



Walking &
Cycling

Uma Visão sobre o
Território

Cabeceiras de Basto | 14 de maio
2024

Desígnio: Caminhar para a construção de um ECODESTINO turístico de excelência



- A localização geográfica;
- a vasta e diversificada oferta turística dos seus 4 subdestinos;
- o potencial natural, patrimonial e imaterial aliado à multiplicidade de experiências que oferece a quem visita o território - sobretudo os ativos imbatíveis de **Turismo Natureza** - posicionaram o Porto e Norte na vanguarda dos destinos sustentáveis europeus.



Turismo Natureza

- 1 parque nacional na Peneda-Gerês (reserva da biosfera da UNESCO);
- 5 parques naturais – Douro Internacional, Montesinho, Alvão, Litoral Norte e V. Tua;
- 4 paisagens protegidas (Azibo, Corno do Bico, Lagoas de Bertandos e S. Pedro dos Arcos);
- 2 geoparques: Arouca e Terras de Cavaleiros
- 2 reservas da biosfera transfronteiriça – Gerês/Xerês e Meseta Ibérica
- 2 paisagens culturais Património da Humanidade – Alto Douro Vinhateiro e Vale do Côa;
- 6 espaços reconhecidos com a Carta Europeia de Turismo Sustentável – Peneda-Gerês, Montesinho, Alvão, Douro Internacional, Montanhas Mágicas e Alto Minho e ainda as recentemente homologadas: Paisagem Protegida Regional do Litoral de Vila do Conde e Reserva Ornitológica do Mindelo; Reserva Natural Local do Estuário do Douro, o Parque Natural Regional do Vale do Tua e os vários sítios de interesse comunitário da Rede Natura 2000.



CICLOVIA DA MARGINAL PÓVOA DE VARZIM



Festividades e Eventos
Festas de S. Pedro, 29 de junho
Festival Internacional de Música da Póvoa de Varzim, julho
Festas da Nossa Senhora da Assunção, 15 de agosto
Festa de Sardinha e Festival de Marisco, agosto

Belíssima ciclovia que atravessa toda a frente urbana da cidade da Póvoa de Varzim (1.900 metros) com um grau de dificuldade bastante baixo, pois é praticamente plana. Paralela ao Oceano Atlântico, prolonga-se até à vizinha cidade de Vila do Conde, perfazendo um interessante 0 metros.

Localização: Frente Marginal da Póvoa de Varzim
Início: Largo Alto de Maritim Vaz
Fim: Rua da Governadora
Extensão: 1.900 metros
Acessos: Marginal da Póvoa de Varzim
Coordenadas GPS:
Início: 41°23'8.06"N 8°46'21.24"W
Fim: 41°22'20.05"N 8°45'42.49"W

Através da promoção da oferta ciclável da região, permitiu despertar nos visitantes e nas populações locais motivação para a descoberta e exploração de pequenos “tesouros” do território, proporcionando experiências únicas e sustentáveis...



ECOPISTA DA LINHA DO TÂMEGA CABECEIRAS DE BASTO



Localização: Arco de Baulhe
Início: km 51,733 Vila do Arco de Baulhe, Cabeceiras do Basto
Fim: km 46,355 Vila Nune, limite do concelho de Cabeceiras do Basto
Extensão: 5.160 metros
Acessos: A7 Vila do Conde - Vila Pousa de Aguiar, na saída n.º 12, Arco de Baulhe, EN 210, junto ao Museu das Terras de Basto
Coordenadas GPS:
Início: N 41.451770 O -7.966040
Fim: N 41.481895 O -7.852883

Os cinco quilómetros de canal da antiga linha ferroviária do Tâmega em Cabeceiras do Basto são, hoje, um excelente percurso para os pedestrianistas e os cicloturistas que gostam de apreciar as paisagens, as

aldeias, os solares, a vinha e a floresta tão peculiares do Vale do Baixo Tâmega (Mulher Marta, Vila Nune, Arco de Baulhe). Comece ou acabe esta viagem, admirando os painéis azulejares, de 1940, do edifício da estação do Arco de Baulhe, a «casa dos maquinistas» e o cais de carga e descarga de mercadorias, hoje espaço de exposições temporárias e delate-se com os carruagens usadas pela Rainha D. Amélia de Orléans e pelo Rei D. Carlos, em 1907, entre outras.



