



SPS
PR2

Rota das Bétulas

São Pedro do Sul

9,45 km
Distância / Distance

3h30
Duração / Duration

Código de conduta / Walking code

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. Follow the predetermined trail; Respect nature, people and private property; Take a map or GPS device with the track of the route you will 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: 112

Comunidade Intermunicipal Viseu Dão Lafões
www.cimvdl.pt

PROMOTOR



CO-FINANCIAMENTO



PARCERIA



PERCURSOS REGISTRADOS E HOMOLOGADOS



CONTEÚDOS / DESIGN GRÁFICO



Onde comer
Where to eat



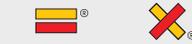
Onde ficar
Where to stay



Sinalética / Path signage

© FCMP

Percurso pedestre PR
Short distance walking path



Caminho certo / Right way

Caminho errado / Wrong way



Virar à esquerda / Turn left

Virar à direita / Turn right

Coincidência temporária de PR e GR
Concurrence of GR and PR path



Trilhos e caminhos num vale encantado
Trails and paths in an enchanted valley

Bosquete de bétulas / Birch grove

A Bétula é a árvore rainha de um percurso que entra no coração de um território suspenso no tempo. Árvore da família *Betulaceae*, da qual fazem parte também o amieiro (*Alnus glutinosa*) e a aveleira (*Corylus avellana*), terá surgido há mais de 30 milhões de anos e hibernado nas longas glaciações que nos antecederam. De perfil reto e tronco não muito largo, de casca lisa, alcança entre 10m e 15m de altura, ocorrendo em Portugal as espécies *Betula pubescens*, *Betula celtiberica* e *Betula pendula*.

As sabedorias tradicionais e científicas concordam quando a definem como uma árvore generosa. Tem a extraordinária capacidade de alterar as condições dos solos, enriquecendo-os em nutrientes e em auxinas, hormonas de crescimento que permitem o florescer de outras vidas e favorecem em especial o crescimento de carvalhos. Dela tudo pode ser utilizado: a madeira branca, as folhas jovens, a seiva primaveril e mesmo a fina casca. Uma árvore generosa.

Birch is the queen of trees in a route which gets into the heart of a territory suspended in time. A tree in the family *Betulaceae* which also includes alders (*Alnus glutinosa*) and hazels (*Corylus avellana*), it might have originated more than 30 million years ago and hibernated during the glaciations that preceded us. It presents a straight profile and a not very wide trunk, a smooth bark, reaching between 10 to 15 meters high; species occurring in Portugal are *Betula pubescens*, *Betula celtiberica* and *Betula pendula*.

Both traditional and scientific wisdom agree when defining it as a generous tree. It has the extraordinary capacity of modifying the soils' conditions, enriching them with nutrients and auxin, growth hormones which enable blooming of other lives, mostly the growth of oak trees. All of it can be used: the white wood, the young leaves, the spring sap and even the thin bark. A truly generous tree indeed!

Descobrir em São Pedro do Sul

- . PR1 SPS - Rota de Manhouce
- . PR3 SPS - Rota da Cárcoda
- . Candal e Póvoa das Leiras

Discovering in São Pedro do Sul

- . PR1 SPS - Manhouce Route
- . PR3 SPS - Cárcoda Route
- . Candal e Póvoa das Leiras

**PR2
SPS**

Rota das Bétulas

Início / Starting point
Retiro da Fraguinha
 GPS: 40°49'56.96"N; 8°9'31.39"W

Distância / Distance
9,45 km

Duração / Duration
3h30

Tipo de percurso / Type of path
Circular

Desnível Acumulado / Cumulative Gap
+443 m



► Descrição do percurso

Este é um percurso idílico para os amantes das montanhas e das suas nuances, onde não raras vezes o belo se contrasta com o austero. Parte do Retiro da Fraguinha, bem perto do bosque de bétulas que lhe dá nome, e sobe até ao topo da Serra da Arada, uma das que integram o impressionante Maciço da Gralheira, que nesta geografia é fronteira natural entre a Beira Alta e a Litoral.

No topo da serra é muito provável que se veja acompanhado de gado bovino itinerante, que parece não ter limites na sua diária exploração destes recantos isolados. No miradouro da rib³ Escura os horizontes são de perder a vista. Serranias nuas, de matos rasteiros e ásperos, cada uma com sua cor, interrompidas aqui e ali por profundos vales encaixados. A descida até ao Candal [1] é longa e sinuosa, por antigo caminho talhado em granito. Nas duas aldeias, surpreenda-se com a arquitetura vernacular e com os muitos canastos ainda hoje necessários. A viagem de retorno à Lagoa da Fraguinha acompanha, logo à saída de Póvoa das Leiras, uma extensa levada que há séculos alimenta estas povoações. Cuidado neste troço! O caminho é estreito e a encosta muito íngreme.

► Description of the route

This is an idyllic route for lovers of mountains and their nuances where, not infrequently, beauty contrasts with sobriety. It starts at Retiro da Fraguinha, quite near the birch grove whose name it bears and goes up to the top of Arada Mountain Range, one of those integrating the impressive Gralheira Massif which, in this region, is the natural border between *Beira Alta* and *Beira Litoral* (Portuguese regions).

At the top of the mountain range, it is quite possible that you may find the company of itinerant cattle, that seems to find no limits in the daily exploration of these secluded nooks. At Escura Creek viewpoint, horizons are never ending. Bare mountains with rough, scrub thickets, each one with its own colour, separated here and there by deep recessed valleys. Descent towards Candal [1] is long and winding, through an old path carved in granite. In the two villages be surprised by the vernacular architecture and by the many granaries today still needed. Upon leaving Póvoa das Leiras, return journey to Fraguinha Lagoon follows an extensive irrigation channel which for centuries has nourished these populations. This section requires special caution! The path is narrow and the slope steep.

Candal e Póvoa das Leiras

As aldeias de Candal e Póvoa das Leiras, separadas pela rib³ do Paivô, parecem emergir dos contornos das montanhas, tamanha a naturalidade da sua implantação e dos terrenos agrícolas em soalcos, cada vez mais raros nestas latitudes. Se a cenografia à distância é avassaladora, no percurso entre as duas aldeias um velho e denso carvalhal promete abraçar quem o atravessar. A água corre livre e selvagem e a flora parece ser dona da si própria.

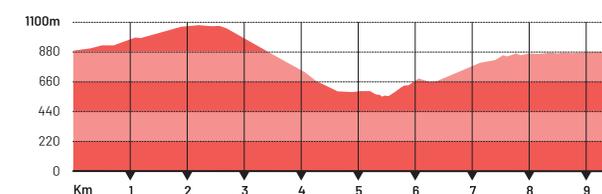
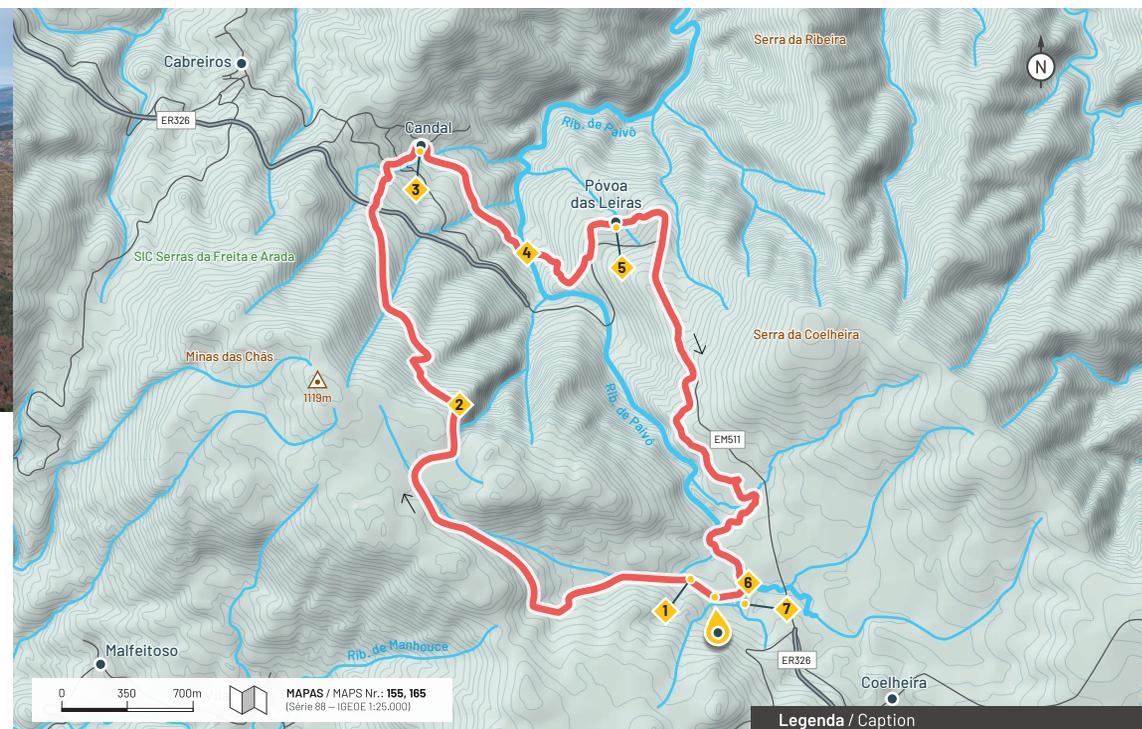
Candal and Póvoa das Leiras

The villages of Candal and Póvoa das Leiras, separated by Paivô Creek, seem to arise from the mountains' outline, such is the natural way of its implantation and of the terracing fields, increasingly rare in this region. The far reaching scenery is overwhelming and in the journey between the two villages, an old and thick oakwood seems to envelop and embrace those who cross it. Water flows free and wild and flora seems to be its own master.



✦ Pontos de interesse / Points of interest

- 1 ► Bétulas / Birches – 2 ► Miradouro - Ribeira Escura / Viewpoint - Escura Creek
- 3 ► Candal – 4 ► Ribeira do Paivô / Paivô Creek – 5 ► Póvoa das Leiras
- 6 ► Levada / Irrigation channel – 7 ► Lagoa da Fraguinha / Fraguinha Lagoon



Legenda / Caption

- PR2 SPS
- Início do percurso / Starting point of the walking path
- Estrada asfaltada / Paved road
- Marco geodésico / Geodesic landmark (1119m)
- Sentido aconselhado do percurso / Advised direction of the path

Época aconselhada / Recommended season

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 períodos 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.

Nível de dificuldade / Grading

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 difficult)

1	2	3	3
advertência do meio ambiental / environmental warning	orientação / orientation	uso de picos / type of pick	esforço físico / physical effort

Localização / Location

