

Ar livre Informação

Editorial

1. Com a aproximação do Verão entramos no período crítico dos fogos florestais que destroem o nosso património, criando cicatrizes nas belas paisagens do nosso país. Esperemos que os esforços feitos, nesse sentido, permitam minimizar o impacto deste flagelo.

2. Uma breve referência, também, para os inúmeros parques eólicos que nascem como cogumelos. Não pretendo comentar a sua importância, mas considero que algo devia ser feito em relação às verdadeiras "auto estradas" abertas para a sua instalação e que, de forma permanente, destroem os altos das nossas serras.

Resumo

5 de Maio	Sábado	Belver e a Central do Pego
12 e 13 de Maio	Sábado e Domingo	Ruta Transfrontera - Valencia de Alcantara (Espanha)
19 e 20 de Maio	Sábado e Domingo	Cinfães do Douro
26 de Maio	Sábado	Parque Florestal de Monsanto
27 de Maio	Domingo	Rebentos do Ar Livre II
27 de Maio	Domingo	Fortes das Linhas de Torres - Sobral de Monte Agraço
2 de Junho	Sábado	Das nascentes da serra ao teatro em Tomar
7 a 10 de Junho	Quinta a Domingo	Sierra de Grazalema (Espanha)
15 a 17 de Junho	Sexta a Domingo	Serra Amarela - Gerês

Belver e a Central do Pego

5 de Maio – Sábado – 2 botas

Mirando o Tejo

Autocarro 32,00 € / Men. 21 anos 14,00 €

Viatura própria 19,00 € / Men. 21 anos 11,00 €

Iniciamos a actividade com a visita à **Central Termoeléctrica do Pego**, gentilmente organizada pela PEGOP, onde já estivemos em Março de 2000.

Nesta visita à Central, que observa requisitos de preservação do meio ambiente, será dado enfoque a esta preocupação.

Terminada a visita seremos conduzidos de autocarro até à praia fluvial do Alamal, onde almoçamos o nosso picnic.

De seguida inicia-se o percurso pedestre através dum passadiço, construído pela Câmara Municipal do Gavião, ao longo do rio Tejo, terminando na ponte viária, que liga a margem esquerda do rio a Belver. De seguida apanhamos a nossa 'boleia' de autocarro, que nos levará ao **castelo altaneiro desta vila...**

Visitaremos então o castelo para, de seguida, retomarmos com prazer o belíssimo percurso, com o rio Tejo à vista, para entrar na **Rota da Arte Rupestre**. Depois de cruzarmos a localidade de seu nome Torre Fundeira seguimos no encalço da **Anta do Penedo Gordo**, para descermos até a **Barragem de Belver**.

Avistada a barragem, seguiremos o nosso percurso entre a linha ferroviária e o rio Tejo, atentos, mas sem preocupações,

pois o comboio já passou às 16h09, segundo o horário, para chegarmos à **Estação de Alvega-Ortiga**, quase ao abandono mas ainda deliciosa, onde será possível neutralizar.

Nas redondezas da estação avista-se o que foi um armazém de cortiça, uma fábrica de aguarrás, um armazém de trigo da FNPT e uma fábrica de pimentão. **Tudo isto estará perdido para sempre?...**

Depois de passarmos a Vila Marques e entre as humildes casas, onde os pescadores da 'lampreia' guardam as artes de pesca, seguiremos junto ao rio Tejo, mas sem podermos molhar os pés, pois o sol já irá baixo...

Continuamos então na **Rota da Arte Rupestre**, desta vez no encalço da **Anta da Foz do Rio Frio**.

Chegados que estamos ao fim, e se o sol deixar, poderemos ainda visitar aquilo que outrora foi o 'Lagar da Azenha', onde se moeu azeítana e cereal, com engenhos movidos a água.

Características do percurso: Percurso com cerca de 17km, fácil, do tipo de pé posto, apenas com um pequeno desnível inicial.

