

Parcours Pédestres de Petit Itinéraire

Percursos Pedestres de Pequena Rota

- 1 - PR1 FCR - Almofala et Dessus du Saint André - 8Km / Moyen
- 2 - PR3 FCR - Sentiers du Couvent - 14,2Km / Moyen
- 3 - PR2 FCR - Sentiers de la Voie Sacra - 11,3Km / Moyen
- 4 - PR1 MED - Chemin Historique de Marialva - 3,8Km / Facile
- 5 - PR2 MED - A la rencontre des chateaux: Méda, Marialva, Longroiva - 24,6Km / Moyen
- 6 - PR1 TCS - Gardiens du Plateau - 21Km / Moyen
- 7 - PR2 CLB - Sentiers de S. Gens - 10,6Km / Facile
- 8 - PR1 CLB - Sentiers des Montée - 5Km / Facile
- 9 - PR4 CLB/GVA - Sentiers de la Trottoirs Romaine - 5Km / Facile
- 10 - PR1 GVA - Route des Gaillard - 11,2Km / Moyen
- 11 - PR3 GVA - Penedos Mouros - 18Km / Moyen
- 12 - PR2 GVA - Chemin de la Foi - 16Km / Moyen
- 13 - PR12 SEI - Route de la Fervença - 4,7Km / Moyen
- 14 - PR10 SEI - Route de la Caniça - 7Km / Moyen
- 15 - PR9 SEI - Route des Mines du Círio - 7,1Km / Moyen
- 16 - PR3 SEI - Route des Terrasse - 2,8Km / Facile
- 17 - PR5 SEI - Gorge de la Loriga - 8,7Km / Difficile
- 18 - PR4 SEI - Route de la Eira - 2,9Km / Facile
- 19 - PR7 SEI - Route des Canadas - 6,2Km / Moyen
- 20 - PR14 SEI - Route du Pâturage - 6,7Km / Difficile
- 21 - PR2 SEI - Route de la Rivière de Loriga - 8Km / Difficile
- 22 - PR6 SEI - Route de la Messe - 8Km / Difficile
- 23 - PR3 PPS - Chemin du Shiste de la Barr. de S.ª Luzia - 9,7Km / Facile

- 24 - PR6 PPS - Chemin du Shiste Ald. de Porto de Vacas - 7Km / Facile
- 25 - PR2 FND - Chemin du Shiste de Janeiro de Cima - 10Km / Facile
- 26 - PR4 PPS - Chemin du Shiste de Janeiro de Baixo - 9,7Km / Facile
- 27 - PR1 FND - Chemin du Shiste da Barroca - 9,2Km / Facile
- 28 - PR4 FND - Route de la Marateca - 14Km / Facile
- 29 - PR1 CTB - Route de la Gardunha - 17,4Km / Difficile
- 30 - PR11 FND - Chemin Historique de Castelo Novo - 2,7Km / Facile
- 31 - PR5 FND/CTB - Route de la Penha - 14,3Km / Difficile
- 32 - PR10 FND - Route de la Rivière de Alpreade - 14,5Km / Difficile
- 33 - PR8 FND - Route du Carvalho - 12,6Km / Difficile
- 34 - PR7 FND - Route de la Cerise - 9,9Km / Moyen
- 35 - PR3 FND - Pierre d'Hera - 5,4Km / Facile
- 36 - PR9 FND - Route des Châtaigni - 13Km / Moyen
- 37 - PR6 FND - Portela da Gardunha - 12,8Km / Moyen
- 38 - PR7 IDN - Route des Balcon - 17Km / Moyen
- 39 - PR5 IDN - Route des Ensemble - 7Km / Moyen
- 40 - PR2 IDN - Route de la Egitânea - 8,5Km / Facile
- 41 - PR3 IDN - Route des Fossoyer - 3Km / Facile
- 42 - PR6 IDN - Route du Erges - 5Km / Facile
- 43 - PR1 IDN -Route des Vautour - 10,5Km / Moyen
- 44 - PR6 SBG - Route des Casteleiros - 5,8Km / Facile
- 45 - PR7 SBG - Chemin Historique de Sortelha - 7,4Km / Moyen
- 46 - PR5 SBG - Penha do Lobo - 10,7Km / Moyen
- 47 - PR1 SBG - Fleuve Côa - 10,3Km / Facile
- 48 - PR4 SBG - Vilaes - 15,9Km / Moyen
- 49 - PR3 SBG - Naissant du Côa - 14,3Km / Moyen
- 50 - PR8 SBG - Thermes du Cró - 7,8Km / Moyen
- 51 - PR8 SBG - Vallée du Cesarão - 9,4Km / Moyen



