

# Arlivre Informação

## Editorial

Coincidindo com o início da Primavera, comemora-se no próximo dia 21 de Março o Dia Mundial da Floresta e da Árvore. Para o CAAL esta é uma data muito importante e o nosso Clube vai mais longe, já que considera que é sua obrigação dinamizar e participar em iniciativas concretas para a conservação e manutenção da floresta Portuguesa.

Para esse efeito, aderiu ao projecto "Um Milhão de Carvalhos para a Serra da Estrela" tendo colaborado não só no transporte dos carvalhos para os locais de plantio mas também, nos últimos 3 meses, procedido à plantação de cerca de 2800 árvores. Colaborou igualmente no enquadramento de outros grupos, que se deslocaram à Serra para esse efeito, e motivou e acompanhou a Escola Secundária Fernando Namora, da Amadora, que, por sua vez, semeou mais de 8000 bolotas.

## Resumo

24 e 25 de Março	Sábado e Domingo	Alafum IV
31 de Março	Sábado	De S. Pedro do Corval a Monsaraz
6 a 8 de Abril	Sexta a Domingo	Dão Terras Altas
14 de Abril	Sábado	Aljustrel
21 de Abril	Sábado	Portas de Ródão
28 de Abril a 1 de Maio	Sábado a Terça	Montalegre

### Por Terras de Alafum IV

24 e 25 de Março – Sáb. e Dom. - 2/3 botas

Percorrendo trilhos Incas e antigos caminhos-de-ferro

Autocarro 62,00 € / Men. 21 anos 37,00 €

Viatura própria 42,00 € / Men. 21 anos 31,00 €

Vamos mais uma vez percorrer as terras de Alafum, com a sua habitual beleza, começando mais a Norte, na Serra da Gralheira, contemplando de um lado a Serra da Estrela e do outro o vale do rio Deilão, passando por rebanhos e pastores e, inevitavelmente, por "plantações de eólicas".

Mais perto do castelo de Alafum, vamos conhecer o estreito vale da ribeira de Ribamá, passar por Figueiredo das Donas, e percorrer o antigo trajecto da linha-férrea do vale do Vouga.

**Sábado** - Começamos na ponte de Ribamá, percorrendo o vale com o mesmo nome e fazendo um pequeno trajecto num caminho romano até Figueiredo das Donas. Aproveitamos depois a antiga linha de caminho-de-ferro para percorrer as verdejantes terras à volta de S. Miguel do Mato.

**Domingo** - Iniciamos o passeio no Alto de Gourim, a cerca de 1000m de altitude, em direcção a Norte, para a serra da Coelheira, e ao Trilho Inca, assim chamado pelas suas semelhanças com o seu homónimo da América do Sul. É um trilho espectacular, encaixado nas profundezas do maciço da Gralheira, que o Clube já percorreu, em parte, há alguns anos, mas que vale sempre a pena repetir. Desta vez, vamos percorrê-lo em sentido ascendente, avistando Candal e Póvoa das Leiras, ao fundo.

Falta-nos apenas caminhar ao longo de uma levada de água, junto à ribeira de Paivô para chegarmos à Fraguinha.

Depois, como já vem sendo hábito, vamos repor as energias com um petisco na quinta de Valgode, antes de regressarmos a Lisboa.

**Características dos percursos:** Com alguns desníveis, por caminhos de pé posto e estradão.

**Sábado - 2 botas.** Percurso sem dificuldades. Possibilidade de neutralização.

**Domingo - 3 botas.** Percurso de média extensão, por caminhos de piso muito irregular. Possibilidade de neutralização.

**Cartografia:** Folhas 177, 165, 166 e 155 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

**Recomendações:** Não esquecer de levar protecção para a chuva e agasalhos, visto que, no Domingo, o passeio se desenvolve a cerca de 1000m de altitude, o que pode ser sinónimo de vento e frio.