Cartografia: Folhas 322 e 332 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Recomendações: Não esquecer a água e o boné para o sol.

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

Participação em viatura própria: Concentração às 9h45, junto à entrada da Central que fica na estrada que liga a localidade Rossio ao Sul do Tejo ao Pego, cerca de 3km após passarmos esta localidade; para quem vem da A23, na 1ª saída para as Mouriscas, tomando a direcção de Rossio ao Sul do Tejo.

É indispensável a inscrição prévia no Clube.

A Central Termoeléctrica admite apenas 65 visitantes e não é possível a visita a menores de 10 anos de idade.

Ruta Transfrontera (Valencia de Alcantara - Espanha) 12 e 13 de Maio - Sábado e Domingo - 2 botas

Passeios pela raia norte-alentejana

Autocarro 57,00 € / Men. 21 anos 38,00 €

No cinquentenário da Comunidade Europeia vamos evocar um dos aspectos mais positivos da adesão: a livre circulação de pessoas e mercadorias.

Quando saltitamos **entre Portugal e Espanha**, nas nossas actividades, não imaginamos os dramas que as fronteiras, muitas vezes traçadas nos gabinetes plenipotenciários, trouxeram no passado aos habitantes da raia.

As comunidades vizinhas e as próprias famílias foram separadas e ainda hoje, nestas zonas, encontramos, já velhotes, primos e primas de ambos os lados. Basta falar com as pessoas e elas desfiam um ror de **histórias de contrabandos, arbitrariedades e iniquidades praticadas pelas polícias...**

Vamos, nesta actividade, começar com um passeio em que atravessamos a fronteira numa **rota de contrabando**, continuando Alentejo adentro por caminhos antigos, hoje muito abandonados. Em Portugal vamos seguir, em parte, um percurso sinalizado.

No Domingo faremos o troço mais espectacular da **'Rutatransfrontera'**, uma iniciativa da Oficina de Turismo de Valencia de Alcantara, que desde há nove anos organiza uma grande actividade, em Março, que este ano contou com 350 'senderistas' e onde nós também participámos (www.valenciadealcantara.net/transfron/regruta.htm).

Esta zona fronteira, **desde o Tejo Internacional até à Serra de S. Pedro de Los Baldios**, dividida entre duas províncias espanholas – Cáceres e Badajoz – acolheu muitos acontecimentos importantes dos dois reinos peninsulares, tendo-se realizado em Valencia de Alcantara o casamento de D. Manuel I com a Infanta D. Isabel, filha dos Reis Católicos, a primeira mulher do rei de Portugal, na Igreja de Rocamador.

O relevo, nesta zona de transição, é caracterizado por formações graníticas, com cristas quartzíticas escarpadas e vales acentuados.

Esta actividade, que será muito interessante e a não perder, procura dar a conhecer, no Sábado, a variedade paisagística da zona raiana do Alto Alentejo, em que não existe verdadeiramente uma fronteira natural, e no Domingo, acompanharemos as **Peñas de El Pino**, imponente formação geológica, que avistaremos ao longo de todo o passeio.

A actividade em Espanha conta com o apoio da Oficina de Turismo de Valencia de Alcantara (www.valenciadealcantara.net).

Programa

Sábado, 12 de Maio

7h00 - Lisboa, Abrantes, Castelo de Vide, Valencia de Alcantara.

12h00 – Visita à exposição histórica no Turismo e visita guiada ao Bairro Gótico da cidade, caracterizado por dezenas de portais, e onde se situa a Sinagoga e a Igreja de Rocamador.

14h00 – Percurso pedestre de S. Pedro (Valencia de Alcantara) a Santo António das Areias, junto a Marvão, passando por Fonteoscura, Pitaranha, La Fontañera, Castelo, Vale de Carvão e terminando em Asseiceira, no parque de campismo.

