



# REDE DE PERCURSOS PEDESTRES

# PARQUE NATURAL REGIONAL DO VALE DO TUA



**PR1 MUR** TRILHO DA SOBREIRA - CASA DA FLORESTA - PORRAIS  
CANCEDO - MURÇA

**PR2 MUR** TRILHO DO TINHELA  
CANCEDO - MURÇA

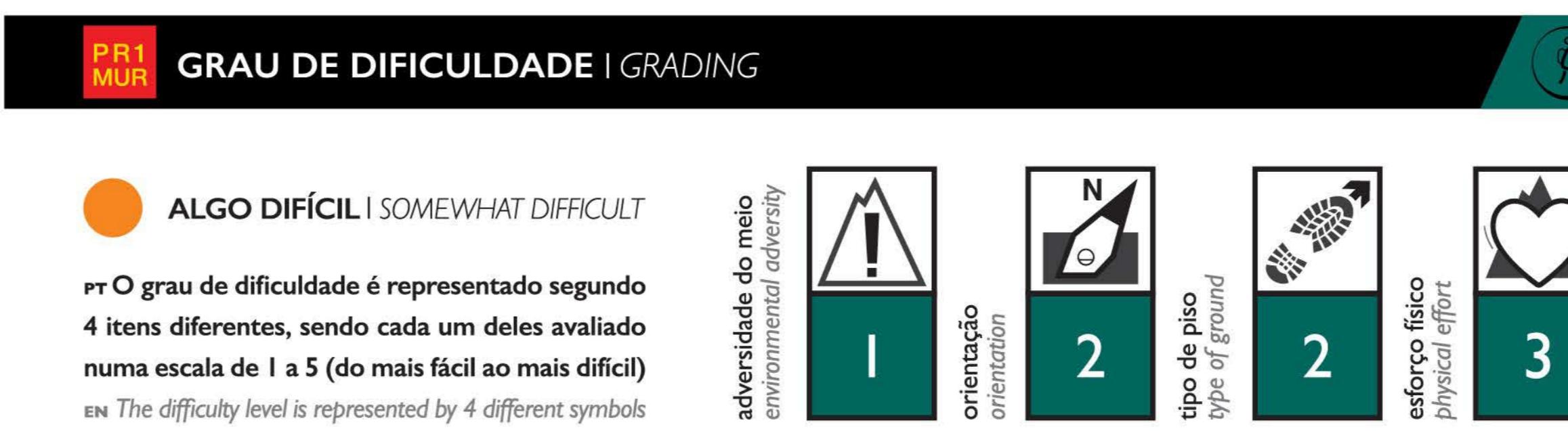
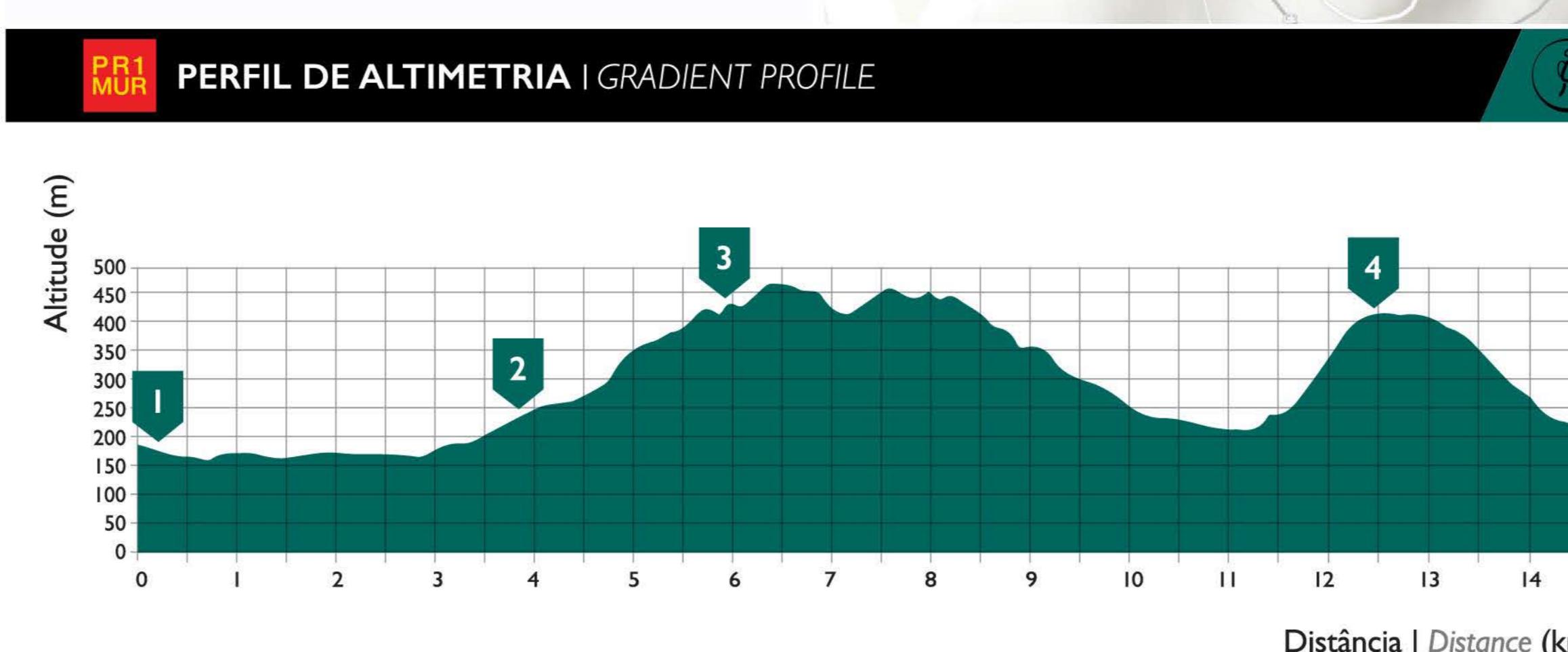
**PT** A Pequena Rota "Trilho da Sobreira - Casa da Floresta - Porrais" tem o seu início e fim junto ao painel informativo localizado no cruzamento entre a EN314 e a EM582, num local com vista para a estação de Brunheda. Desta local, pode percorrer-se o Vale do Tua pelas vias fluvial ou ferroviária. O trilho segue ao longo da margem direita do rio Tua até à aldeia de Sobreira e, de seguida, dirige-se ao Miradouro Casa da Floresta. O acesso a este miradouro é feito por uma derivação de 200 metros que vale a pena percorrer pois a paisagem sobre o rio Tua é deslumbrante. De regresso, o trilho segue para a aldeia de Porrais, ao longo da ribeira de Barroco e do ribeiro do Vale de Manhuscal. Em Porrais, o trilho desce e termina junto ao painel informativo.