**Aconselhável o uso de botas de montanha.**

**Alojamento:** Na Pousada da Juventude das Termas de S. Pedro do Sul.

**Partida:** Sábado, dia 24, às 06h45 de Algés e às 07h00 de Sete Rios.

**Participação em viatura própria:** Concentração no Sábado, dia 24, às 10h45, junto à estação de camionagem de Vouzela.

**O preço inclui o alojamento e o lanche ajantarado.**

### De S. Pedro do Corval a Monsaraz

31 de Março - Sábado - 2 botas

Por terras do barro e do vinho

Autocarro 45,00 € / Men. 21 anos 30,00 €

Viatura própria 34,00 € / Men. 21 anos 25,00 €

Iremos passear nas terras do barro e do vinho. Iniciaremos a nossa actividade em S. Pedro do Corval (maior centro oleiro

do País com 25 olarias) com uma visita à Olaria Cartaxo. Daí partiremos rumo à **Serra das Pedras**, percorrendo caminhos de terra batida, por entre vinhas, montado de sobre, azinho e pinheirais, terminando o 1º troço na aldeia de Motrinos, onde faremos a inevitável pausa para a bucha (**pode neutralizar-se aqui**).

Daqui o autocarro levar-nos-á às cercanias da sumptuosa **Vila Medieval de Monsaraz**, verdadeiro ex-libris dum Alentejo, nesta época do ano florido e lindo, donde partiremos para a 2ª parte da actividade, não sem antes visitarmos o **menir do Xerez!**

Percorreremos então novos caminhos bordejados de estevas e rosmaninho em flor, com o grande Lago de Alqueva ao nosso lado, alcançando o ponto mais alto (marco geodésico de **S.Gens** a 317m de altitude) donde se desfruta de largas vistas! Como 'cereja no topo do bolo' terminaremos a actividade na linda **Vila Medieval de Monsaraz**, uma das mais antigas povoações portuguesas habitada desde os tempos pré-históricos, como o atesta a grande concentração de monumentos megalíticos na área circundante.

Visitaremos neste deslumbrante local o seu castelo, a Igreja de Nossa Senhora da Lagoa, o pelourinho, etc. percorrendo as suas típicas ruas repletas de História.

No regresso seremos reconfortados com uma visita guiada no Enoturismo da **Adega Cooperativa de Reguengos de Monsaraz**, onde nos será servido um **típico repasto** alentejano. **Cartografia:** Folhas 472 e 473 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

**Participação em viatura própria:** Concentração às 8h45 na Olaria José Cartaxo em S. Pedro do Corval.

**Partida:** Às 6h45 de Algés e às 7h00 de Sete Rios.

**O preço inclui o jantar típico alentejano**, consistindo no seguinte:

**Prova de vinhos:** vinho novo branco. **Entradas:** orelha de coentrada, queijo de ovelha, paio regional e pataniscas. **Sopa:** creme de cação. **Prato principal:** migas de espargos com entrecosto e lombo. **Sobremesa:** pudim de queijo fresco. **Vinho:** Reguengos doc tinto e branco, águas, sumos, café e... claro, acompanhado de **música tradicional popular alentejana**.

## Dão – 'Terras Altas'

6 a 8 de Abril - Sexta a Domingo - 2/3 botas

O CAAL convida-vos a uma experiência única!

**Autocarro (campismo) 87,00 € / Men. 21 anos 57,00 €**

**Autocarro (cama/cabana) 106,00 € / Men. 21 anos 76,00 €**

Aproveitando o conhecimento adquirido nas Rotas de Cister do ano passado, propomos aos companheiros continuar a percorrer esta zona pouco explorada do planalto beirão (**Trancoso - Aguiar da Beira**) por onde corre o Dão. Desta feita mais a leste, de **Penalva**, ainda concelho de Viseu, a **Fornos de Algodres**, passando por Aguiar da Beira, ambos distrito da Guarda. Três concelhos que, dada a localização geográfica e o modo de vida das suas populações, fazem parte, simultaneamente, de **2 regiões demarcadas**, a saber: do Dão e do **Queijo da Serra**. Portanto, tendo como objectivo alcançar as nascentes do Dão e 'bater' o seu principal afluente, o **Carapito**, iremos percorrer caminhos quase sempre ao longo das linhas de água os quais, apesar das inúmeras quintas abandonadas, contrastando com as poucas activas, e as aldeias em processo

de desertificação, atestam a presença milenar do homem nestas paragens. Como curiosidade, no Carapito permanecem ainda **18 açudes / moendas**. Zona muito intervencionada, com o revestimento botânico e os rios bastante degradados, principalmente o Dão, persistem ainda locais muito belos e aprazíveis, como terão oportunidade de verificar.