Domingo, 13 de Maio

10h00 – Percurso pedestre 'Rutatransfrontera' decorrendo em Espanha com início em El Asiento, continuando por Los Mellizos - onde iremos encontrar três antas, numa paisagem de

montado - La Borrega, Jiniebro, Jola, Puerto de Aguas Claras, Peñas, El Pino e terminando junto ao Albergue Virgen de Guadalupe, em Puerto Roque, já na estrada para Portugal.

17h00 – Regresso a Lisboa.

Características dos percursos: Actividades de 15km, no Sábado, e 18km, no Domingo, por trilhos ou caminhos carreteiros que, não sendo difíceis, são acessíveis aos companheiros com prática de caminhadas no CAAL. É aconselhável o uso de botas. Dada a época do ano, não esquecer a água e as merendas para o caminho.

Cartografia: Folhas 386, 348 e 360 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Refeições: Os companheiros deverão levar o jantar de Sábado e o pequeno-almoço de Domingo, para tomar no camping, bem como o almoço para o percurso de Domingo. Há um restaurante em Santo António das Areias, a cerca de 800m do camping, que poderá aceitar reservas, a combinar no próprio dia.

Alojamento: No Parque de Campismo da Asseiceira, junto a Santo António das Areias (www.asseiceiracamping.com). Para os companheiros que pretendam procurar outro tipo de alojamento indicam-se as seguintes possibilidades, para as quais se assegurará transporte: Albergaria 'O Poejo' em Santo António das Areias (tel. 245 992 640/247, www.a-opoejo.com) e Residencial 'Sever' na Portagem – Marvão (tel. 245 993 318).

Partida: Saída de Algés às 6h45 do dia 12 e de Sete Rios às 7h00.

Participação em viatura própria: Os interessados nesta modalidade deverão informar-se directamente no CAAL.

O preço inclui o alojamento em campismo, visitas e guias.

Cinfães do Douro

19 e 20 de Maio - Sábado e Domingo - 2/3 botas

Por caminhos medievais à procura de Serpa Pinto

Autocarro 59,00 € / Men. 21 anos 27,00 €

Viatura própria 30,00 € / Men. 21 anos 20,00 €

Vamos visitar uma região que, embora próxima do litoral, ainda guarda muito da paisagem rural tradicional. **Encontro da Beira com o Douro Litoral**, da montanha até à albufeira do Carrapatelo no rio Douro, é uma terra de contrastes, pouco acessível e quase desconhecida.

Sábado – O dia vai ser dedicado a percorrer caminhos antigos, surpreendentemente bem conservados. Vamos percorrer o vale da **ribeira de Bestança**, de águas transparentes, afluente do Douro, seguindo um percurso marcado pela Câmara Municipal de Cinfães. De seguida subimos a encosta para apreciar as vistas da Senhora dos Remédios, em Lagarelos. Depois resta-nos caminhar por entre pinhais e lameiros até Cinfães, onde termina a caminhada. Jantar na Escola onde vamos ficar alojados.

Domingo – Começamos na **Senhora do Monte em Alvarenga**. Seguimos por um esporão da serra de Montemuro até à linha de cumeada, na capela de S. Pedro do Campo. Através de outro esporão da serra, dirigimo-nos ao marco geodésico da Pedra Posta, a cerca de 1222m de altitude, nas Fragas do Couto. Circundando o vale da **Ribeira de Noninha**, afluente do Paiva, descenderemos ao fundo deste verdejante vale e terminaremos em Bustelo após termos atravessado Noninha.

Características dos percursos: Com desniveis acentuados, por caminhos medievais e carreiros com algum corta-mato suave de permeio.

Sábado (2/3 botas) - Percurso de média extensão – cerca de 16km. Possibilidade de neutralização.

Domingo (3 botas) - Percurso de média extensão – cerca de 18km. Sem possibilidade de neutralização.

Cartografia: Folhas nº 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, vento e frio ou para o sol e calor, consoante a meteorologia. No Sábado, o percurso desenvolve-se em vale, a uma altitude da ordem dos 500m. No Domingo, o passeio desenvolve-se até atingir uma altitude superior a 1200m, o que pode ser sinónimo de vento e frio. Levar farnel para ambos os dias.

