



# 27 DE FEVEREIRO

## DO S. SEBASTIÃO DE ALPALHÃO AO MÁRTIR SANTO DE NISA

ALPALHÃO > NISA

📍 PONTO DE ENCONTRO: CINE-TEATRO DE NISA

DURAÇÃO: 4H00/4H30

DISTÂNCIA: 16 KM

GRAU DE DIFICULDADE



II FÁCIL

### PROGRAMA PREVISTO

08H00: CONCENTRAÇÃO EM NISA NO CINE-TEATRO

08H15: DESLOCAÇÃO EM AUTOCARRO MUNICIPAL PARA A CAPELA DE S. SEBASTIÃO (ALPALHÃO)

08H50: BOAS-VINDAS E BRIEFING TÉCNICO

09H00: INÍCIO DA CAMINHADA

11H00: REABASTECIMENTO 1 (SARAGONHEIROS - 7,7KM)

12H30: REABASTECIMENTO 2 (VALE DA CUBA - 12KM)

13H30: CHEGADA PREVISTA A NISA (CAPELA DO MÁRTIR SANTO)

NOTA: ALMOÇO LIVRE

### PONTOS DE INTERESSE

CAPELA DE S. SEBASTIÃO (ALPALHÃO) - CAMINHO NASCENTE (A SANTIAGO)

VEREDA DA SARDINHEIRA - PONTÃO DA SARDINHEIRA - PONTÃO DE CARRETAS DE

JOÃO VIEGAS - RIBEIRA DO FIGUEIRÓ - BLOCOS PEDUNCULADOS - TROÇO DE CALÇADA

MEDIEVAL (ANTIGO CAMINHO PARA ALPALHÃO - CAMINHO DE SANTIAGO)

POLDRAS DA RIBEIRA DE FIGUEIRÓ (SANTO ANTÓNIO) - CAPELA DE SANTO ANTÓNIO

CAPELA DO MÁRTIR SANTO (NISA)

# INSCRIÇÕES GRATUITAS

(OBRIGATÓRIAS) EM:

[WWW.CM-NISA.PT](http://WWW.CM-NISA.PT)

DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO: 24 FEVEREIRO

MUNICÍPIO DE NISA

SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-MAIL: [SOCIOCULTURAL@CM-NISA.PT](mailto:SOCIOCULTURAL@CM-NISA.PT)

TELEFONE: 245 410 000 EXTENSÃO: 317/351

TELEMÓVEL: 968 332 741



CÂMARA  
MUNICIPAL  
NISA



# INFORMAÇÕES

## CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação é **GRATUITA**, mas de inscrição obrigatória **ATÉ 24 DE FEVEREIRO** via formulário disponível em [www.cm-nisa.pt](http://www.cm-nisa.pt)

Qualquer dúvida ou alteração deverá contactar:

Através do e-mail: [sociocultural@cm-nisa.pt](mailto:sociocultural@cm-nisa.pt) ou através dos números: **968 332 741** ou **245 410 000** - extensão **317 / 351**

## A INSCRIÇÃO INCLUI

Participação no evento, seguro, reabastecimento, documentação, transporte de ligação ao local do percurso (caso seja fora de Nisa), viatura de apoio, enquadramento técnico e acompanhamento.

## FICHA TÉCNICA DO PERCURSO

**CAMINHOS DE NISA AO ENCONTRO DO PATRIMÓNIO 2022: “DO S. SEBASTIÃO DE ALPALHÃO AO MÁRTIR SANTO DE NISA”**

**Início:** Capela de S. Sebastião (Alpalhão) / **Fim:** Capela do Mártir Santo (Nisa);

**Distância:** 16 km, linear;

**Desníveis acumulados em metros:** D+112 m (subidas); D-147 m (descidas);

**Elevação mínima:** 279 m;

**Elevação média:** 307 m;

**Elevação máxima:** 330 m;

**Duração prevista:** 4h00 a 4h30 horas;

**Grau de dificuldade:** II – Fácil.

**Tipo de Percurso:** Linear, de pequena rota, ambiental, paisagístico e por caminhos rurais.

**Itinerário:** Alpalhão (Capela de S. Sebastião) - Couto da Figueirinha - Vereda da Sardinheira - Saragonheiros - Vale da Cuba - Santo António - ZAE - Nisa (Capela do Mártir Santo)

## Principais pontos de interesse:

Capela de S. Sebastião (Alpalhão) - Caminho Nascente (a Santiago) - Vereda da Sardinheira - Pontão da Sardinheira - Pontão de carretas de João Viegas - Ribeira do Figueiró - Blocos Pedunculados - troço de calçada medieval (antigo caminho para Alpalhão - Caminho de Santiago) - Poldras da Ribeira do Figueiró (Santo António) - Capela de Santo António - Capela do Mártir Santo (Nisa);

## MUNICÍPIO DE NISA SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-mail: [sociocultural@cm-nisa.pt](mailto:sociocultural@cm-nisa.pt)

Telefone: 245 410 000 Extensão: 317 / 351

Telemóvel: 968 332 741

## 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

**08h00:** Concentração em Nisa no Cine-teatro

**08h15:** Deslocação em autocarro Municipal para a Capela de S. Sebastião (Alpalhão)

**08h50:** Boas-vindas e briefing técnico

**09h00:** Início da caminhada

**11h00:** Reabastecimento 1 (Saragonheiros - 7,7km)

**12h30:** Reabastecimento 2 (Vale da Cuba - 12km)

**13h30:** Chegada prevista a Nisa (Capela do Mártir Santo)

**Nota:** Almoço livre

## 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: [sociocultural@cm-nisa.pt](mailto:sociocultural@cm-nisa.pt)



CÂMARA  
MUNICIPAL  
NISA