Acessibilidades para Pessoas com Mobilidade Reduzida
Acesso à ecopista

Centro de Saúde/Hospital mais próximo
Centro de Saúde do Cabeceiras do Basto
Praça Acipreste Francisco Xavier Almeida Barreto, Refojos 4890-445 Cabeceiras de Basto
tel.: 353 669 190

Fauna/Observação de Aves
Em Cabeceiras do Basto no Centro de Educação Ambiental de Vila de Meuros, em Refojos. Podem-se ser observados o corço veado, javali,



A EcoVía Ribeirinha do Peso da Régua, resultado de uma operação de regeneração urbana Frente Douro oferece

um percurso muito agradável pela margem do Rio Douro que banha a cidade, sendo utilizada por ciclistas e caminhantes para fruição da natureza ou para a prática desportiva. A zona ribeirinha atravessada pela ecovia possui um enorme valor ambiental e paisagístico, numa área classificada como Património Mundial da UNESCO e de onde é possível vislumbrar a Ponte Metálica e aceder ao Museu do Douro.



ECOPISTA DO TÂMEGA CHAVES-VERÍN CHAVES



porco liseno, crocodilos batatas e vitorias das suas terras ricas. Mas com ainda destaque a famosa presunto de Chaves, difundido desde 1910, o maior (com ou sem carne), o Pato de Chaves da massa fofinha lenha e estalado, recheado com refogado de carne de vaca, produzido há mais de 100 anos, e as milhas acompanhadas dos melhores enchidos da região. Em Verín podem-se degustar umas taboas, entre as quais se destaca o peixe à Galega, acompanhadas de vinhos de denominação de origem Montarrei.

Festividades e Eventos
Festa dos Santos, 30, 31 de outubro e 1 de novembro
Festa dos Sabores, 1º fim de semana do fevereiro, Póvoa, 1º fim de semana de setembro
Marcha Romana - Festa dos Povos, 3º fim de semana de agosto
Carnaval de Verín, janeiro-março

A EcoVía do Tâmega Liga os municípios de Chaves e Verín, desenvolvendo-se ao longo do vale onde corre o Rio Tâmega. Com um percurso plano, com cerca de 30 km, permite uma utilização a pé e de bicicleta sem qualquer grau de dificuldade. O percurso por esta via permite conhecer locais de interesse paisagístico, os práticos agrícolas locais, a biodiversidade associada ao ecossistema do rio, bem como algumas localidades, testemunho da relação transfronteiriça que marcou a vivência dos povos desta região.

Localização: Entre as cidades de Chaves e Verín (Espinho), ao longo do Rio Tâmega
Início: Chaves (Alameda do Taboalão)
Fim: Verín (Praia Fluvial)
Extensão: 30 km (distância entre a Ponte Romana de Chaves e a Ponte de Madeira de Verín)
Acessos: Alameda do Taboalão (Chaves), Galinheira (Chaves), Vila de Chaves - EN103-S (Chaves), Vila Verde da Raia (Chaves), Açude de Chaves (Frente a Chaves-Verín), Tansiquilhos (Verín), Póvoa (Verín), Praia Fluvial (Verín)
Coordenadas GPS:
Início: N 41.236402 O -7.471551
Fim: N 41.945619 O -7.441579

ECOPISTA DO LITORAL ESPINHO



Envolvida pela natureza, percorre os trilhos da Paisagem Protegida da Lagoa de Paramos e dá a conhecer a extraordinária costa litoral do concelho. A ecovia do litoral, conta com um conjunto de passadiços destinados a peões e ciclistas, num total de 12 quilómetros, tendo como principal característica a ligação da cidade às principais áreas de interesse ambiental. Para os que procuram fazer uma pausa, a ecovia do litoral oferece ao longo do seu percurso passeios à beira