É imprescindível o uso de botas de montanha.

Alojamento: Pavilhão da Escola EB 2/3 de Cinfães. Levar colchonete, saco-cama e toalha.

Partida: Sábado, dia 19, às 6h45 de Algés e às 7h00 de Sete Rios.

Participação em viatura própria: Concentração no Sábado, dia 20, às 12h00 nas bombas de combustível das Portas de Montemuro (EN 321 Cinfães – Castro Daire).

O preço da actividade inclui o jantar de Sábado na Escola EB2/3 de Cinfães.

Observação: A Escola oferece a estadia mas agradece, a quem puder, que traga livros para a sua biblioteca e para enviar para escolas dos PALOP, em programas de apetrechamento de escolas com que colabora.

Parque Florestal de Monsanto

26 de Maio - Sábado - 1 bota

O pulmão de Lisboa

O CAAL convida os seus sócios e a população de Lisboa a virem passear em **Monsanto!** Continuamos, como há 12 anos, a mostrar os encantos deste belo Parque Florestal da nossa cidade.

Estaremos, como sempre, na **Cruz das Oliveiras**, junto aos bombeiros, às **09h30** de Domingo.

Venham a Monsanto com o Ar Livre – é ao pé de casa, sem inscrição prévia, gratuito e termina pelas 12h45!

Rebentos do Ar Livre II

27 de Maio – Domingo – 1/2 bota

No tempo em que os burros eram amigos dos homens

Miúdos 10,00 € / Adultos 5,00 €

Nesse tempo, as pessoas moviam-se pelos caminhos da serra a pé ou montados nos seus burros. Os burros também ajudavam os homens a carregar grãos de milho e de trigo para os moinhos da serra onde, também ajudados pelo vento, os moleiros faziam farinha para fazer pão.

Em troca, os homens davam aos burros erva verdinha, e palha cor de palha quando não havia erva verdinha.

Então começaram a aparecer na Terra uns homens bastante ignorantes e parvos e com umas orelhas maiorezinhas que o habitual, e alguém se lembrou de chamar burros a esses homens.

Os burros bichos é que não gostaram e, tristes com aquela comparação que não mereciam, foram envelhecendo e desa-

parecendo aos poucos.

Hoje, há poucos burros bichos e os homens já sentem a falta desses amigos. E, ainda por cima, há cada vez mais **burros homens** que não são nossos amigos nem nos fazem falta nenhuma.

Dia 27 de Maio, passeio e burricada na Serra do Louro (Palmela), para gente entre os 5 e os 15 anos, mais ou menos. Uma hora, ora de burro ora a pé, os acompanhantes adultos sempre a pé. Seguir-se-á um jogo de trepa-pedras. Depois, uma visita a um moinho de fazer farinha e o picnic (que os adultos terão que levar) lá, ao pé do moinho. À tarde, uma caça a um tesouro de mouros, que decorrerá entre o parque do castelo de Palmela e o próprio castelo.

A actividade terá início pelas 9h30, junto do parque dos autocarros da rotunda de Palmela. Estaremos todos despachados pelas 17.30 h. É possível participar só na parte da manhã.

A participação terá que ser feita em viaturas particulares. Tentem juntar-se várias pessoas no mesmo carro porque é mais divertido e também porque... **menos carros, menos CO2.**

Limite de participação - 30 crianças (e dois adultos por criança).

Fortes das Linhas de Torres

27 de Maio - Domingo - 2 botas

Por terras de Sobral de Monte Agraço

Preço 8,00 € / Men. 21 anos grátis

Começámos no Museu Militar de Lisboa, já estivemos em Loures e agora, dando continuidade às actividades de divulgação das **Linhas de Torres**, permitindo um completo enquadramento e melhor conhecimento de redutos, fortes e fortins, que constituem as linhas de defesa que, às portas da capital, fizeram recuar definitivamente as tropas francesas, vamos a terras do **Sobral de Monte Agraço**.