Centres de VTT / Centros de BTT

THERMES DE MONFORTINHO 215KM 4 Parours / Percursos 1x ; 1x 1x ; 1x	SABUGAL 225KM 5 Parours / Percursos 1x ; 1x 2x ; 1x	GARDUNHA 250KM 8 Parours / Percursos 2x ; 2x 3x ; 1x	MANTEIGAS 150KM 5 Parours / Percursos 1x ; 1x 2x ; 1x	SEIA 151KM 4 Parours / Percursos 1x ; 1x 1x ; 1x	PAMPILHOSA DA SERRA 122KM 4 Parours / Percursos 1x ; 1x 1x ; 1x	ARGANIL / SERRA DO AÇOR 150KM 4 Parours / Percursos 1x ; 1x 1x ; 1x
---	--	---	--	---	--	--

Degré de difficulté _ Grau de dificuldade: ● facile/fácil; ● moyen/médio; ● difficile/difícil; ● très difficile/muito difícil



GR22 / Caminhos Históricos / Percursos cicloturísticos / MAPA DE PERCURSOS

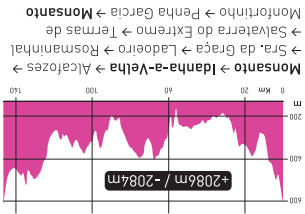
VILLAGES HISTORIQUES DU PORTUGAL

CARTE DES PARCOURS

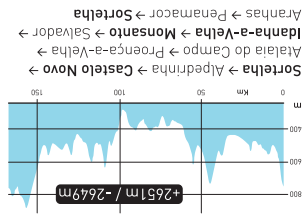
GR22, Chemins historiques et parcours cyclo-touristiques