Localização: Beira-mar
Início: Av. Mãe Branca/Espinhado
Fim: Lagoa de Paramos
Extensão: 6.200 metros
Acessos: Centro da Cidade
Caminho (Linha do Norte) Estação de Espinho, Apeadeiros de Silvado e de Paramos
Coordenadas GPS:
Início: N 41.014791 O -8.644408
Fim: N 40.972371 O -8.641323

mar e momentos únicos e inspiradores para restabelecer o corpo e a mente.

Centro de Saúde/Hospital mais próximo
Centro de Saúde U.S.A.M, Monção
Unidade de Cuidados na Comunidade, Monção
Hospital de Santa Lúcia em Vila do Castelo (U.S.A.M. EPE)

Fauna/Observação de Aves
Garça-real (Larus ichthya), melreirão-preto (Circus melanotos), coruja-preta (Ninox nocturna) e gato-real (Felis silvestris). Na zona ribeirinha salientam-se os seguintes: falcão-comum (Falco tinnunculus), águia-real (Haliaeetus albicollis) e ro-verde (Falco tinnunculus).

Flora
Almeirão (Sedum spectabile), bordo negro (acer negundo), plátano bastardo (acer pseudoplatanus), betula (betula alba), louro verde (quercus robur), cipreste-de-castelhana (juniperus monosperma), cipreste (juniperus sempervirens), trevo comum (trifolium pratense), faveira (fraxinus excelsior), alfazema-deca (galegion officinalis), buxo-verde (taxus relickii), plátano (platanus orientalis), chapeu-branco (populus alba), chibão-de-italia (salix nigra), salgueiro (salix alba), salgueiro branco (salix alba).

Parque de Merendas
Parque de Merendas, Lapela
Parque de Merendas de Nossa Senhora da Cabeça, Cortes
Parque de Merendas de Fregues das Caldas, Vila - Monção

Parques/Reservas Naturais
Reserva Natural
Rota Natura 2000
Fontes de Interesse Turístico
Torre de Monção do Castelo Lapela ou Núcleo Museológico da Torre de Lapela (MN)
Prazeres do Rio Minho, Cortes.
Tronco e o azeite de queijos contrabandados de pedra antiga Curo - Internacionais do Rio Minho, Cortes, Tronco e Lapela
Capela e Apeadeiro da Nossa Senhora de Cabeça, Cortes
Ponto Atlântico, Lodelo
Atualmente a sede do Núcleo ASPEA Monção - Centro de Educação Ambiental, observação e interpretação da Natureza Ribeirinha
Muralhas de Monção e Centro Histórico



Museu do Alvarinho
Arquivo Municipal
Termas de Monção

Gastronomia e Vinhos
Lampreia e cordero à moda de Monção
Barrigas de frango, rosas, rosquilhos e papulos. Vinho Verde Alvarinho

Festividades e Eventos
Rali à Lampreia, último fim de semana do fevereiro
Festa do Coto e do Corpo-de-Deus, 6º fim de agosto e 1º fim de setembro
Festa do Alvarinho, 1º fim de semana de julho
Festival do Cordero à Moda de Monção, 1º e 2º fim de semana do outubro

Representou um contributo importantíssimo na valorização e dinamização territorial dando a conhecer ao turista, em simultâneo, os principais produtos e recursos da Região Porto e Norte de Portugal.

