

Siga o trilho traçado; Respeite a Natureza, as pessoas e a propriedade privada; Leve mapa ou dispositivo GPS com traçado do percurso a realizar; Leve companhia; Informe alguém sobre a realização do percurso; Tenha presente as condições meteorológicas e avisos da Proteção Civil. take; Bring company along; Inform someone about the route you will take; Keep in mind the weather conditions and Civil Protection warnings

Contactos úteis / Useful contacts

São Pedro do Sul

Centro de Saúde / Healthcare Centre: (+351) 232 720 180/3

GNR / Police: (+351) 232 720 060

Bombeiros / Fire Brigade: (+351) 232 720 110/8

Posto de Turismo / Tourism Office: (+351) 232 711 320 / 232 720 140 www.cm-spsul.pt

SOS:

www.cimvdl.pt













Turismo

Centro **Portugal**







PORTUGAL

















Sinalética / Path signage









Virar à esquerda

Coincidência temporária de PR e GR





Cascata do Pinho / Pinho Waterfall

A Rota da Larania é a melhor forma de conhecer o território da freguesia de Valadares que, da margem direita do Vouga, se eleva até ao topo da Serra da Gravia, sendo delimitado a nascente pelo curso do rio Varoso, que nos separa da majestosa e luxuriante colina onde no século XII foi fundado o primitivo Mosteiro de São Cristóvão de Lafões, pela Ordem de Cister.

O rio Varoso, mais do que um delimitador de espaços, é essencial para o regadio das culturas agrícolas de Paradela, onde se inclui um belo laranjal. Mas como a povoação está distante do seu leito, as gentes da terra solucionaram o problema construindo uma longa levada, com cerca de 4 km, que capta as suas águas na encosta abaixo da Capela de S. Caetano e daí as leva à povoação. Um troço rico em vegetação autóctone, onde árvores como o sobreiro, o loureiro e o medronheiro criam um denso e refrescante coberto florestal.

The Orange Route is the best way to discover the territory of Valadares civil parish which, rising from the right margin of Vouga River, raises till the top of Gravia Mountain Range, bordered to the east by the course of Varoso River which separates us from the lush hill where, in the 12th century was founded by the Order of Cistercians the primitive S. Cristóvão de Lafões Monastery.

More than a space bordering element, Varoso River is essential to the irrigation of Paradela agricultural crops, where a fine orange grove is included. But since the village is distant from the riverbed, the population solved the problem by building a long irrigation channel of about 4 km, which captures its waters on the slope below S. Caetano Chapel and from there conducts them to the village. This is a section rich in autochthonous vegetation where trees as the cork tree, the laurel and the strawberry tree build a thick and refreshing forest cover.

Descobrir em São Pedro do Sul

- . Ecopista do Vouga
- . Mosteiro de S. Cristóvão de Lafões
- . Termas de S. Pedro do Sul

Discovering in São Pedro do Sul

- . Vouga Greenway
- . São Cristóvão de Lafões Monastery
- . São Pedro do Sul Thermal Baths



Rota da Laranja

Pontos de interesse / Points of interest

- 1 ► Igreja Matriz de Valadares / Valadares Main Church 2 ► Santuário de Na Sra de Fátima / Na Sra de Fátima Sanctuary
- 3 ► Albufeira da Barragem de Ribeiradio / Reservoir of Ribeiradio Dam 4 ► Cascata do Pinho / Pinho Waterfall 5 ► Poldras do Tronco
- 5 ► Tronco Step-Stone Bridges 6 ► Capela de Na Sra das Neves / Na Sra das Neves Chapel 7 ► Capela de S. Caetano / S. Caetano Chapel

Gralheir

- 8 ► Mosteiro (Monastery) de S. Cristóvão de Lafões 9 ► Rio Varoso / Varoso River 10 ► Bosque / Forest
- 11 ► Levada de Paradela / Paradela irrigation channel 12 ► Capela de São Pedro / São Pedro Chapel