www.aldeiashistoricasdeportugal.com
facebook.com/aldeiashistoricasdeportugal



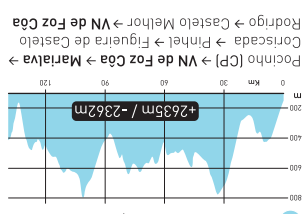
19 Circuit Naturejo / 146,6Km



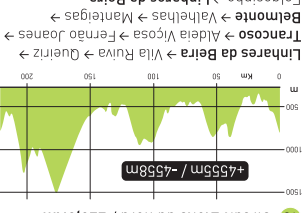
18 Circuit Cova da Beira / 168Km



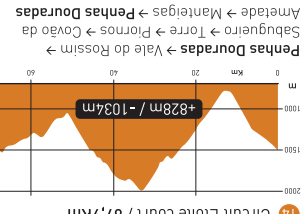
17 Circuit du Nord-Est / 167Km



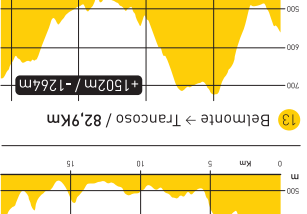
16 Circuit du nord / 138,7Km



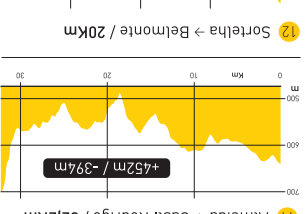
15 Circuit Etiole du nord / 220,6Km



14 Circuit Etiole court / 67,9Km



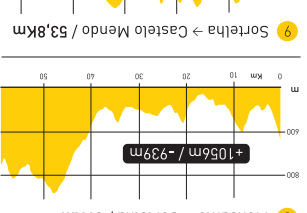
13 Belmonte to Trancoso / 82,9Km



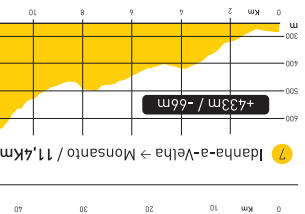
12 Sortelha to Belmonte / 20Km



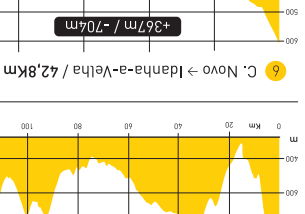
11 Almeida to Castl. Rodrigo / 32,2Km



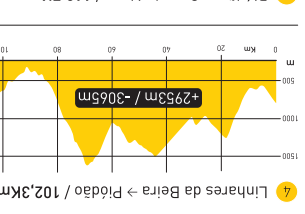
10 Castelo Mendo to Almeida / 19,7Km



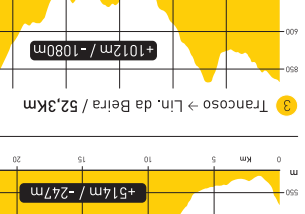
7 Idanha-a-Velha to Monsanto / 11,4Km



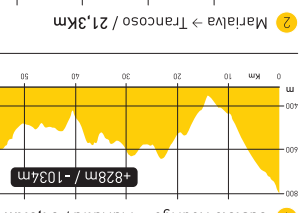
6 C. Novo to Idanha-a-Velha / 42,8Km



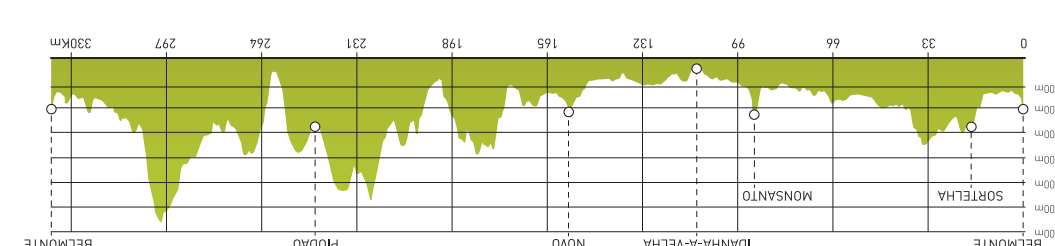
5 Piódão to Castelo Novo / 110,7Km



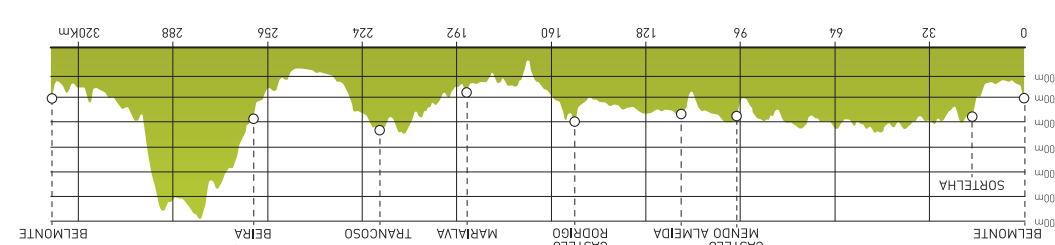
4 Linhares da Beira to Piódão / 102,3Km



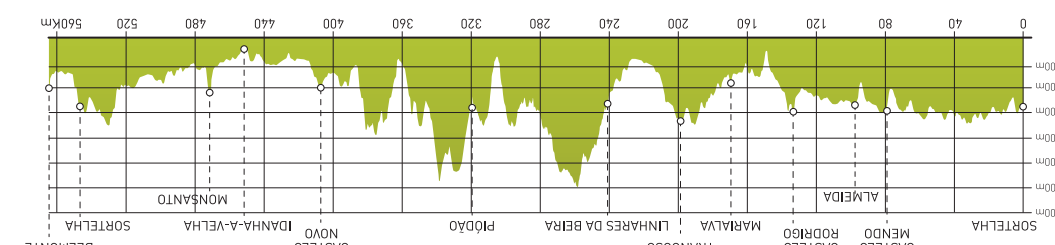
2 Marialva to Trancoso / 21,3Km



en vtt | en bit
14 jous/dias
8 jous/dias
5 jous/dias
Altitude (Max. / Min.): 1523m / 264m;
Dénivelé Accumulé _ Desn. accumulado: +10,128m / -10,128m



en vtt | en bit
12 jous/dias
7 jous/dias
4 jous/dias
Altitude (Max. / Min.): 1589m / 276m;
Dénivelé Accumulé _ Desn. accumulado: +6560m / -6560m



en vtt | en bit
30 jous/dias
12 jous/dias
7 jous/dias
Altitude (Max. / Min.): 1589m / 264m;
Dénivelé Accumulé _ Desn. accumulado: +13,660m / -13,660m

Le territoire des Villages Historiques du Portugal est très intéressant pour les parcours cyclo-touristiques, pour la plupart en pentes douces, avec des routes où la circulation est modérée, une bonne chausssée et d'excellents paysages.