**Características da actividade:**

**Sexta** - Após montar o acampamento e comer o farnel (no camping não faltarão bebidas e também a possibilidade de se arranjam umas sandes), realizaremos um percurso com cerca de 13km passando por **Castelo de Penalva e os marcos de Stº Ildefonso e das Pedras Altas** (belas vistas). Decorre por caminhos rurais/florestais, estradão e corta-mato. Principais dificuldades: 250m de desnível a vencer até Stº Ildefonso e o corta-mato até às Pedras Altas. Neutralização em Stº Ildefonso (**2 botas**).

**Sábado** - Percurso pedestre com cerca de 18km que decorre quase sempre ao longo do Dão, desde **Forninhos** até às suas nascentes na **Barranha**. Caminhos rurais e estradão, pouco arborizado, sem subidas de assinalar até à Barranha. Principais dificuldades: extensão, uma travessia do rio mais ou menos complicada, dependendo do nível de água e, no final, a descida, cerca de 150m para **Pêro Ferreiro**. Neutralização ao km 2 (**3 botas**).

**Domingo** - Percurso pedestre com cerca de 14km ao longo da ribeira do Carapito, desde **Matança até à junção com o Dão**. Percurso ondulado que decorre através de caminhos rurais e florestais. Principais dificuldades: corta-mato e desnível ascendente com cerca de 150m entre Assabuje e Vila Cova do Covêlo. Sem neutralização (**2 botas**).

**Cartografia:** Folhas 169, 179 e 180 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

**Alojamento:** É por si outro ponto de interesse: dormidas e alimentação serão no **camping 'Moinhos do Dão'**. Para quem já conhece, o nome diz tudo e traz, por certo, boas recordações. Para os outros, como o nome indica, está situado nas margens do Dão num açude com antigos moinhos e mancha florestal quase primitiva, um local meio paradisíaco, propriedade de uns quantos holandeses que ali se fixaram em 1989, e que arranjaram o espaço para camping, reconstruíram a casa do moleiro, construíram cabanas, colocaram água canalizada e painéis solares para electricidade, tudo sem apoios oficiais. Também organizam programas de férias com actividades pedestres para os que ali se alojam, principalmente estrangeiros. Um espaço diferente, muito aprazível, mas sem luxos, a lembrar os anos 60; existem instalações sanitárias com chuveiros de água quente e luz eléctrica no espaço comunitário. Jantar simples sob as estrelas, regado com 'Dão', produção própria de uma quinta vizinha, fogueira, música... só falta o javali.

Recomendamos vivamente que consultem o site

[www.portugal-aktief.com](http://www.portugal-aktief.com), clicar na bandeira portuguesa.

**Recomendações:** Atenção à meteorologia, botas, água, farnel e frontal; banho na praia fluvial do camping (depende do tempo e do atrevimento...).

**Observações:** Dadas as características da actividade, **haverá número limitado de participantes com alojamento exclusivo no camping**. Quanto a camas, existem casas antigas e uma azenha recuperadas, cabanas e rouletes (estilo cigano), quase todas têm casa de banho, embora algumas só com lavatório (e as rouletes nem isso). Para banhos, existem 3 chuveiros de água quente e... o rio; luz eléctrica escassa, aliás, a vela é muito mais 'romântica'. O número de camas disponíveis é inferior à lotação do autocarro e recomenda-se saco-cama. Como o autocarro não chega ao camping haverá transfer das bagagens; a distância a percorrer entre o parque e o autocarro é de cerca de 1,3km.

Para os dois tipos de alojamento é indispensável a inscrição no Clube.

Partida: Sexta, dia 6 de Abril, às 7h15 de Algés e às 7h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Contactar a secretaria do Clube para este efeito.

O preço inclui o alojamento, 2 jantares e 2 pequenos-almoços.