Sabiam que foi no Sobral a última derrota de Massena antes de regressar a França? E que vos parece percorrer a pé os mesmos caminhos que Wellington fazia diariamente entre o seu Quartel-general e o Forte do Alqueidão, para comunicar por sinais as instruções às suas tropas?

Pois venham daí, acompanhados pelo **Professor José Luis de Matos**, participar numa verdadeira aula sobre a Guerra Peninsular. Visitaremos o Sobral e a Igreja de S. Quintino (Monumento Nacional), respiraremos fundo no Forte do Alqueidão e descenderemos, atravessando a ruralidade dos campos saloios, para ficarmos a saber onde foram os quartéis-generais de Beresford e de Wellington.

Ao ar livre, e com o Ar Livre, em mais um passeio para Reviver a História e Conhecer uma Região.

Concentração: Às 09h30 no Pero Negro.

(Para quem for de viatura própria de Lisboa, tomar a A8 e sair ao km 26, saída 6; virar à esquerda e 600m adiante virar para Pero Negro; concentração junto à Palmeira (árvore e café). Não devem portanto atravessar a linha-férrea. Com o apoio da C.M. Sobral, haverá transporte assegurado para o início - Sobral - e quando terminarmos temos os carros mesmo à mão...)

Inscrição no local da concentração.

Das nascentes da serra ao teatro em Tomar

2 de Junho - Sábado -- 1 bota

Caminhada, convívio e Teatro

Autocarro 49,00 € / Men. 21 anos 36,00 €

Viatura própria 41,00 € / Men. 21 anos 31,00 €

Vamos percorrer o caminho que leva as primeiras águas da Serra d'Aire, emaranhando-se pelos maciços calcários até às 'Nascentes do Alviela' em Minde e depois, coisa fina, vamos ao Teatro, peça interactiva que decorre em vários cenários simultâneos no convento de Tomar, com sopas e migas pelo caminho, pelo grupo de teatro 'Fatias de Cá'.

A Serra d'Aire do maciço estremo é região agreste e árida no período estival e exige que comecemos matinalmente, pela fresca, com bastante água no cantil. Seguiremos pelas 9h00 sobre bancadas calcárias ao longo do topo oeste do Vale da Canada, avistando primeiro os seus meandros e finalmente a total dimensão do Vale de Alvados.

Desceremos depois suavemente cerca de 220m de desnível para retornarmos ao autocarro pelo vale, fechando o percurso circular pelas 12h30. Boa hora para uma bucha no restaurante próximo 'A Pedra', que rima com a paisagem (almoço opcional e não incluído no preço da actividade), junto às grutas de Sto António.

Pela tarde visitaremos então as nascentes do Alviela que já foi a principal captação de água do Distrito de Lisboa, recentemente recuperadas como zonas de lazer e parque de campismo pela Câmara de Alcanena. Aqui faremos mais uma incursão onde algumas surpresas naturais nos esperam.

A peça de teatro 'T de Lenpincka' começará em Tomar pelas 18h30 incluindo um jantar buffet onde confraternizaremos com os actores, estando previsto o fim da peça para as 23h00.

Características do percurso: Será uma actividade curta (cerca de 13km) e muito baixo grau de dificuldade, sem declives acentuados, que terá início por volta das 9h00 e final para as 12h00.

Recomendações: É aconselhável o uso de botas, visto que o percurso é em piso calcário. Não há possibilidade de abastecimento de água.

Cartografia: Folha 318 da Carta Militar de Portugal na escala de 1/25000 do I.G.E.

Partida: Sábado, às 7h00 de Algés e às 7h30 de Sete Rios.

O preço inclui a peça de teatro e o jantar.

Só asseguramos a entrada no teatro para quem se inscrever até ao dia 15 de Maio.

Sierra de Grazalema

7 a 10 de Junho - Quinta a Domingo - 2/3 botas

A beleza da serra e os Pueblos Blancos da Andaluzia

Autocarro 163,00 € / Men. 21 anos 97,00 €
Opção 1 - preços com refeições

Autocarro 123,00 € / Men. 21 anos 57,00 €
Opção 2 - preços sem refeições

Declarado Reserva da Biosfera pela Unesco, o maciço de Grazalema oferece uma impressionante paisagem de con-

trastados relevos sobre rochas calcárias, fruto de uma violenta história geológica: vales encaixados em forma de barrancos, grutas, cornijas e taludes, ...e uma ampla variedade de formas originadas por processos de dissolução ocorridos em tempos geológicos remotos.

O Parque Natural da Serra de Grazalema localiza-se entre as províncias de Cádiz e Málaga na zona mais ocidental da Cordilheira Bética. Terra de fronteira entre o reino muçulmano de Granada e Castela, nos séculos XIII e XIV, esta serra foi lugar de frequentes contendas.

O CAAL já aqui organizou uma espectacular actividade em 2000, cujo êxito esperamos repetir, desta vez organizada pelo nosso incansável amigo Ramón, do clube 'Llega como Puedes' de Córdova.

A região também é conhecida pelos belíssimos Pueblos Blancos - Grazalema, Zahara de la Sierra, Villaluenga del Rosario, Benaocaz, Ubrique, El Bosque, Prado del Rey e el Gator, na província de Cádiz, e Benaoján, Montejaque, Cortes de la Frontera, Jimena de Libar e Ronda, na província de Málaga, alguns dos quais também visitaremos.

Salienta-se ainda que a Sierra de Grazalema é a zona mais pluviosa da Península Ibérica, com uma precipitação média anual superior a 2000 litros por metro quadrado. 'É um fenómeno de chuva orográfica na Sierra del Pinar (1654m), o ponto mais alto, onde se descarregam as humidades do Atlântico', no dizer do Ramón.

Programa:

7 de Junho, Quinta

Chegada a Grazalema e visita ao Centro de Visitantes do Parque e ao Jardim Botânico, seguido de um pequeno percurso pedestre: itinerário 'Rio d' El Bosque'.

8 de Junho, Sexta - Manhã

Grupo 1 - 'Garganta Verde' (3 botas), percurso de 6km, ida e volta, em que a topografia imprime dureza a este caminho, com forte pendente (desnível de 200m num troço de 450m), aconselhado a quem não tenha vertigens;

Grupo 2 - 'Puerto de los Acebuches' (2 botas), percurso de 8km, ida e volta, sem desníveis acentuados, recomendado às 'pessoas que desejem desfrutar a beleza da paisagem destes lugares, sem ir especialmente equipadas e sem realizar um grande esforço físico'.

Tarde

Pequeno percurso com banho no rio 'El Bosque'.

Visita livre a Grazalema.

9 de Junho, Sábado - Manhã

Percurso 'Cueva del Gato - Jimera de Libar' (15km, 2 botas) - o atractivo desta caminhada é a gruta do Gato, de mais de 4km de comprimento, cujo lago e cascata se poderão apreciar; no regresso, se possível, voltaremos de comboio a Benaoján; o ponto mais alto deste percurso será a Torre del Mouro, da época árabe, com 550m.

Final da tarde

Visita guiada a Ronda e jantar livre na vila.

(continua em folha anexa)

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.clubeartilivre.org>

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

10 de Junho, Domingo

Visita a Zahara de la Sierra, um dos Pueblos Blancos, e viagem de regresso para Lisboa, com almoço livre já próximo de Sevilha.

Características dos percursos:

Por caminhos rurais e veredas sinalizadas, com relevo, sendo necessário o uso de botas. Dadas as características da região e a época do ano, não esquecer o impermeável, o creme bronzeador e o fato de banho. É preciso levar almoço para as actividades dos dias 8 e 9.

