



OPORTO Y LOS CAMINOS MEDIEVALES DEL NORTE DE PORTUGAL

DÍA 1º - VISEU Y OPORTO

A las 8:00 de la mañana saldremos de la Ronda de Atocha 12, con dirección a tierras portuguesas. Como este día lo dedicaremos a viajar hacia **Oporto**, realizaremos una parada con tiempo libre para comer en **Viseu** y pasear por su centro histórico, que bien merece la pena. A primera hora de la tarde llegaremos a **Oporto**, cuyo casco antiguo está declarado **Patrimonio de la Humanidad**.



DÍA 2º - GUIMARAES Y LOS TORRENTES DE LAS VALINHAS y VALLE DEL RÍO LEZA

Nos trasladaremos hasta el **Santuario de Nª Sª de la Asunción** donde caminaremos por antiguos caminos tradicionales en dirección al **Castro Celta de Padrao**, datado en el s. IX antes de Cristo.



Finalizaremos caminando junto al río Leza rodeados de abundante vegetación de ribera. Por la tarde tendremos tiempo de dar un paseo por la bella ciudad de **Guimaraes**, conocida como la cuna de Portugal. Aún conserva el **Castelo**, que se asienta sobre la roca madre de la colina que domina la población y la iglesia románica de San Miguel, del siglo XII, a sus pies. Después regresaremos a Oporto.



Excursión: 7 km - Subida 150 m - Bajada 290 m - Nivel 2

DÍA 3º - RESERVA NATURAL DE LAS DUNAS DE SAN JACINTO

Nos acercaremos hasta la costa para caminar junto al **mar Atlántico**. Realizaremos una interesante marcha por la **Reserva Natural de las Dunas de San Jacinto** en la que se alternan pequeños lagos, pinares y dunas, comenzando junto a la ría de **Aveiro** y llegando hasta la playa. La reserva



forma parte de la **Zona de Especial Protección de la Ría de Aveiro** que constituye una importante zona de protección para las aves marinas. El agua dulce del río **Vouga** se encuentra con el **Atlántico** y transforman el yermo cordón dunar en una explosión de vida cambiante a lo largo del año. En esta época, numerosas aves migratorias utilizan el estuario formado en la ría para descansar y alimentarse antes de continuar su largo camino. Después regresaremos a Oporto.



Excursión: 8 km - Subida 50 m - Bajada 50 m - Nivel 2

DÍA 4º - NUESTRA SENHORA DO CASTELO

Aprovechando nuestro último día en Portugal para realizar una excursión por **Vouzela**. Esta ruta por el **Monte do Castelo** combina naturaleza y cultura, caminaremos entre densos bosques de robles y castaños. Pasaremos junto a la Iglesia de Matriz, del s. XI, declarada Monumento Nacional y subiremos al Monte do Castelo donde, según los escritos del s. XI, existió un castillo.

Excursión: 6 km - Subida 250 m - Bajada 250 m - Nivel 2