O território das Aldeias Históricas de Portugal é muito interessante para percursos cicloturísticos, na sua grande maioria com declives suaves, estradas com pouco tráfego, bom pavimento e excelentes paisagens.



Vous pourrez réaliser le GR22 sur un grand circuit extérieur ou en deux «loops» plus courts, Nord ou Sud, en utilisant la variante GR22.1 pour retourner au point de départ. Pude realizar a GR22 num grande circuito exterior ou em dois «loops» mais pequenos. Norte ou Sul, utilizando a variante GR22.1 para voltar ao ponto de início.

GR 22

GR 22

DISTANCE TOTALE

565Km

+ GR 22.1

40Km



ETAPES / ETAPAS GR 22

Sortelha → Castelo Mendo (79km) / +1264m / -1283m
Castelo Mendo → Almeida (19km) / +296m / -303m
Almeida → Castelo Rodrigo (36km) / +338m / -274m
Castelo Rodrigo → Marialva (36km) / +628m / -837m
Marialva → Trancoso (29km) / +751m / -482m
Trancoso → Linhares da Beira (43km) / +708m / -790m
Linhares da Beira → Piódão (80km) / +3407m / -3488m
Piódão → Castelo Novo (87km) / +3277m / -3354m
Castelo Novo → Idanha-a-Velha (45km) / +403m / -739m
Idanha-a-Velha → Monsanto (19km) / +529m / -153m
Monsanto → Sortelha (75km) / +1514m / -1423m
Sortelha → Belmonte (18km) / +283m / -433m

Belmonte ↔ Vale do Rossim (40km) / +1830m / -1007m
(variante GR 22.1)
GR22 ↔ Penamacor (2,6km) / +86m / -0m
(variante GR 22.2)



Centres de VTT

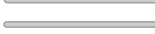
- 1 - Thermes de Monfortinho
- 2 - Sabugal
- 3a; 3b - Gardunha
- 4 - Manteigas
- 5 - Seia
- 6 - Pampilhosa da Serra
- 7 - Arganil / Serra do Açor



LÉGENDE / LEGENDA

 **GR 22** — Grand Itinéraire des Villages Historiques de Portugal / Grande Rota das Aldeias Históricas
GR 22.1 — Variante / Variante
GR 22.2 — Variante de liaison à Penamacor / Variante de ligação a Penamacor

 — Parcs Pédrestres de Petit Itinéraire / Percursos Pedestres de Pequena Rota
 — Chemin Historique / Caminho Histórico
 — Bikotel / Hotel bike friendly

 Routes goudronnées / Estrada asfaltada
 Fleuve / Rio



Parcours cyclo-touristiques
Percursos cicloturísticos

 — Parcours linéaires (liens entre AHP) / Percursos lineares

- 1 - Castelo Rodrigo → Marialva / 54,8Km
- 2 - Marialva → Trancoso / 21,3Km
- 3 - Trancoso → Linhares da Beira / 52,3Km
- 4 - Linhares da Beira → Piódão / 102,3Km
- 5 - Piódão → Castelo Novo / 110,7Km
- 6 - Castelo Novo → Idanha-a-Velha / 42,8Km
- 7 - Idanha-a-Velha → Monsanto / 11,4Km
- 8 - Monsanto → Sortelha / 59Km
- 9 - Sortelha → Castelo Mendo / 53,8Km
- 10 - Castelo Mendo → Almeida / 19,7Km
- 11 - Almeida → Castelo Rodrigo / 32,2Km
- 12 - Sortelha → Belmonte / 20Km
- 13 - Belmonte → Trancoso / 82,9Km

Parcours Circulaires / Percursos Circulares

- 14 Circuit Étoile Court / 67,9Km
- 15 Circuit Étoile du Nord / 220,6Km
- 16 Circuit du Nord / 138,7Km
- 17 Circuit du Nord-Est / 167Km
- 18 Circuit Cova da Beira / 168Km
- 19 Circuit Naturtejo / 146,6Km



Où dormir / Onde dormir
Villages Historiques du Portugal

0 5 10 20 Km