



## Actividades em Abril de 2000

- **A PLATAFORMA DE S.JOÃO DAS LAMPAS (Marcha CCC)**  
8 de Abril, Sábado – 2 botas
- **ENTRE PORTUGAL E A ANDALUZIA**  
15 de Abril, Sábado e 16 de Abril, Domingo – 3 botas
- **XV ENCONTRO PENINSULAR DE MONTANHA**  
29 de Abril, Sábado a 1 de Maio, 2ª feira – 2/3 botas
- **PARQUE FLORESTAL DE MONSANTO**  
7 de Maio, Domingo – 1 bota
- **TERRAS DE BASTO**  
13 de Maio, Sábado e 14 de Maio, Domingo – 3 botas

### AVISO MUITO IMPORTANTE! Novo horário de atendimento aos sócios

1. A partir do mês de Abril, o horário de atendimento passará a ser às 5ª. feiras das 14h00 às 19h00;
2. As inscrições serão efectuadas exclusivamente por carta, acompanhada de cheque, recebida no Clube até à 3ª feira anterior à realização da actividade; as inscrições serão consideradas por ordem de chegada;
3. O cheque deverá ser acompanhado da seguinte informação: identificação da actividade, n.º. do sócio, nome completo do sócio ou familiares directos a inscrever, n.º. do cheque, Banco, local de entrada no autocarro ou participação em viatura própria;

Nas actividades haverá uma caixa de correio para depósito de cartas e um Director que poderá prestar esclarecimentos, mas não receberá directamente quaisquer inscrições.

## A PLATAFORMA DE S.JOÃO DAS LAMPAS

### “O natural e o humano na região saloia”

8 de Abril, Sábado – 2 botas (marcha CCC)

Voltamos ao sempre aprazível concelho de Sintra, desta vez à freguesia de S.João das Lampas, para uma actividade que nos proporcionará uma bela caminhada, através de uma zona rural de relevo muito diversificado e que certamente vos encantarão. A riqueza do solo, a proximidade do mar e um conjunto de ribeiras que recortam a paisagem em vales férteis, permitiu desde os tempos mais remotos a fixação de povos que nos legaram vestígios da sua presença e preciosos exemplares das suas construções. São pontes, calçadas, represas, azenhas e moinhos, por onde iremos passar e admirar. Terminaremos a tarde com um lanche no Centro de Dia de S.João das Lampas.

**Características do percurso:** Actividade com cerca de 15 km, sem grandes dificuldades, com vários desníveis entre os 50 e os 150 m de altitude e em piso fácil.

**Cartografia:** Folhas nº 401-A e 402 da carta militar de Portugal (1/25000) do I.G.E.

**Participação em viatura própria:** com inscrição prévia no Clube até ao dia 4 de Abril.

**Local de concentração:** No Largo da Igreja de S.João das Lampas às 10h00 da manhã.

**Partida:** Algés 08h00 e Campo Pequeno 08h30.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	4 250\$00	3 000\$00
Viatura própria	3 000\$00	1 500\$00

**Observações:** O preço inclui transporte, seguro, actividade e lanche com convívio.

## ENTRE PORTUGAL E A ANDALUZIA

### “O Guadiana e as suas vilas fronteiriças”

15 de Abril, Sábado e 16 de Abril, Domingo – 3 botas

Actividade nas duas margens do Baixo Guadiana internacional, em paisagens de montado, esteval e beira-rio de grande beleza. Teremos a oportunidade de observar as marcas deixadas pelo homem desde os tempos mais recuados: vestígios megalíticos (1 menir); defesa do território ( 3 castelos de diferentes épocas, 4 antigos postos da Guarda Fiscal); verdadeiros monumentos da antiga actividade mineira da Faixa Piritosa Ibérica (2 portos, 2 linhas de caminho de ferro, 1 estrada romana); e, ainda, aproveitamentos dos recursos hídricos (1 barragem, 1 canal, 2 antigos moinhos de água). Passaremos ainda pelas vilas históricas gémeas de Sanlúcar de Guadiana e de Alcoutim.

A actividade tem início junto da capela de Santa Teresinha, sobranceira ao porto do Pomarão, passando-se para Espanha pela barragem do Chança. O primeiro dia termina com a subida ao Castelo de Sanlúcar e a travessia, em barco, de regresso a Portugal. O segundo dia começa com uma visita ao castelo e igrejas de Alcoutim. Após percorrermos a margem direita do Guadiana e o troço final do Vascão, o autocarro espera-nos na antiga povoação mineira de Cortes Pereiras.

**Características do percurso:** do lado espanhol, percurso sem grandes dificuldades; Castelo de Sanlúcar - 100 m de desnível. Na margem portuguesa do Guadiana, alguns caminhos mal assinalados ao longo de encostas mais abruptas sobre o rio e travessia de algumas linhas de água; subida para Monte Vascão - desnível de 100 m .

**Cartografia:** Folhas 567 e 575 da carta militar de Portugal (1/25000) do I.G.E.

**Partida:** Algés 06h15 e Campo Pequeno 06h30.

**Participação em viatura própria:** Não é possível.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	5 000\$00	3 500\$00

**Alojamento:** Ginásio da Escola Básica Integrada de Alcoutim. Alternativa (não incluída no preço e com reservas a realizar pelos próprios): estalagem\*\*\* (281540120) ou pensão (281546173).

**Recomendações:** É necessário levar farnel e água. Abastecimento possível apenas no final do primeiro percurso (Sanlúcar de Guadiana / Alcoutim) e no início e fim do 2º percurso (Alcoutim e Cortes Pereiras). O escudo é aceite em Espanha. É obrigatório o uso de botas. Bastões aconselháveis no segundo dia.

## **XV ENCONTRO PENINSULAR DE MONTANHA (Galiza)**

28 de Abril, 6ª feira a 1 de Maio, 2ª feira.

O XV Encontro Peninsular de Montanha é organizado este ano pelos nossos companheiros espanhóis. A área a descobrir é uma das regiões mais bonitas da Galiza, próximo da serra de Courel. Albufeiras, montanhas, monumentos e história marcam a envolvente física e humana. Na bacia de Verin, próximo de Orense, procure descobrir uma das paisagens mais pitorescas da Galiza interior. O programa de actividades está disponível na sede do Clube. O CAAL organiza autocarro para esta actividade.

**Partida:** dia 28, 6ª feira. Algés 22h00 e Campo Pequeno 22h15.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	8 750\$00	7 000\$00

No preço está incluído: transporte, campismo, actividades e seguro.

**Alojamento:** em lugar de "acampada", com condições mínimas.

**Observações:** As inscrições devem ser feitas até 24 de Abril (2ª feira).

## **PARQUE FLORESTAL DE MONSANTO**

7 de Maio, Domingo – 1 bota

O CAAL vai promover, uma vez mais, a realização de um passeio dos "Caminheiros de Monsanto".

Local de concentração: Cruz das Oliveiras, junto aos bombeiros. Início à 9h30 e final no mesmo local.

Inscrição no local.

## **TERRAS DE BASTO**

**"No limiar do Minho a transição do campo-prado para a montanha"**

13 de Maio, Sábado e 14 de Maio, Domingo – 2/3 botas

Entre o Minho e Trás-os-Montes, entre a Serra da Cabreira e o Barroso, terras de campos e ribeiros e de aldeias com estranhos nomes. Uma actividade a não perder.

Sábado, 13 – Partida da aldeia das Torrinheiras, na serra do mesmo nome, pegadinha à Cabreira, subida ao marco geodésico (1191 m) de magníficas vistas; descida por entre campos e moinhos, passando pela pequeníssima aldeia de Porto d'Olho, Travassô e por Teixugueiras, para ir atravessar a ribeira do Rio Douro (é assim mesmo) e, acompanhando um pouco a sua margem esquerda, alcançar o lugar da Igreja, em Rio Douro com os seus dois cemitérios.

Domingo, 14 – Da aldeia do Formigueiro baixaremos até Pisão, na ribeira de Cavês, muito perto do sítio

chamado Nariz do Mundo e visitaremos Uz. Moscoso será o nosso ponto de chegada, deixando para trás a serra da Seixa.

**Características do percurso:** Dificuldade média. Utilizar-se-ão caminhos largos e em uso e também trilhos esquecidos. Desníveis não demasiado acentuados mas com pequenos troços de caminho a exigir algum cuidado. Cerca de 18 km cada percurso. Possibilidade de encontrar zonas alagadas. É obrigatório o uso de botas.

**Cartografia:** Folhas nº 58, 59 e 72 da carta militar de Portugal (1/25000) do I.G.E.

**Partida:** Algés 06h30 e Campo Pequeno 06h45.

**Participação em viatura própria:** É possível com inscrição prévia no Clube e desde que assegurem as ligações entre os pontos de chegada e de partida. Ponto de encontro no dia 13, Sábado, às 13h30, na aldeia de Torrinheiras, desvio à esquerda, a seguir ao km 39 da estrada 311 que liga Cabeceiras de Basto ao Salto.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	7 500\$00	6 000\$00
Viatura própria	2 750\$00	1 000\$00

**Alojamento:** Parque de Campismo Clube de Campo Valsereño – Rio Douro. O Parque dispõe de alguns (poucos) quartos para alugar. Telefone: 253 662172, 253 662047. Alojamento alternativo em Cabeceiras de Basto.

## **NOTÍCIAS**

### **•Alteração de datas**

A actividade "Serra da Peneda" calendarizada para 13 e 14 de Maio será adiada para 8 e 9 de Julho. A actividade "Terras de Basto" que se deveria realizar a 8 e 9 de Julho será antecipada para 13 e 14 de Maio.

### **•Escalada**

Vai realizar-se nos próximos dias 15 e 16 de Abril, na Rocha da Pena – Salir, mais uma actividade de escalada organizada pelo GDAE.

### **•Sessão na sede**

Tema: Travessia da África Meridional (Namíbia, Botswana e Zimbábue)

No dia 13 de Abril (Quinta-feira), às 21:30, haverá uma sessão de audiovisual sobre uma viagem ao continente africano dos companheiros Jorge Gomes e Carlos Miranda. Comparece e traz um amigo!

### **•AbrilMarão 2000**

O Grupo de Montanha do Amarante F.C. vai organizar mais uma vez o AbrilMarão, de 14 a 16 de Abril de 2000, estando prevista uma marcha de montanha de cerca de 6 horas, na Serra do Marão. O programa está disponível no CAAL para quem pretender participar.

CAAL – Clube de Actividades de Ar Livre

ASSOCIAÇÃO DE DEFESA DO AMBIENTE

Presidente: M.Godinho

Centro Associativo do Calhau – Sítio do Calhau - Parque Florestal de Monsanto

1500-045 Lisboa

NIB 0035 0216 00047376 630 29

Conta 0216 0473 76630 – CGD Cascais

Tel.: 21. 778 83 72

Fax: 21. 778 83 67

email: caal@mail.telepac.pt

Horário de expediente (temporário): 5ª feira das 14h00 às 19h00.