ECOPISTAS Porto e Norte de Portugal

Ecopista do Rio Minho Valença a Monção – 15 kms

Destaques:

- ✓ Prémio da 3.^a Melhor Via Verde da Europa nos 8th European Green Awards em 2017
- Pesqueiras, campos de cultivo, praias fluviais da Rede Natural 2000
- Fauna e flora da Zona de Proteção Especial dos estuários dos Rios Minho e Coura.
- Núcleo Museológico de Valença - Museu Nacional Ferroviário, instalado na antiga cocheira de locomotivas da Estação de



ECOPISTAS Porto e Norte de Porto

Ecopista Fafe | Guimarães– 21 kms

Destaque:

- Proporciona experiências únicas e muito díspares nos dois concelhos. Em Guimarães abrange a zona urbana da cidade, enquanto que em Fafe a paisagem é essencialmente rural e pitoresca.



ECOPISTAS Porto e Norte de Portugal

Ecopista Famalicão – Póvoa de Varzim
28,5 kms

Destaques:

- Está implantado numa zona rural e florestal, bem no coração do Verde Minho. Por entre bosques e milheirais, aldeias típicas e quintas vinícolas, o percurso é um excelente meio para se desfrutar da natureza da região e para a prática desportiva, num ambiente de grande beleza e tranquilidade.
- Permite a intermodalidade na ligação direta à estação ferroviária de Famalicão e à estação de Metro da Póvoa de Varzim.

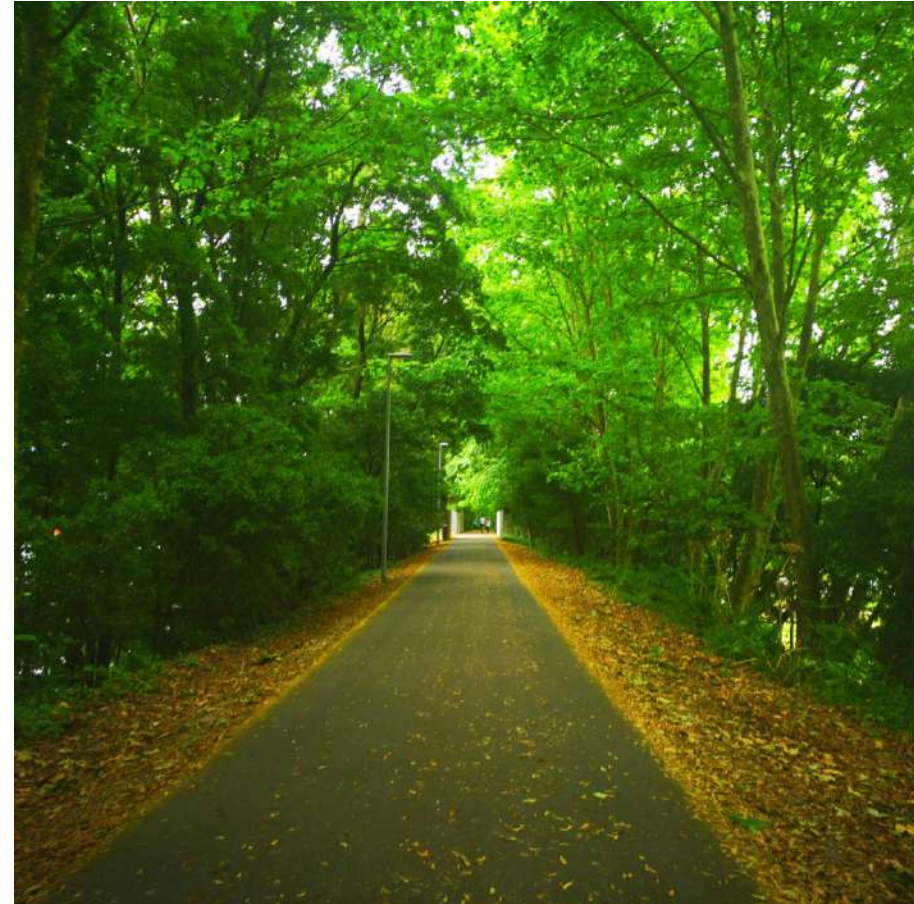


ECOPISTAS Porto e Norte de Portugal

Ecopista da Maia – 3 kms

Destaques:

- Pequeno troço recuperado da Linha de Guimarães não utilizado pelo Metro do Porto que permite a intermodalidade à estação de metro de Mandim e à rede de transportes da cidade.
- Entre os vários atrativos de um percurso, propício a passeios descontraídos, está a antiga estação e os seus belíssimos painéis de azulejos.



