, the back of the chapel is in glass. Between olive groves and vineyards, overlooking the cliffs of the Douro river, we see the Hermitage of Our Lady of the «Castillo» on the other side of the border. This landscape can be contemplated along the route in several places that are used as small natural viewpoints. We can also appreciate some oaks and cork oaks on the way up to «Pala dos Mouros». Here, in addition to the spectacular nature of this rocky complex, we can enjoy, from the top of it, an excellent view over the Mirandese plateau, divided into small parcels of cultivated land. Further ahead along the path you will approach the enclosed valley of the river Douro until you reach the well-known «Picões» viewpoint, with a breathtaking view over the Douro river winding the cliffs and our neighbour Spain. The return to the village is done enjoying a soft walk, that allows us to admire extensive areas of culture that sprinkle the landscape with different colors and textures.