Inscrições - Devido a limitações impostas pelo Parque Natural, a inscrição no **Grupo 1** – ‘Garganta Verde’ encontra-se limitada a 30 pessoas diárias, pelo que o nosso grupo será o único a percorrê-lo nesse dia. Por este facto pede-se aos companheiros que, atentos às dificuldades referidas do percurso, indiquem a sua preferência – **Grupo 1 ou 2 – no acto da inscrição.**

Alojamento: No **camping Tajo Rodillo**, em Grazalesma. O camping, com piscina, possui bungalows, que os companheiros poderão reservar por sua iniciativa (tel. 0034 956 13 24 18).

Partida: Autocarro, com saída no dia 7 de Junho, Quinta, de Algés, às 6h45, e de Sete Rios, às 7h00. Dadas as características da actividade, não é possível participar em viatura própria.

Os preços incluem transporte, entradas e guias locais e alojamento em parque de campismo.

As refeições previstas na **opção 1** (jantar do dia 7, pequeno almoço, almoço e jantar do dia 8, pequeno almoço e almoço do dia 9 e o pequeno almoço do dia 10) serão asseguradas pelo restaurante do camping. Os almoços são picnic para levar na mochila.

Na **opção 2** as refeições terão de ser asseguradas por iniciativa dos próprios.

Serra Amarela - Gerês

15 a 17 de Junho - Sábado e Domingo - 3 botas

‘...a alta e livre terra dos pastores,
dos contrabandistas e das urzes’ (Torga)

Autocarro 69,00 € / Men. 21 anos 25,00 €

Viatura própria 38,00 € / Men. 21 anos 21,00 €

A Serra Amarela ergue-se entre os vales do Lima e do Homem. Serra de lobos, ainda, apesar da guerra constante que o homem lhes fez (faz) como atestam os seus fojos, serra abrigo e serra santuário aqui e ali pontilhada de antas, gravuras e estátuas-menir, promontório onde se instalaram postos de defesa e de vigia da região, terra de pastoreio desde há séculos. A serra veste-se de amarelo da carqueja, do tojo e da giesta, do arroxeadado e branco das urzes e de muitas outras cores, debruça-se para o espelho da albufeira de Vilarinho das Furnas e é uma espectacular varanda aberta para o Gerês.

Sábado, 16

Seremos seguidos pelas antenas da Louriça que nos espreitam lá do alto e tendo a nossos pés a albufeira que afogou uma vida de tradições comunitárias. Também sob a vigilância da serra corre o troço da **Geira Romana** que ligava Bracara Augusta a Astorga. O cenário desenrolar-se-á entre a Portela do Homem e a margem da albufeira, junto à submersa aldeia

de **Vilarinho das Furnas**. Já não está lá a ponte romana, a passagem faz-se agora por uma imponente barragem.

Domingo, 17

Utilizaremos parte de um percurso recentemente balizado - **Trilho das Casarotas** - depararemos com alguma intervenção humana atestando as várias actividades exercidas na serra como o fojo do lobo, os abrigos, as silhas, a levada, os mario-las, as casarotas... Partiremos da barragem ganhando extraordinário alcance visual sobre toda a envolvente, acabaremos na bonita aldeia de Brufe, terra de socalcos, espigueiros e também de um restaurante, obra de arquitectura distinguida com alguns prémios, discretamente implantada ante um excepcional miradouro.

Características dos percursos: Ambos os percursos apresentam desniveis médios. Apesar de alguns troços de bom piso haverá trilhos particularmente duros a exigir bom calçado e eventual bastão.

Cartografia: Folhas 30 e 31 da Carta Militar de Portugal na escala 1/25000 do IGE.

Alojamento: Na primeira noite vamos ficar na **Pousada de Juventude de Ponte de Lima** e, na segunda noite, no **Parque de Campismo da Cerdeira** – Campo do Gerês.

Alternativas ao parque de campismo: Residencial Stop - tel: 253 350 040; Bungalows do Parque Campismo da Cerdeira tel: 253 351 005.