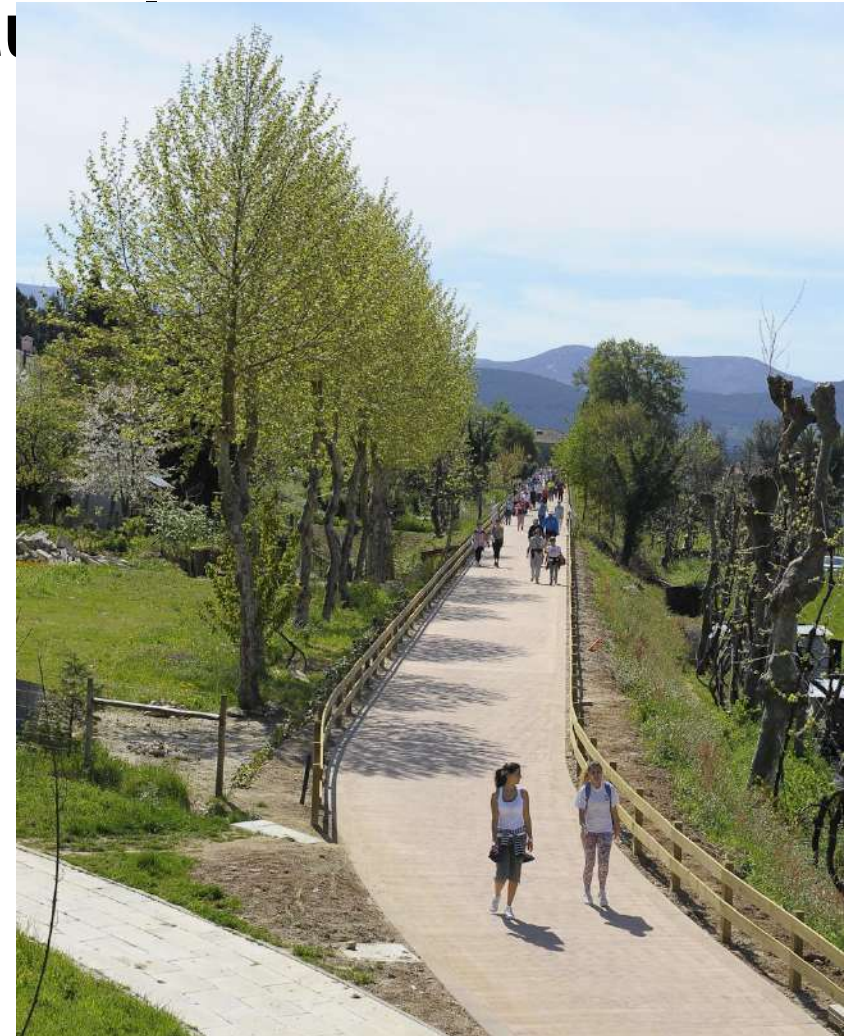
ECOPISTAS Porto e Norte de Porto

Ecopista do Tâmega

Amarante a Arco do Baúlhe – 39 kms

Destaques:

- Prémio Europeu Special European Greenways Award EYR 2021” que distinguiu o seu património ferroviário no âmbito do “European Year of Rail 2021”.
- Esta Ecopista permite um contacto muito próximo com o património natural, arquitetónico e histórico nomeadamente, as paisagens verdejantes, as aldeias, o rio Tâmega, as antigas estações, o Túnel do Gatão e o Museu das Terras de Basto.



