



Pedestrianismo | 30 setembro | Setúbal (Estuário do Sado)

ROTA da Mitrena Natural

Este Percurso Pedestre visa dar a conhecer a Península de *Mitrena*, que habitualmente está associada à zona industrial de Setúbal e que vive paredes meias com este rico habitat natural do Estuário do Sado. Fazendo parte desta Reserva Natural, a península de *Mitrena* reúne importantes valores naturais, onde a ornitologia partilha territórios estuarinos com a apanha de bivalves, a piscicultura e antigas salinas que jazem em memória da extração do sal marinho. Motivos mais que bastantes para nos acompanhar nesta visita à Península de Mitrena.

- Hora e Ponto de encontro: 09h30 | Parque de Merendas de Mitrena
- Google Earth :<https://goo.gl/maps/EpD54sC91PG2> ou 38°29'26.61"N – 8°46'59.62"W
- Duração aprox.: 3 horas | Distância aprox.: 7 Kms
- Grau de dificuldade: baixo | Topologia: Circular

A não esquecer

Dados Técnicos

- Calçado confortável com sola aderente, chapéu, roupa adequada ao tempo, protector solar, água, merenda leve e câmara fotográfica.

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 e obrigatórias até 26 Setembro (podem encerrar antes caso seja atingido o número máximo de 40 participantes)

IBAN CMA: PT50 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/inscricaoactividade.html>

Clube de Montanhismo da Arrábida

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

Tel/Fax 265724345 | TIm 925009184

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