▶ Descrição do percurso

O percurso parte da Igreja Matriz de Valadares, onde um pequeno laranjal dá o mote para o nome da rota. Seque rumo a poente, por caminhos florestais, encontrando o Santuário de Nº Srº de Fátima no Gamoal. Cruza a EN333-3 em Lajiais e daí desce a encosta até muito perto do leito do Vouga, permitindo um desvio até à Quinta do Pinho para apreciar as vistas para a albufeira da Barragem de Ribeiradio, bem como a vistosa cascata do Pinho. De novo no percurso, segue-se a grande subida até Covelo, passado pelas Poldras do Tronco, seguindo depois por eucaliptal até Boavista, bem perto do ponto mais alto da Serra da Gravia, mãe das gentes destas terras. Passa por Pedreira e Granja e ao chegar à Capela de S. Caetano abrem-se os horizontes, quer para o antigo Mosteiro de S. Cristóvão de Lafões, quer para o verdejante vale do rio Varoso, no qual o caminho se embrenha, percorrendo um denso bosque de árvores autóctones alimentado pelas águas do Varoso que, a dada altura, são desviadas para uma levada [1] que o acompanhará ao longo de 4 km, num caminho de espetacular beleza e frescura, repleto de flores e vida animal, até Paradela. Depois de atravessar mais algumas povoações, retorna ao coração de Valadares.

Description of the route

The route begins at Valadares Main Church, where a small orange grove sets the tone for the route's name. It heads west, through forest paths, finding the Nº Srº de Fátima Sanctuary in Gamoal. It crosses national route EN 333-3 at Lagiais and from there goes down the slope until very close to Vouga riverbed, allowing for a detour to Quinta do Pinho to enjoy the views of Ribeiradio Dam Reservoir, as well as the very attractive Pinho waterfall. Once again on the route, there follows the great climb till Covelo, passing by Poldras do Tronco (Tronco Step-Stone Bridges), following then through an eucalytptus wood till Boavista, very close to the highest point of Gravia Mountain Range, the mother of people who inhabited these lands. It passes by Pedreira and Granja and when arriving at Capela de S. Caetano, horizons open up either towards the old S. Cristovão de Lafões Monastery or to the verdant valley of Varoso River, in which the route immerses, going through a thick wood of autochthonous trees, fed by Varoso River waters which, at some point are diverted towards an irrigation channel [1] which will accompany it along 4 km, in a path of stunning beauty and coolness, full of flowers and animal life till Paradela. After crossing some more villages it returns to the centre of Valadares.

Época aconselhada Recommended season

600m

360

240

120

O percurso pode ser efetuado em qualquer época do ano, tendo os seus utilizadores que tomar algumas precauções face às elevadas temperaturas que se podem fazer sentir durante o verão. Durante os periodos de maior precipitação recomenda-se algum cuidado com as águas escorrenciais, na travessia de troços alagadiços e nas passagens sobre cursos de água.

The tour can take place in every season; however, participants are advised to take some precautions regarding high temperatures which may occur in summer. During periods of heavy rainfall, care must be taken when crossing some marshy sections or passing over watercourses.

Fontes Valadares Ribeira Paradela Caşal de Sejaes Legenda / Caption PR8 SPS Estrada asfaltada / Paved road PR8 Sentido aconselhado do percurso Advised direction of the path Nível de difficuldade / Grading Localização

São Pedro

do Sul

MÉDIO / MODERATE

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens

diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil)

The difficulty level is represented by 4 different symbols each of which ranges from 1 (the easiest) to 5 (the most

Laranjais

A Laranjeira (*Citrus x sinensis*) é uma das provas de que o mundo já era global antes da globalização. Com origem nas regiões entre a Índia e os Himalaias, chega à Península Ibérica pela mão dos romanos e mais tarde dos árabes. As espécies inicialmente cultivadas na Europa eram amargas, reconhecidas pelas suas propriedades medicinais, tendo sido os mercadores portugueses, já no século XVI, a introduzir a laranja doce no continente, vinda da Índia.

The Orange groves

The Orange Tree (Citrus x sinensis) remains as one of the proofs that the world was already global prior to globalization. Having its origin in a region between India and the Himalayas, it is introduced to the Iberian Peninsula by the romans and, thereafter, by the arabs. The species initially cultivated in Europe were bitter, well recognized due to its medicinal properties; it was only in the 16th century that the sweet orange was introduced to the continent by Portuguese merchants, brought from India.