**EN** The short distance walking trail named "Trilho da Sobreira - Casa da Floresta - Porrais" starts and ends near the information panel located at the intersection between EN314 (national road) and EM582 (municipal road), in a spot overlooking the Brunheda station. From this spot on, you may travel along Vale do Tua valley either by waterway or by railway. The trail follows along the right margin of Tua river until reaching close to the river mouth, meanwhile passing near the Thermal Complex, recommended for the treatment of skin, rheumatic, respiratory and digestive diseases. This trail is located inside the Tinhela River Micro-reserve, where bushes, riparian galleries and aquatic habitats may be appreciated.

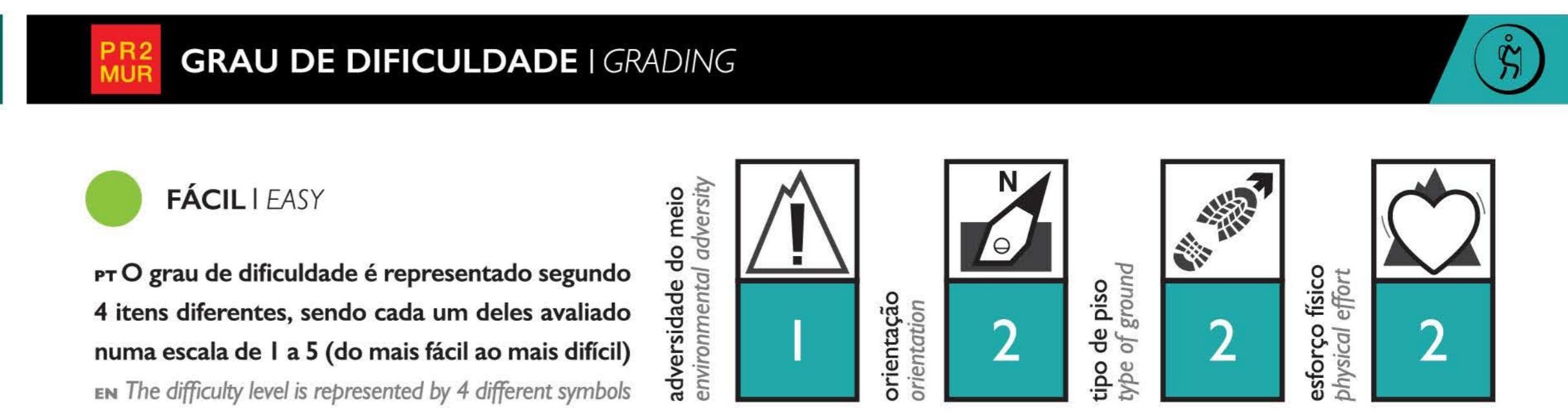
DISTÂNCIA   DISTANCE	DURAÇÃO   DURATION	DESNÍVEL ACUMULADO   CUMULATIVE GAP	ALTITUDE   MIN-MÁX
14,9 km 8,6 km	5h30m 3h20m	+638 m -638 m +401 m -401 m	157 m 170 m 465 m 473 m