ECOPISTAS Porto e Norte de Portugal

Ecopista Sabor

Pocinho a Carviçais -34 kms

Sendim a Duas Igrejas - 14 kms

Destaques:

- ✓ Ainda que dividida em dois troços, um no concelho de Torre de Moncorvo e outro no concelho de Miranda do Douro, esta ecopista construída sobre a antiga Linha do Sabor distingue-se pela multiplicidade de atrativos.
- De um lado, o rio Douro, a Serra do Reboredo e o Vale do Sabor, do outro os campos de cereais e oliveiras e as aldeias do PNDI onde ainda se fala o Mirandês.



ECOPISTAS Porto e Norte de Portugal

Ecopista do Corgo Vila Real a Chaves - 54 kms

Destaques:

- ✓ Implementada sobre a antiga linha de caminho de ferro Peso da Régua –Chaves, começa em Abrambres e segue até Chaves onde liga a Verin através da ecovia internacional.
- Via cénica, deslumbra pelas paisagens ribeirinhas do Corgo, as serras do Marão e do Alvão, o Vale do Aguiar e as antigas estações de Pedras Salgadas, Vidago e Chaves.



ECOPISTAS Porto e Norte de Portugal

Ecopista do Tua

Macedo de Cavaleiros a Bragança

42 kms

Destaques:

- A antiga Linha do Tua que atravessava os concelhos de Mirandela, Macedo de Cavaleiros e Bragança, foi reconvertida em ecopista estando já em uso 4,9 kms no território de M. Cavaleiros e o troço completo de Bragança.
- A diversidade impressionante da “Terra Quente Transmontana”, a Albufeira do Azibo ou a impressionante mancha de carvalho-negral são ativos incontornáveis.



Portuguese Trails

Traçados Âncora

- Ecopista do Rio Minho
- Ecovia do Rio Lima
- Ecopista do Tâmega
- Eurovelo 1 – Rota da Costa Atlântica
- GR50 Peneda-Gerês
- GR60 Montanhas Mágicas



Centros BTT (Baião, Mondim, Valongo e Vinhais)

Estes traçados totalizam cerca de 50 percursos e mais de 900 km para a prática do Cycling & Walking.

A oferta turística associada ao Cycling & Walking na região contempla várias dezenas de unidades de alojamento com requisitos Bike & Walk friendly e nesta plataforma, 11 programas de empresas especializadas

Eurovelo 1 – Rota da Costa Atlântica

A Eurovelo 1 no Porto e Norte de Portugal, conta com 4 secções:

Secção 16 (Aveiro / Porto Gaia)

Secção 17 (Porto Gaia / Esposende)

Secção 18 (Esposende / Caminha)

Secção 19 (Caminha / Valença)

