

Pedestrianismo | 28 e 29 Setembro 2013 | Odeceixe

ROTA VICENTINA (secção do Trilho dos Pescadores)

"A Rota Vicentina é uma grande rota pedestre no Sudoeste de Portugal. Formada pelo Caminho Histórico e pelo Trilho dos Pescadores, totaliza 350 km para andar a pé (...). Formado por 4 etapas lineares no Alentejo e 5 circuitos complementares no Algarve, num total de 120 km, o Trilho dos Pescadores é um single track percorrível apenas a pé, ao longo das falésias (...). A Costa Alentejana e Vicentina é uma das mais bem preservadas linhas costeiras em toda a Europa. Praias selvagens, falésias imponentes, biodiversidade, uma cultura autêntica e um clima temperado (...). Estes trilhos foram esculpidos pelas caminhadas entre as aldeias e os pesqueiros, a maioria das vezes de difícil acesso. Este caminho só podia ser de quem é, dos pescadores."

in <http://www.rotavicentina.com/>

Sábado 28 Setembro

Odeceixe– Praia do Carvalhal

Hora e ponto de encontro: 09h00 Pq. Campismo "Monte do Carvalhal da Rocha" (Brejão)

Coord. Google Earth: 37°29'42.01'' N – 8°47'12.06'' O

Direcções: Seguir estrada que liga Odemira a Lagos (EN120), a seguir a S. Teotónio virar para Brejão e depois tomar a direcção da Praia do Carvalhal.

Hora início: 09h30 (*Odeceixe lado norte do rio*)

Distância a percorrer: 15 Km | **Nível dificuldade:** 3 pouco difícil (0–5)

Duração prevista: 5 horas | **Tipologia:** linear

Domingo 29 Setembro

Praia do Carvalhal – Zambujeira do Mar

Hora e ponto de encontro: 09h00 Pq. Campismo "Monte do Carvalhal da Rocha" (Brejão)

Hora início: 09h30 | **Distância a percorrer:** 8Km | **Nível dificuldade:** 2 fácil (0–5)

Duração prevista: 2 a 3 horas | **Tipologia:** linear (ida e volta)

Mais informações

Pela sua localização e sensibilidade ambiental, o **percurso será limitado a 20 inscrições**, com prioridade a sócios efectivos do CMA com as quotas em dia. Poderá acampar com tenda ou alugar um bungalow no parque de campismo do Monte do Carvalhal da Rocha.

Clube de Montanhismo da Arrábida

Rua Alameda do Pinheiro, nº 6 cv-tz | 2910-901 SETÚBAL

Tel/Fax 265724345 | Tlm 925009184

cma@cmarrabida.org | www.cmarrabida.org | facebook.com/cmarrabida



Os custos de estadia e deslocação são da responsabilidade do participante.

Monte Carvalho da Rocha -Turismo | Praia do Carvalho – Brejão – S. Teotónio
Tlm: 919 833 529 | Tel: 282 947 293 | geral@montecarvalhaldarocha.com
www.montecarvalhaldarocha.com

Poderá haver necessidade de transfer dos participantes para o local de início do Percurso em Odeceixe – esta logística será operacionalizada pelo CMA.

Para ficar a saber todos os detalhes técnicos da Grande Rota Vicentina consultar:
<http://www.rotavicentina.com>

Custos inscrição

- **Sócios CMA com quotas em dia; praticantes com Licença FCMP (seguro modalidade A,B, C, D ou E: gratuito**
- **Praticantes não associados CMA; sem Licença FCMP : 4€ (para activação seguro desportivo Liberty Seguros)**

Inscrições limitadas, obrigatórias e só confirmadas após pagamento. Data limite 20 Setembro (podem encerrar antes da data)

NIB CMA: 003600439910018875487

As inscrições podem ser pagas via transferência bancária ou na sede CMA: 4^a. feira 19h às 21h.
Em caso de pagamento por transf. bancária, envie-nos por email o comprovativo com o seu nome.

Inscrições online em <http://www.cmarrabida.org/inscricaoproxactividade.html>

Clube de Montanhismo da Arrábida

Rua Alameda do Pinheiro, nº 6 cv-tz | 2910-901 SETÚBAL

Tel/Fax 265724345 | Tlm 925009184

cma@cmarrabida.org | www.cmarrabida.org | [facebook.com/cmarrabida](https://www.facebook.com/cmarrabida)

