



Actividades em Junho-Julho de 2000

- BARRAGEM DE SANTA LUZIA**
24 de Junho, Sábado e 25 de Junho, Domingo – 3 botas
- PARQUE NATURAL DA SERRA DA ARRÁBIDA**
1 de Julho, Sábado – 3 botas
- SERRA DA PENEDA - XII Marcha dos Parques Naturais**
7 de Julho, Sexta a 9 de Julho, Domingo – 3 botas
- AÇORES (S.Miguel, Flores e Corvo)**
22 de Julho, Sábado a 31 de Julho, Segunda – 2/3 botas

XV ANIVERSÁRIO DO CAAL - 16 a 18 de Setembro

Terras da Açafa e Serra do Ródão. Passeio pedestre por Terras de Açafa, escalada nas Portas do Ródão, canoagem no rio Tejo, visita ao Centro Fabril da Portucel, ... tudo isto nos espera nestas comemorações do Aniversário. **Atenção à próxima informação!**

BARRAGEM DE SANTA LUZIA

“A beleza da barragem e a envolvente do pinhal”

24 de Junho, Sábado a 25 de Junho, Domingo – 3 botas
A actividade vai-se realizar no concelho de Pampilhosa da Serra, numa zona de grande beleza, ainda pouco conhecida.

1º dia – Iniciaremos a actividade em Cabril (660m), seguindo por caminho rural, a meia encosta, donde teremos uma vista espectacular sobre o vale do rio Unhais e da garganta rochosa quartzítica que rodeia o dique da barragem de Santa Luzia, em direcção a Vale Grande. Atravessaremos o rio na ponte (600m) e subiremos até ao cimo de um rochedo (930m) do qual se terá uma impressionante vista sobre toda a zona envolvente. Desceremos, passando por uma gruta, “Buraca dos Mouros”, em direcção à albufeira, onde chegaremos a meio da tarde.

2º dia – Iniciaremos a actividade com uma visita ao Museu Monsenhor Nunes Pereira, em Fajão e, em seguida, o autocarro leva-nos até ao início do percurso pedestre (980m). Rumaremos por estradão, em subida progressiva, passando pelos picos Rocha (1190m), Arouca (1114m) e Silva (1132m) até alcançarmos o cimo do Pico Cebola (1418m) do qual se alcançam impressionantes vistas. Daqui, numa descida íngreme (desnível de 600m) iremos terminar em Covanca (800m).

Características do percurso: actividade acessível, em caminhos de serra, com subidas e descidas acentuadas. 8 km no Sábado e 16 km no Domingo. Possibilidade de neutralização apenas no 2º dia.

Cartografia: folhas 244 e 254 da carta militar de Portugal (1/25000) do I.G.E.

Partida: Algés às 06h45 e Campo Pequeno às 07h00.

Participação em viatura própria: é possível, com inscrição prévia no Clube. Ponto de encontro: em Cabril, junto à Igreja Matriz, às 10h30 de Sábado.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	6 000\$00	5 000\$00
Viatura própria	2 650\$00	1 000\$00

Alojamento: em espaço coberto cedido pela Liga de Melhoramentos do Cabril ou em tenda montada junto da barragem. Alternativa (não incluída no preço e com reservas a realizar pelos próprios): Residencial “As Beiras” (235513163).

Recomendações: É aconselhável o uso de bastão e de botas. Recomenda-se ainda o fato de banho para tomar banho na barragem, no Sábado.

Observações: O pequeno almoço de Domingo é oferecido pela Junta de Freguesia do Cabril. Na povoação existe possibilidade de abastecimentos.

ARRÁBIDA

“A flora mediterrânica e a enseada do Portinho a sul de Azeitão”

1 de Julho, Sábado – 3 botas

Os organizadores desejam que esta actividade, pelo seu desenrolar, venha a constituir uma referência no XV ano do clube. Projectámos um longo dia (16:00 horas) de **acção**, **informação** e **diversão** que, esperamos, possa ser, desde o início, o prólogo da festa do aniversário.