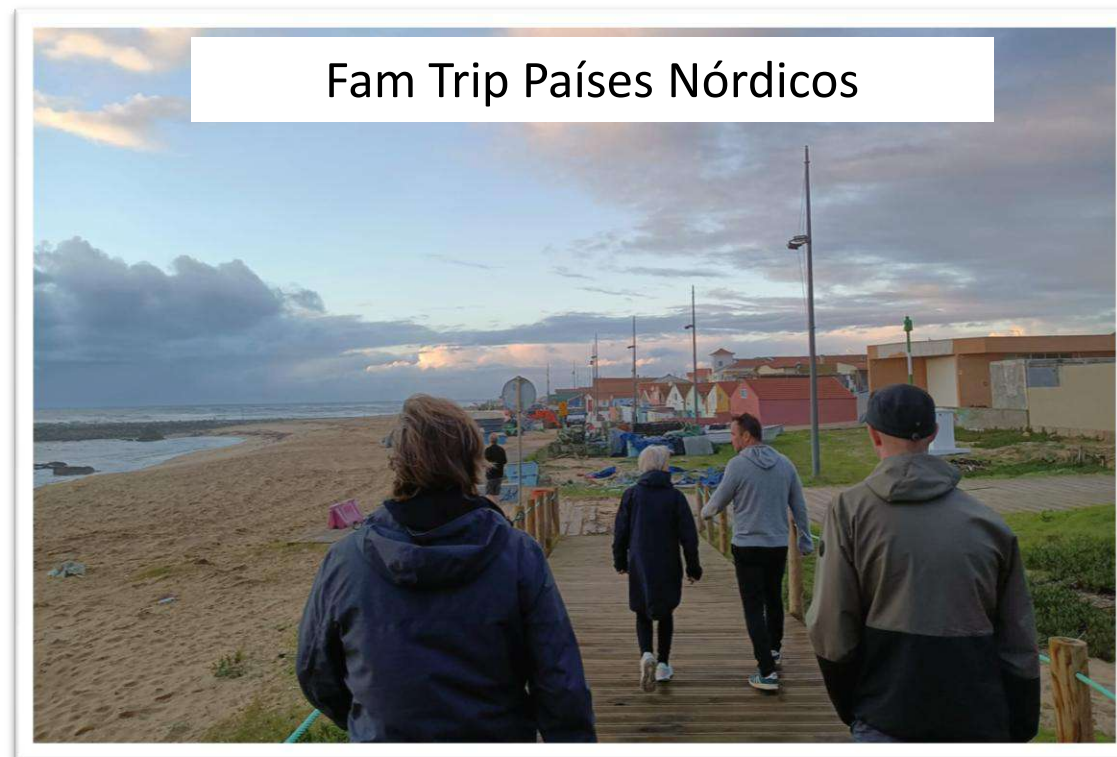


Ações de Promoção Internacional da Agência Regional de Turismo do Porto e Norte de Portugal



FAM TRIPS

Ações com agentes e operadores



PRESS TRIPS

Ações com a imprensa internacional

Press Trip Freudin Alemanha



Press Irish Daily Mail



Participação em Feiras de Produto



F.R.E.E. Munique



Adventure Travel
Networking – Reino
Unido



CMT Estugarda

Outras ações com o Trade

Conferência AITO e pós-
tours

M&I Fórum

Semana Trade nos Países

Baixos

Objetivos Gerais

Reforçar o posicionamento internacional da Região Norte em matéria de Walking & Cycling, enquanto segmento do Turismo de Natureza com potencial de crescimento sustentável e de diversificação de mercados de procura

- Colaborar ativamente com todos os parceiros para uma implementação/estruturação otimizada dos equipamentos do território;
- Trabalhar para proporcionar experiências durante todo o ano, atenuando a sazonalidade;
- Apoiar os empresários do setor na dinamização dos seus programas e serviços;
- Acolher e dinamizar Fam Trips/Press Trips no destino
- Incrementar os fluxos de turistas de cycling & walking e canalizá-los para os 4 subdestinos;
- Aumentar as dormidas e receitas no território.

“Promover o turismo responsável e reforçar a perceção de destino sustentável é garantir a atratividade ao território”

Resultados

Este produto – juntamente com toda a oferta estruturada do destino - tem contribuído para o desempenho excepcional do Porto e Norte de Portugal:

A evolução tem sido gradual e muito positiva:

Em 2023, apesar da conjuntura global e da situação europeia, em particular, o Porto e Norte alcançou um **crescimento de 30% no número de hóspedes e nas dormidas, atingindo quase os 07 milhões de hóspedes e 13,3 milhões de dormidas. Nos proveitos atingiu o recorde de 48%**. Fechou o ano perto dos mil milhões de taxa de ocupação.

Tendências e desafios

*Ambicionamos que o Porto e Norte seja um destino de vanguarda internacional, afirmando-se como uma **região europeia de referência**. Queremos que todas as ações nos levem a ser um dos destinos mais competitivos e sustentáveis*



Festivais de Caminhadas

Os **Festivais de Caminhadas** são programas estruturados, com dois ou mais dias de atividades contínuas e imersivas nos territórios, em particular em parques naturais.