## Aljustrel

14 de Abril – Sábado – 1 bota

No coração do Baixo Alentejo a meio caminho entre Lisboa e o Algarve

Autocarro 35,00 € / Men. 21 anos 21,00 €

Viatura própria 22,00 € / Men. 21 anos 17,00 €

Uma das mais antigas povoações de Portugal. Duas colinas, um vale, casario em socacos, paisagem a perder de vista e um passado milenar. É Aljustrel, do alto da Senhora do Castelo. Estamos no coração do Baixo Alentejo.

Conhecida desde tempos imemoriais pelas suas jazidas minerais, ou não estivéssemos em plena Faixa Piritosa Ibérica, não há certezas quanto à época em que estas terão começado a ser sistematicamente exploradas, embora existam indícios que apontam para 3.000 anos antes de Cristo, até quase aos nossos dias. Embora temporariamente desactivada, desde 1993, a mina constitui um importante património económico e cultural, a cuja actividade a existência de Aljustrel, denominada Al-lustre pelos árabes está intimamente ligada.

### Características da actividade:

Procurou-se que esta visita a Aljustrel seja uma actividade acessível a todos os membros do Clube e que permita desfrutar do Alentejo em plena Primavera. Assim, de manhã percorreremos os arredores de Aljustrel, num percurso de cerca de 11km, por terrenos planos e que permitirão ver alguns dos depósitos de escória e instalações mineiras, em processo de requalificação ambiental, e os campos que rodeiam Aljustrel.

Da parte da tarde visitaremos o património cultural de Aljustrel, nomeadamente a Ermida de Santa Maria do Castelo, a Igreja Matriz ou de S. Salvador e a Igreja da Misericórdia, bem assim como o Museu Municipal de Aljustrel, dedicado à Arqueologia e História do concelho. Terminaremos a visita no Auditório Municipal em que serão projectados dois filmes sobre Aljustrel e a sua realidade mineira.

Pelo fim da tarde, deslocar-nos-emos para Ervidel, onde visitaremos o Núcleo Rural do Museu Municipal de Aljustrel, terminando a actividade numa das inúmeras adegas aí existentes.

Cartografia: Folhas 529 e 538 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Participação em viatura própria: Concentração às 9h45 junto aos escritórios das Pirites Alentejanas, em Aljustrel.

Partida: Sábado, às 7h15 de Algés e às 7h30 de Sete Rios.

Recomendações: Levar boa disposição, curiosidade intelectual e apetite.

O preço inclui a entrada no museu e o lanche típico.

## Portas de Ródão

21 de Abril – Sábado – 2/3 botas

Entre Alentejo e Beira, no Geoparque

Autocarro 29,00 € / Men. 21 anos 24,00 €

Viatura própria 13,00 € / Men. 21 anos 9,00 €

Sempre com o Tejo por perto e numa paisagem de transição entre o Alto Alentejo e a Beira Interior, visitaremos Salavessa — típica aldeia do concelho de Nisa — e as interessantes estruturas hidráulicas da ribeira do Fivelo. Uma vez alcançada a cumeada da serra das Talhadas, avançaremos pela crista ocidental para descobrir pelo sul as espectaculares Portas de Ródão — um ângulo diferente para quem participou em 2000 nas actividades do XV Aniversário do CAAL. Desceremos por fim até à mina de ouro romana do Conhal do Arneiro com os seus característicos amontoados de estêreis.

A visita será realizada em companhia de um geólogo.

Esta é a oportunidade para o CAAL se associar desde a primeira hora à criação do Geoparque Naturtejo da Meseta Meridional — as Portas e o Conhal são dois dos seus geomonumentos — e dar a conhecer a rede de percursos pedestres de pequena rota criados pela Câmara Municipal de Nisa - a actividade liga o PR6 (Rota dos Açudes) e o PR4 (Trilhos do Conhal).

Características do percurso: Extensão de cerca de 17km ao longo de caminhos geralmente bem assinalados. Principais desníveis — 140m em descida suave até ao rio Tejo, 220m de subida contínua até à crista da serra das Talhadas e 160m de descida contínua até ao Conhal.

Zona desabitada, sem possibilidade de reabastecimento.