ACÇÃO

O objectivo é a ligação do Campo Pequeno ao porto de pesca em Sesimbra. Usaremos os transportes mais apropriados, alguns inéditos nas actividades do clube, que proporcionarão entre outras experiências, a visão de paisagens submarinas ao longo da costa da Arrábida. Não faltará o habitual percurso a pé por estradões e veredas (9845m), atravessando matas e densos bosques mediterrânicos, ambos pontuados de miradouros que permitem desfrutar de soberbas paisagens e apreciar a ocupação humana do território. Faremos a ascensão ao cume da Arrábida (marco geodésico do Formosinho 501m) por rampa de rocha viva e de forte inclinação mas, seguramente, acessível aos caminheros CAAL. Outras acções desenrolar-se-ão ao longo do percurso. Inventá-las e participa.

INFORMAÇÃO

No âmbito do XV aniversário, apresentaremos a exposição itinerante do clube para que os novos caminheros possam conhecer e, os outros, relembrem algumas actividades que fazem a história do clube.

E para que o presente esteja presente os participantes disporão de um painel livre para uma mostra fotográfica de outras actividades. Traz a tua fotografia ou exhibe a tua mostra.

Estarão connosco, nesta apresentação, os Presidentes das anteriores Direcções que nos darão a conhecer a vida do clube no tempo dos seus mandatos e, para a história, autografarão as fotografias expostas, isto enquanto degustaremos um lanche de reforço da nossa força para o esforço que se avizinha.

Ao longo da actividade realizar-se-ão pequenas apresentações de “especialistas”, sobre a ARRÁBIDA, e, ainda, sobre ORIENTAÇÃO, ESCALADA E NAVEGAÇÃO. Prepara-te e intervem!

DIVERSÃO

Preparámos, para este dia e parte da noite, acontecimentos que, esperamos, possam amenizar a “dureza” desta actividade e predispor para o Sábado-À-Noite de Sesimbra onde faremos o livre reconhecimento dos bares e cafés como preparação

para o Jantar Típico da vila. A “festa” terminará com a alocação da Presidente do Clube e a entrega de lembrança, tudo à luz de um Fogo de Campo e dos nossos frontais.

Material e Equipamento: Roupa leve e de protecção de todo o corpo; muda de roupa; material de praia; botas próprias e ténis; protector solar.

Opcional: Fotografia ou mostra alternativa; bússola; material de escalada; frontal.

Local de Partida e Horários:

Campo Pequeno 08:00 horas.

Algés não programado.

Portinho da Arrábida 17:00 horas

Regresso previsto 23:30 horas.

Inscrições: Limitadas a 50 participantes com partida do Campo Pequeno; limitadas a mais 25 participantes com partida do Portinho da Arrábida. O Clube assegura as ligações entre Sesimbra e o Portinho da Arrábida, no início do ramal, com partida de Sesimbra às 22:45 horas.

Cartografia: folha 34/I da carta militar de Portugal (1/50 000) do I.G.E.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	6.500\$00	5 000\$00
Viatura própria	5 000\$00	4 500\$00

Observações: O preço inclui autocarro, combóio, barco, lanche, jantar, presente e seguro.

SERRA DA PENEDA - XII Marcha dos Parques Naturais “No noroeste de Portugal por brandas e inverneiras”

7 de Julho, Sexta a 9 de Julho, Domingo – 3 botas

O Ar Livre regressa, após muitos anos, à Serra da Peneda, situada na parte setentrional do Parque Nacional da Peneda Gerês.

Desta vez a actividade consistirá na travessia norte-sul, que nos levará a percorrer diversas “brandas”, sistema original de ocupação humana, e o vale do Vez, com numerosos vestígios de actividade glacial, passando pelo alto da Serra (Pedrada, 1414m), que constitui um vastíssimo miradouro circular.