Walking in Tua: Festival do Parque Regional Natural Vale do Tua que acontece anualmente, um fim de semana em cada um dos 5 concelhos do parque (Alijó, Vila Flor, Murça, Carrazeda de Ansiães e Mirandela) em época média-baixa: março, abril e maio | setembro e outubro.

A programação, muito diversificada, inclui: caminhadas, refeições, provas de vinhos, degustações de produtos endógenos, visitas ao património, atividades nas aldeias (moagem de cereal, workshops de preparação de pão, construção de adereços medievais), jogos tradicionais, observação do céu, animação musical e teatral...

Geocaminhadas Passadiços Caminhos de Peregrinação



As **Geocaminhadas** refletem a complementaridade do geocaching com os percursos pedestres, englobando percursos pedestres e/ou cicláveis onde existem ou foram adicionadas *geocaches*.

Os **Passadiços** são estruturas em madeira elevadas concebidas para o contacto com a natureza, a contemplação dos seus elementos diferenciadores e a vivência de experiências de elevado valor simbólico. Inseridos em trilhos pedonais e/ou cicláveis, ou como oferta autónoma de atividade física, os passadiços permitem caminhar ao ar livre, andar de bicicleta ou correr e fruir de paisagens também em locais antes inacessíveis.

Arouca é o caso de maior notoriedade. Os Passadiços do Paiva, no coração do seu Geoparque e no contexto da Rede Natura 2000 acompanham a margem esquerda do rio Paiva, com 8.700 metros de extensão. Esta estrutura bateu recordes de visitantes e tem sido desde 2016 galardoada com prémios nacionais e internacionais, entre eles o *World Travel Awards* nas categorias de “Melhor Projeto Europeu de Desenvolvimento Turístico” e “Melhor Projeto Europeu de Atração Turística de Aventura”.

Os **Caminhos de Peregrinação** são percursos que emergem da motivação espiritual e religiosa com base nas peregrinações a templos e locais sagrados, como são exemplo os Caminhos de Santiago, onde, hoje, é evidente a incorporação de uma dimensão cultural e turística que difere de um circuito essencialmente religioso, como é o caso dos Caminhos de Fátima. Oferta no Porto e Norte: Caminho da Costa, Central, Interior, Caminho de Torres e



Os Sky Roads/Granfondos são eventos de cicloturismo que “remetem os praticantes para as grandes emoções das etapas de montanha das principais provas de ciclismo mundial”.

Trata-se de provas sem carácter competitivo abertas a todos os ciclistas, em que os participantes andam ao seu ritmo em toda a extensão do percurso, sendo-lhes, no entanto, cronometrado, por meios eletrónicos (chip), o tempo que demoram a completar a totalidade do percurso ou determinados segmentos específicos. Exemplos na Região Norte:

Love Tiles Douro Granfondo, Granfondo Senhora da Graça (Mondim de Basto) entre outros que se realizam em Bragança, Melgaço ou Monção com centenas ou milhares de participantes, os quais geram efeitos muito positivos para a economia local.

Sky Roads



As Bike Roads (Subidas Épicas) são percursos cicláveis em espaços de montanha que pretendem constituir desafios, configurar experiências das sensações vividas pelos ciclistas nas subidas míticas de grandes provas internacionais e permitir uma utilização autónoma ao longo de todo o ano, de modo individual ou em grupo, segundo critérios técnicos específicos.

Bike Roads

A oferta atual deste conjunto de estradas e cenários paisagísticos únicos para a prática (amadora) de ciclismo e cicloturismo inclui já alguns traçados no Norte: em Mondim de Basto (Senhora da Graça, no Monte Farinha); na Serra do Alvão (Ponte d'Olo – Alto da Barra; Ponte dos Presuntos – Alto da Barra; Ponte de Infesta – Barreiro; Ermelo – Barreiro) estando em fase de projeto ou implementação propostas semelhantes nas serras da Gralheira, Montemuro e

**PORTO
E NORTE**

OBRIGADO!

Paula Reis

paula.reis@portoenorte.pt