Neutralização possível a meio do percurso (EN 18).

Cartografia: Folha 314 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Partida: Às 7h15 de Algés e às 7h30 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração às 10h15 em S. Simão, 9km a NE de Nisa.

## Montalegre

28 de Abril a 1 de Maio - Sáb. a Terça - 2/3 botas

História, Natureza e Tradição em Terras Barrosãs

Autocarro 85,00 € / Men. 21 anos 44,00 €

Viatura própria 47,00 € / Men. 21 anos 37,00 €

É numa das mais belas zonas do País que vai decorrer esta actividade.

Nestes quatro dias teremos oportunidade de andar por caminhos antigos e belas veredas, percorrer estradas romanas, conhecer várias aldeias tradicionais, admirar as albufeiras desta região e contactar com as suas gentes simpáticas e acolhedoras, sempre rodeados de uma envolvente plena de verdura, onde a água tem grande influência, tanto a nível agrícola, como industrial ou de lazer.

Visitaremos também a cidade de Montalegre, com o seu bem conservado castelo, e o típico centro urbano de ruas estreitas.

Os percursos dos diferentes dias, baseados em algumas das rotas

marcadas pelo Ecomuseu do Barroso, são feitos, na sua maioria, por caminhos tradicionais, com alguns declives mais ou menos acentuados.

**1º dia** - Faremos uma pequena parte do GR117 que é um troço da Via XVII do Itinerário de Antonino, a via romana mais antiga do Noroeste Peninsular, que tinha início em Bracara Augusta e fim em Asturica Augusta.

Passaremos pela bela **aldeia de Currais**, onde uma das casas tem um marco milário a servir de base à sua varanda.

Neste dia não está prevista nenhuma neutralização, visto o percurso ser curto, mas, no fim do dia, espera-nos um jantar em **Montalegre**, que será seguido de uma curiosa surpresa.

**2º dia** - Terá como base o PR4 que está parcialmente dentro do **Parque Nacional da Peneda-Gerês**, desfrutaremos do vale do rio Cávado, um dos mais bem conservados rios de montanha do Noroeste de Portugal, e passaremos, entre outras, por duas aldeias tradicionais, **Paredes e Travassos**.

**3º dia** - Após visita ao **Castelo de Montalegre** será a vez de fazermos parte do PR1. Começando na aldeia de Firvidas caminharemos por campos e montes trasmontanos até chegarmos a mais duas aldeias cheias de tradição – **Arcos e Cervos**.

**4º dia** - Para nos despedirmos percorreremos parte do PR3, que rodeia Montalegre, tendo oportunidade de, após subirmos à **Serra da Vila**, usufruirmos de vistas excepcionais sobre Montalegre e aldeias envolventes.

**Alojamento:** Ficaremos instalados no Parque de Campismo de Penedones, junto à albufeira da barragem do Alto Rabagão.

Alojamento alternativo (por conta dos interessados) em Montalegre, dando-se a título indicativo os nomes de: Hotel Quality Inn Montalegre (tel. 276510220), Albergaria do Castelo (tel. 7651176) ou Hospedaria Girassol (tel. 276512715).

**Cartografia:** Folhas 19, 32, 33 e 45 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

**Partida:** Sábado, dia 28, às 6h45 de Algés e às 7h00 de Sete Rios.

**Participação em viatura própria:** Concentração às 12h00 de Sábado, à entrada da aldeia de S. Fins, na estrada de Salto para Montalegre.

O preço inclui o alojamento no Parque de Campismo de Penedones, o jantar do primeiro dia e a visita guiada a Montalegre.

## PRÓXIMAS ACTIVIDADES

5 de Maio – Sábado - Belver

12 e 13 de Maio – Sáb. e Dom. - Valencia de Alcantara (Espanha)

19 e 20 de Maio – Sábado e Domingo - Cinfães

26 de Maio – Sábado - Parque Florestal de Monsanto

27 de Maio – Domingo - Rebentos do Ar Livre II

27 de Maio – Dom. - Fortes Linhas de Torres (Sobral de Monte A.)