Conhecemos ainda a parte meridional da Serra, visitando o monte Gião, com o seu complexo de gravuras rupestres, e miradouro privilegiado sobre o vale do Lima, e ainda as aldeias dos arredores do Soajo que também visitaremos.

1º dia – Senhora da Guia – Travanca: percurso de cerca de 14 km. Iniciaremos a travessia da Serra ao norte, na capela da Senhora da Guia, na freguesia de Gave, Melgaço. Passaremos por algumas “brandas”, subindo ao longo do vale do Vez, até atingirmos o alto da Pedrada (1467 m). Daí descenderemos, pela margem direita do rio Grande até à antiga branda de Travanca, nas proximidades do Mezio. Aqui esperamos um banho reparador nas piscinas naturais daquele rio.

2º dia – Paredes do Vale-Soajo: percurso com cerca de 15 km. Da aldeia de Paredes do Vale (510m) subiremos ao Gião, onde observaremos o complexo das gravuras rupestres, continuando a subir até ao alto (821m). Daí descenderemos, pelas veredas do monte, até Vilar de Suento e, pelo caminho velho, atravessando os campos cultivados, sulcados por inúmeros ribeiros, seguiremos até ao Soajo, onde visitaremos os famosos espigueiros e o enigmático pelourinho.

Características do percurso: Atender aos desníveis assinalados (cerca de 300 e 400 m a subir) com passagem por muitas linhas de água, caminhos e veredas com piso duro. No 1º dia não há água.

Cartografia: Folhas 9, 16 e 17 da carta militar de Portugal (1/25000) do IGE.

Partida: dia 7, 6ªfeira, Algés às 20h30 e Campo Pequeno às 20h45.

Participação em viatura própria: é possível, com inscrição prévia no Clube. Terão de assegurar o regresso ao ponto de partida. Ponto de encontro: Parque de Campismo às 07h30.

Alojamento: Parque de campismo de Lamas de Moura. Alternativa (não incluída no preço e com reservas a realizar pelos próprios): em Castro Laboreiro - Rest. Miradouro do Castelo, tel. 251 465523; Casas da Prof. Aurea, tel. 251 465134; e rest. Serra, tel. 251 465523. Na noite de 6ª para Sábado há possibilidade de bivacar em salão.

Preços	Sócios	Men. 21 anos
Autocarro	6.750\$00	5000\$00
V. própria	2.500\$00	2.000\$00

Recomendações: Levar mantimentos para os dois dias. Na noite de Sábado haverá possibilidade de jantar junto ao parque de campismo (onde está assegurado pão no Domingo) ou em Castro Laboreiro. Recomenda-se o uso de botas e calças.

NOTÍCIAS

• Grupo de Orientação

O GDAO reúne-se na sede do CAAL, no dia 6 de Junho, pelas 21h30, para preparação da próxima actividade do grupo.

• Sessão na sede

Tema: *Timor Lorosae*

No dia 27 de Junho (Terça-feira), às 21h30, haverá uma sessão de audiovisual sobre a experiência, em missão humanitária, em **Timor Lorosae**, do companheiro Viriato Horta.

ACTIVIDADES 2001

A todos os sócios!

Façam chegar ao Clube ideias e propostas para o calendário 2001. A ficha, a preencher, vai anexa a este boletim informativo e deverá ser devolvida até ao dia 29 de Setembro!

CAAL – Clube de Actividades de Ar Livre

ASSOCIAÇÃO DE DEFESA DO AMBIENTE

Presidente: Madalena Godinho

Centro Associativo do Calhau – Sítio do Calhau - Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

Tel.: 21. 778 83 72 Fax: 21. 778 83 67

email:caal@mail.telepac.pt

NIB 0035 0325 00004781 930 29 Conta 0325 00478 1930 – CGD Fonte Nova

Horário de expediente 3ª, 4ª e 5ª feiras das 15h00 às 18h30.