TIPO DE PERCURSO   TYPE OF TRAIL	LEGENDA   KEY
Circular Circular	

- Você está aqui  
You are here
- Percorso Pedestre PR1 MUR  
Walking trail PR1 MUR
- Percorso Pedestre PR2 MUR  
Walking trail PR2 MUR
- Sentido recomendado do PR1 MUR  
Recommended way of PR1 MUR
- Sentido recomendado do PR2 MUR  
Recommended way of PR2 MUR
- Painel de início e fim das pequenas rotas  
Start and end panel of short trails
- Sobreira  
Sobreira
- Miradouro Casa da Floresta  
Viewpoint of Casa da Floresta
- Porrais / Capela de Santa Bárbara  
Porrais / Chapel of Santa Bárbara
- Porrais / Soc. Agrícola Quinta de Porrais  
Porrais / Agricultural Society of Quinta de Porrais
- Termas  
Thermal Complex
- Microreserva do Rio Tinhela  
Nature Micro-reserve of Tinhela River
- Painel da Microreserva do Rio Tinhela / Miradouro  
Panel of Nature Micro-reserve of Tinhela River / Viewpoint
- Estação de Brunheda (Cais de barcos/Linha férrea)  
Waterway/railway station of Brunheda
- Ponte de Brunheda  
Bridge of Brunheda



Calcular do acordo com / Calculated according to: MIDE (Método de Información de Excursiones)



Calcular do acordo com / Calculated according to: MIDE (Método de Información de Excursiones)

## CÓDIGO DE CONDUITA | WALKING CODE

**PT** Seguir apenas pelo trilho sinalizado; Evitar ruídos e atitudes que perturbem a paz do local; Observar a fauna sem perturbar; Não danifar a flora; Não abandonar lixo; Não fazer lume; Não colher amostras de plantas ou rochas; Ser afável com as pessoas que encontrar; Em caso de acidente indique a sua posição utilizando os números no mapa.

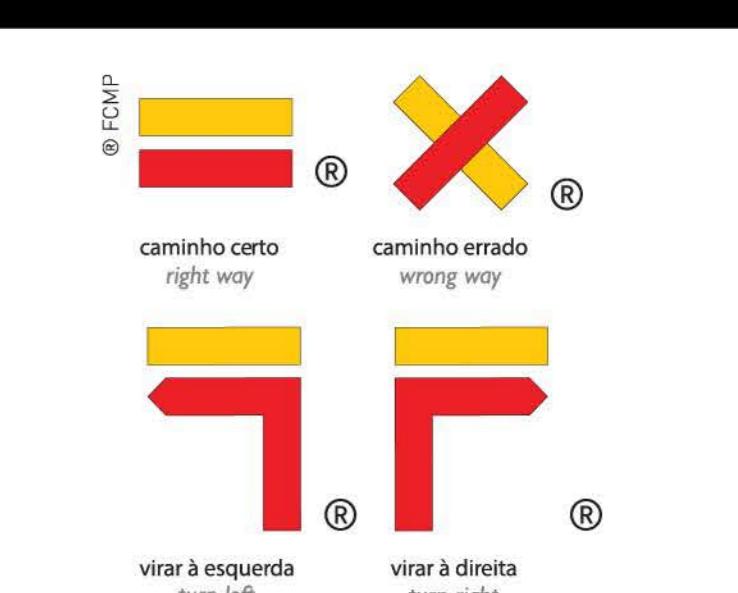
**EN** Follow only signaled trails; Avoid making noise and taking attitudes that may disturb local peace and quiet; Watch but do not disturb the animals; You mustn't damage vegetation, leave waste, make fire, collect plants or rocks; Be kind to people you may meet; In case of accident, inform your position using the numbers on the map.

## ÉPOCA ACONSELHADA | RECOMMENDED SEASON

**PT** O percurso pode ser efetuado em qualquer altura do ano, mas devem ser tomadas algumas precauções no verão, devido às elevadas temperaturas, e no inverno, devido às baixas temperaturas e possibilidade de nevoeiros e queda de neve

**EN** The walking trail may be done any time of the year, although some precautions shall be taken into account considering high temperatures during summer season and low temperatures, fog and snowfall during winter season.

## SINALÉTICA | PATH SIGNAGE



## CONTACTOS ÚTEIS | USEFUL CONTACTS

SOS: 112 Entidade Promotora | Promotor: (+351) 278 201 457 Junta de Freguesia de Candedo | Parish Council of Candedo: (+351) 259 549 163 Posto de turismo | Tourism Office: (+351) 259 510 120 Centro de Saúde | Health Center: (+351) 259 510 400 Bombeiros | Fire Brigade: (+351) 259 512 222 GNR | Local Police: (+351) 259 511 563

