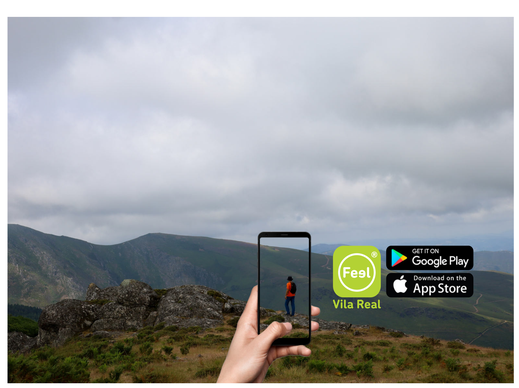
PR 9 VRL MDB

SENDERO DEL ALVÃO
EMBALSES-BARREIRO-LAMAS DE ÔLO
VILA REAL

El "Sendero del Alvão | Embalse – Barreiro – Lamas de Ôlo" es un sendero circular, que comienza y finaliza junto al panel informativo localizado en el Parking de Lamas de Ôlo, y se inserta íntegramente en el área del Parque Natural de Alvão, ofreciendo paisajes de increíble belleza y permitiendo el contacto con el mundo rural y con un vasto patrimonio natural y cultural.
El sendero se inicia en dirección al pueblo de Lamas de Ôlo, pasando junto a un depósito de notable visibilidad situado en la plaza principal del pueblo de Lamas de Ôlo cuyas aguas se aprovechan para regar las tierras aguas abajo del pueblo. Passando Lamas de Ôlo, el sendero se dirige hacia el sur, hacia el embalse de Fundeira y el embalse Cimeira, y gira hacia el oeste, donde se puede ver, en la cota más alta del sendero (a 1175 m de altitud), el Monte Farinha con el santuario de Senhora da Graça y las colinas de Ribeira y Teixeira.

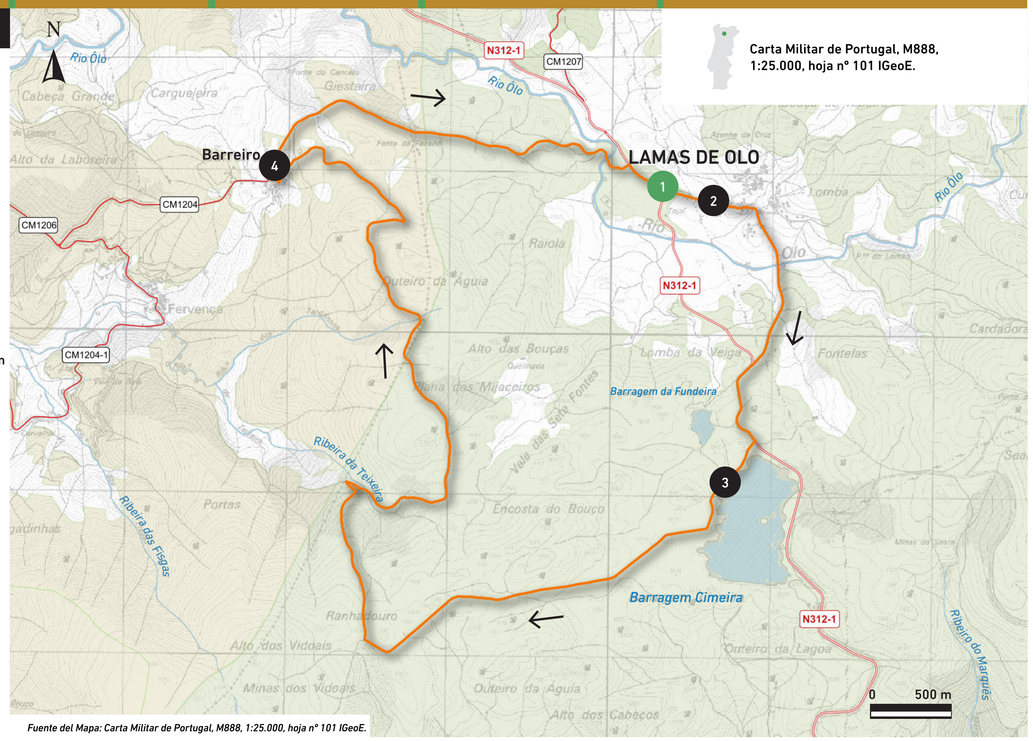
El sendero continúa ahora hacia el norte hacia el pueblo rural de Barreiro, donde se puede visitar la Capilla de Santo António. En este pueblo se pueden observar grandes masas de granito, modeladas por los vientos y el clima. En las zonas más bajas y abrigadas, cabe destacar la presencia de rodales forestales de cierto tamaño.
El regreso al punto de partida se realiza inicialmente por la ladera de la margen izquierda del río Ôlo, desde donde se divisa el pueblo de Dornelas, para continuar por el margen derecho del río, cerca del pueblo de Lamas de Ôlo.