Participação em viatura própria: Os interessados nesta modalidade deverão informar-se directamente no CAAL.

Partida: Sexta, às 19h30 de Algés e às 20h00 de Sete Rios.

PRÓXIMAS ACTIVIDADES

24 de Junho – Domingo – Parque Florestal de Florestal
30 de Junho e 1 de Julho – Sábado e Domingo – Arouca (Freita)
7 de Julho – Sábado – Fieza (Pêra)
8 de Julho – Domingo - Parque Florestal de Florestal
14 e 15 de Julho – Sábado e Domingo – Cimos do Mogadouro
21 de Julho – Sábado – Nocturno

GDAE - GRUPO DE DINAMIZAÇÃO DE ACTIVIDADES DE ESCALADA

Escalada em San Bartolo - Tarifa

28, 29, 30 de Abril e 01 de Maio 07

Tarifa, com uma situação geográfica privilegiada, entre "Mares", o Atlântico e o Mediterrâneo, e "Continente", a Europa e a África, na confluência dos ventos saarianos e atlânticos, de praias desertas a perder de vista de um mar azul ondulado.

San Bartolo encarna esta atmosfera ímpar e que fazem deste local, no extremo sul da Península, a escassos 18km de África, um dos lugares mais exóticos para a prática da Escalada.

A nossa actividade vai desenrolar-se na **Escola de Escalada de San Bartolo**, uma crista arenítica dominante sobre a praia de Bolonia, com mais de 200 vias de escalada.

A rocha em Tarifa é pouco usual em escolas de escalada. O arenito que constitui a escola de San Bartolo foi obtido do depósito de areias marinhas e dos movimentos de compressão que ao longo de milhões de anos a trabalharam e fizeram dela uma rocha compacta e de boa aderência. Haverá

ainda tempo para uns banhos de mar.

Para os aficionados do windsurt e do kite, Tarifa é o paraíso do vento.

A próxima actividade do GDAE é em San Bartolo no extremo meridional da Península Ibérica, a escassos 20 km de África.

É um local selvagem de bonitas praias desertas, onde os desportos ligados ao 'vento' têm dominado a zona. A escalada tem vindo a impor-se nos últimos anos com o aparecimento de novas zonas equipadas sendo o expoente máximo a escola de San Bartolo.

A actividade vai realizar-se no fim-de-semana alargado do 1º de Maio, ou seja, nos dias **28, 29, 30 de Abril e 1 de Maio**.

A dormida é em parque de campismo, que também têm bungalows.

Não percam mais esta grande actividade.

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 **10 de Maio, 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 **16 de Maio, Quarta, às 21h30**, na sede do Clube, para preparar a actividade de travessia na serra Arada (19 e 20).

Estágio de Monitores de Média Montanha CAAL

A terceira e principal fase do Estágio decorreu nos fins-de-semana de 14/15 e 21 de Abril de 2007. Esta fase, que englobou diferentes exercícos no terreno, contou com a participação de 8 Candidatos, os quais, enquadrados por um conjunto de Quadros Técnicos do Clube, deram o seu melhor no sentido de superar as provas que lhes foram exigidas. A Direcção do Clube de Actividades de Ar Livre endereça aos Candidatos os seus votos de sucesso, e sublinha o esforço que todos, Candidatos e Monitores, têm vindo a desenvolver nos últimos meses no âmbito deste Estágio.

Mensagem da Direcção

Pedimos a todos os Sócios que ainda não pagaram as quotas de 2007 (no valor de 27,00 €) que o façam o mais depressa possível, indicando o número de Sócio no acto de pagamento.

Recordamos ainda os Sócios que tenham saldos negativos nas suas contas correntes que regularizem os mesmos.

A Escola EB2/3 de Cinfães colabora em programas de apetrechamento de Bibliotecas de escolas nos PALOP.

Se tiver livros de que já não precise, entregue-os no Clube até ao dia 16 de Maio, Quarta.