2 de Junho – Sábado - Tomar

7 a 10 de Junho – Quinta a Domingo - Grazalema (Espanha)

## GDAE - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE ESCALADA

O Zé Dourado e o Tiago Martins encadearam o primeiro 7b “Branca de Neve” das suas ainda curtas carreiras de escalada.

O Martim Vidigal encadeou um 7c+ “A Canalha” também na Fenda. Parabéns ao Zé, ao Tiago e ao Martim, jovens escaladores formados no GDAE/CAAL.

**Próximas actividades:**

Estamos a pouco mais de um mês da nossa partida para a **SARDENHA (de 29 de Março a 6 de Abril)**. O próximo mês de Março é decisivo para afinar a nossa forma e tirar partido da nossa viagem. Portanto, recomendo que vão ao **Rocódromo às 5ª feiras** e, claro, que aproveitem todas as saídas para a rocha.

A próxima actividade será em **ALANGE, Mérida, nos dias 17 e 18 de Março**. A Escola de Escalada em Alange conta com mais de 100 vias, situa-se numa bonita encosta quartzítica coroada por um castelo medieval, virada a sul para um imenso espelho de água. Não percam esta actividade!

## Cursos 2007 – 1º semestre

### CURSO DE INICIAÇÃO À ESCALADA

09 de Maio	20h00	Apresentação / 1ª aula teórica	Quarta
13 de Maio		Sintra	Domingo
16 de Maio	20h00	2ª aula teórica	Quarta
20 de Maio		Guia	Domingo
23 de Maio	20h00	3ª aula teórica	Quarta
26 e 27 de Maio		Puerto Roque/Penha Garcia	Sáb/Dom
30 de Maio	20h00	4ª aula teórica	Quarta
5 de Junho	20h00	5ª aula teórica	Terça
7 a 10 de Junho		Solana de Ávila	Qui a Dom
13 de Junho	20h00	6ª aula teórica	Quarta
17 de Junho		Rocódromo Econauta	Domingo
20 de Junho	20h00	7ª aula teórica	Quarta
22 de Junho	20h00	Jantar de Final de Curso	Sexta

Preços: Sócios 175 € Menores 18 anos 100 € Reciclagem 85€

### CURSO AVANÇADO DE ESCALADA

09 de Maio	22h00	Apresentação / 1ª aula teórica	Quarta
13 de Maio		Sintra	Domingo
16 de Maio	22h00	2ª aula teórica	Quarta
20 de Maio		Espinhaço	Domingo
23 de Maio	22h00	3ª aula teórica	Quarta
26 e 27 de Maio		V V Rodão/Penha Garcia	Sáb/Dom
30 de Maio	22h00	4ª aula teórica	Quarta
5 de Junho	22h00	5ª aula teórica	Terça
7 a 10 de Junho		Solana de Ávila	Qui a Dom
13 de Junho	22h00	6ª aula teórica	Quarta
17 de Junho		Espinhaço	Domingo
20 de Junho	22h00	7ª aula teórica	Quarta
22 de Junho	20h00	Jantar de Final de Curso	Sexta

Preços: Sócios 200 € Menores 18 anos 150 € Reciclagem 100 €

Todas as aulas teóricas terão lugar na sede do Clube.

## GDAO - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE ORIENTAÇÃO

A próxima reunião do Grupo de Orientação, aberta a todos os Sócios, vai realizar-se no dia **29 de Março, Quinta, às 21h30**, na sede do Clube.

## GDAMO - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE MONTANHA

A próxima reunião do Grupo de Montanha, aberta a todos os Sócios, vai realizar-se no dia **21 de Março, Quarta, às 21h30**, na sede do Clube para preparar a actividade na Serra da Estrela no fim-de-semana seguinte.

## CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL DE AMBIENTE

Presidente: João Luis Mattos Coelho

Centro Associativo do Calhau - Sítio do Calhau

Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

NIB 003507360001660883032

Conta - 0736 016608 830 - CGD S. Domingos de Benfica

Tel.: 21. 778 83 72 TM: 96 . 629 52 60 Fax: 21. 778 83 67

email: caal@mail.telepac.pt site: <http://www.clubearylivre.org>

Horário de expediente 3ª, 4ª e 5ª feira das 14h30 às 19h00