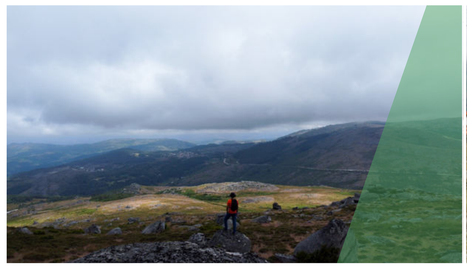
TIPO DE RECORRIDO	DISTANCIA	DURACIÓN	ALTITUD	DESNIVEL ACUMULADO
Circular	13,4 km	4 h 20 min.	966 m / 1175 m	+393 m / -393 m

SUBTÍTULOS

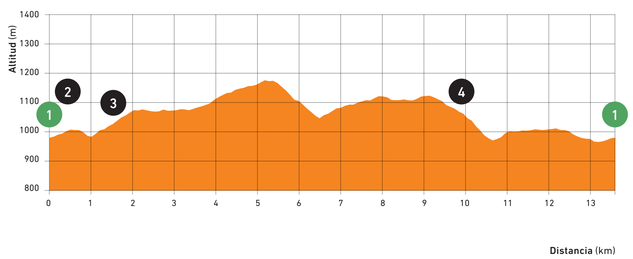
- Sendero PR9 VRL-MDB
- Dirección Recomendada
- Perímetro Forestal de Mondim de Basto
- Perímetro Forestal de las Sierras de Marão, Vila Real y Ordem
- 1 Parking de Lamas de Ôlo. Inicio y fin de PR9 VRL-MDB. 41° 22' 13" N, 7° 47' 43" W
- 2 Iglesia Parroquial de Lamas de Ôlo
- 3 Embalse Cimeira
- 4 Capilla de Santo António



Fuente del Mapa: Carta Militar de Portugal, M888, 1:25.000, hoja nº 101 IGeoE.



PERFIL DE ALTIMETRÍA



GRADO DE DIFICULTAD

ALGO DIFÍCIL

El grado de dificultad se encuentra representado por 4 símbolos diferentes, cada uno de los cuales se clasifica en una escala de 1 a 5 (del más fácil al más difícil).

Dificultad del medio natural	Orientación	Tipo de piso	Esfuerzo físico
1	2	2	3

Calculado según MIDE (Método de Información de Excursiones)

CÓDIGO DE CONDUCTA

Solo avanzar por el sendero señalizado; Evitar ruidos y actitudes que perturben la paz del lugar; Observar la fauna sin molestarla; No dañar la flora; No arrojar basura; No prender fogatas; No tomar muestras de plantas o rocas; Sé amigable con las personas que encuentres; En caso de accidente indica tu posición con los números del mapa.

- No hacer fuego
- No recoger plantas ni molestar a los animales
- No tirar basura
- No acampar

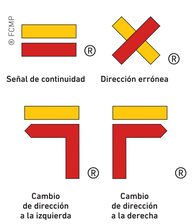
ÉPOCA RECOMENDADA

El Sendero se puede realizar en cualquier época del año, y se deben tomar precauciones en verano debido a las elevadas temperaturas y en el invierno debido a las bajas temperaturas y la posibilidad de niebla y nevadas.

CONTACTOS ÚTILES

SOS: 112
Municipio de Vila Real (+351) 259 308 100
Oficina Interactiva de Turismo (+351) 259 308 170

SEÑALÉTICA



cm-vilareal.pt
centrocienciavilareal.pt

Entidad promotora: MUNICÍPIO VILA REAL
Entidad de apoyo: MONDIM DE BASTO; ICNF
Sendero homologado por:
Cofinanciamiento: NORTE2020 PROGRAMA OPERACIONAL REGIONAL DO NORTE; PORTUGAL 2020; UNIÃO EUROPEIA Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional