

19
OUT

OLHAR SOBRE A FOZ
E DESCOBRIR O TEJO
CHÃO DA VELHA

 10KM

GRAU DE DIFICULDADE



III ALGO DIFÍCIL

CAMINHOS DE NISA

AO ENCONTRO DO PATRIMÓNIO
CAMINHADAS 2019



DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO
15 DE OUTUBRO

INSCRIÇÕES
GRATUITAS
(OBRIGATÓRIAS)

ONLINE EM:
WWW.CM-NISA.PT

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONTATAR:
MUNICÍPIO DE NISA
SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER
E-MAIL: CAMINHOSDENISA@GMAIL.COM
TELEFONE: 245 410 000 EXTENSÃO: 317 / 351
TELEMÓVEL: 968 332 741



PROGRAMA PREVISTO

 PUNTO DE ENCONTRO: Cine-Teatro de Nisa

Duração: 2h30 / 3 horas Distância: 10km

08H00: Concentração junto ao Cine-Teatro de Nisa

08H15: Partida de Nisa em autocarro para o Chão da Velha

08H50: Boas vindas e briefing técnico

09H00: Início da caminhada

10H30: Reabastecimento na Central da Foz

12H00: Chegada prevista ao Chão da Velha, seguida de almoço
convívio sob o mote "Leva do teu e come de todos" junto à
Antiga Escola

15H00: Regresso a Nisa em autocarro

PONTOS DE INTERESSE: Aldeia do Chão da Velha, Central
Hidroelétrica da Velada, Central da Foz, Foz da Ribeira de Nisa e
Rio Tejo



CÂMARA
MUNICIPAL
NISA

INFORMAÇÕES

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação é **GRATUITA**, mas de inscrição obrigatória via Googleforms **ATÉ A 15 DE OUTUBRO**.

Qualquer dúvida ou alteração deverá contactar: caminhosdenisa@gmail.com ou através do **968332741 / 245 410 000 - extensão 317 / 351**.

A INSCRIÇÃO INCLUI

Participação no evento, seguro, reabastecimentos, documentação, transporte de ligação ao local do percurso, viatura de apoio, enquadramento técnico e acompanhamento.

ALMOÇO CONVÍVIO NO FINAL DA CAMINHADA

A participação no almoço convívio partilhado é **facultativa** e terá lugar na Antiga Escola do Chão da Velha, sob o mote **“Leva do teu e come de todos!”**

FICHA TÉCNICA DO PERCURSO

Designação: Caminhos de Nisa ao Encontro do Património - “Olhar sobre a Foz e Descobrir o Tejo”

Início/Fim: Chão da Velha (junto à Antiga Escola)

Distância: 10 km, circular

Desníveis acumulados em metros: D+538 / D-538

Elevação Mínima: 74 m

Elevação Média: 191 m

Elevação Máxima: 285 m

Duração: 2h30 / 3 horas

Grau de dificuldade: III - Algo Difícil

Principais Pontos de Interesse: Aldeia do Chão da Velha, Central Hidroelétrica da Velada, Central da Foz, Foz da Ribeira de Nisa e Rio Tejo.

RECOMENDAÇÕES PARA UMA BOA MARCHA

- É imprescindível o uso de roupa e de calçado adequado à prática de trekking/caminhada (impermeável e respirável), c/ meias de microfibras s/ costuras)
- Chapéu ou boné
- Protetor Solar
- Mochila cómoda (c/ fruta, comida energética e água)
- Cajado ou bastão articulado
- Máquina fotográfica

PROGRAMA PREVISTO

Ponto de Encontro: Cine-teatro de Nisa

08h15: Partida de Nisa em autocarro municipal para o Chão da Velha

08h50: Boas vindas e briefing técnico

09h00: Início da caminhada

10h30: Reabastecimento (Central da Foz)

12h00: Chegada prevista ao Chão da Velha

12h30: Almoço convívio partilhado (facultativo) sob o mote “Leva do teu e come de todos!”

15h00: Regresso a Nisa em autocarro municipal

PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar do evento, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições. Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição.

Todos os participantes podem exercer o seu **direito de acesso, retificação ou anulação dos dados pessoais**, enviando um e-mail para: caminhosdenisa@gmail.com

MUNICÍPIO DE NISA
SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-mail: caminhosdenisa@gmail.com
Telefone: 245 410 000 Extensão: 317 / 351
Telemóvel: 968 332 741



CÂMARA
MUNICIPAL
NISA