

## PAISAGEM, BIODIVERSIDADE E HERANÇA CULTURAL LANDSCAPE, BIODIVERSITY AND CULTURAL HERITAGE

O percurso pelos bosques do Catarredor proporciona um cenário único, digno de uma odisséia cinematográfica, aromatizado pelas fragrâncias de loureiros e colorido pela paleta multicolor das diversas espécies de folhosas rústicas que cobrem parte significativa do percurso. Esta viagem pelo interior de um habitat único, de rara beleza e propícia a encontros inesperados (com cada um de nós e com a fauna selvagem), transporta-nos ao passado e às memórias, ao presente e à tranquilidade, ao futuro e à paixão pelo território.

The trail along the groves of Catarredor provides a unique setting, worthy of a cinematic odyssey, flavoured by the fragrance of laurel trees and tinged by the multicoloured palette of the different species of rustic deciduous trees that cover a significant part of the route. This journey through a unique habitat of rare beauty and propitious to unexpected encounters (with each one of us and with the wild fauna), takes us back not only to the past and memories but also to the present and tranquillity, to the future, and passion for the territory.



Moinho de rodízio, junto à ribeira de Catarredor  
Watermill, next to the Ribeira de Catarredor

## PATRIMÓNIO NATURAL NATURAL HERITAGE

No coração da Serra da Lousã, em plena Rede Natura 2000, o ecossistema que envolve o Catarredor desvenda locais únicos, com elevada importância biogenética. Para além de múltiplos exemplares monumentais da floresta autóctone (freixos, carvalhos ou castanheiros), guarda uma das manchas de maior dimensão de pilriteiro (*Crataegus monogyna*) e de plátano-bastardo (*Acer pseudoplatanus*). O interior destas encostas húmidas fornece abrigo e alimento para espécies como o lagarto-de-água (*Lacerta schreiberi*) ou a salamandra-lusitânica (*Chioglossa lusitanica*).

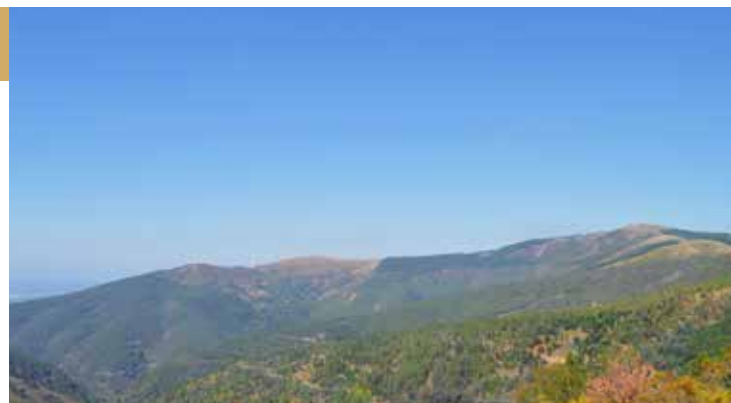
In the heart of Serra da Lousã, in the middle of the Natura 2000 Network, the ecosystem surrounding Catarredor reveals unique places, with high biogenetic importance. In addition to multiple monumental specimens of the autochthonous forest (ash, oak, or chestnut trees), it has one of the most significant patches of common hawthorn (*Crataegus monogyna*) and sycamore (*Acer pseudoplatanus*). The inner areas of these humid slopes provide shelter and food for different species such as the Iberian emerald lizard (*Lacerta schreiberi*) or the gold-striped salamander (*Chioglossa lusitanica*).



Raposa (*Vulpes vulpes*)  
Red fox (*Vulpes vulpes*)



Castanheiro monumental (*Castanea sativa*)  
Monumental chestnut tree (*Castanea sativa*)



Vista panorâmica sobre o vale da ribeira de Catarredor, com Trevim em pano de fundo  
Panoramic view over the valley of the Ribeira de Catarredor, with Trevim in the background

## NORMAS DE CONDUTA RULES OF CONDUCT

### Seguir apenas pelo trilho sinalizado | Keep to the signposted track;

Evitar fazer ruídos desnecessários | Avoid making unnecessary noise;

Observar a fauna sem perturbar | Observe wildlife without disturbing it;

Não danificar a flora | Do not damage the flora;

Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem | Do not leave rubbish or any other trace;

Não fazer lume | No naked flames;

Não colher amostras de plantas ou rochas | Do not take samples of plants or rocks;

Ser afável com as pessoas que encontre no local | Be nice to the people you might meet

along the way.

## CONTACTOS ÚTEIS USEFUL CONTACTS

### SOS Emergência | SOS Emergency: 112

SOS Ambiente e Território | SOS Environment and Territory: 808 200 520

Informação Anti-Venenos | Anti-Poison Information: 800 250 250

Posto de Turismo | Tourism Office: (+351) 239 990 040

Centro de Saúde | Healthcare Centre: (+351) 239 990 623

Bombeiros | Fire Brigade: (+351) 239 990 530

GNR | Police: (+351) 239 990 060

PROMOTOR:  
PROMOTER:



APOIO:  
SUPPORT:



COFINANCIAMENTO:  
CO-FUNDING:



PERCURSO PEDESTRE REGISTADO E HOMOLOGADO POR:  
HIKING TRAIL REGISTERED AND CERTIFIED BY:



PR5  
LSA

# BOSQUES DO CATARREDOR



desenvolvido por floema® | 2022

C  
CATARREDOR  
ASSOCIAÇÃO

## DESCRIÇÃO DO PERCURSO

### ROUTE DESCRIPTION

O percurso inicia-se junto à Capela de Nossa Senhora das Precês.

Seguindo o caminho em sentido horário, pelas ruas da aldeia, uma escadaria, junto à eira, transporta para o interior de um mundo mágico. Aqui e ali verdadeiros gigantes verdes guardam as memórias de sucessivas gerações, que das leiras suportadas por muros retiraram o seu sustento. Um derradeiro zigzague desagua na ribeira de Catarredor e nos moinhos de rodízio. Cruzando a ribeira, uma e outra vez, a escadaria marca o início da subida. Alcançando a regueira (levada), o caminho à direita permite encurtar o percurso, antecipando o regresso ao Catarredor. Seguindo pelo caminho à esquerda, após a ponte de madeira, transpomos o asfalto, próximo do KM 23 da EN 236. A entrada do trilho abre um portal para um ecossistema único e de rara beleza. Serpenteando pela encosta, o percurso conflui numa pequena portela com vista privilegiada. Cruzando o pinhal, na base do parque eólico, a descida conduz à Fonte Fria e, após o asfalto, ao interior de uma mancha florestal notável. Descendo a vertente, um pequeno desvio revela uma cascata perene. Trilhando junto aos muros cobertos de musgo, com vista admirável sobre o casario em xisto, um caminho estreito conduz de regresso ao ponto de partida.

The trail begins next to the Chapel of Nossa Senhora das Precês.

Following the path clockwise, along the village streets, a staircase, next to the threshing floor, will carry you into a magical world. Here and there, veritable green giants keep the memories of successive generations, who took their sustenance from the small field plots supported by walls. A final zigzag flows into the Ribeira de Catarredor and the watermills. Crossing the stream, again and again, the staircase marks the beginning of the ascent. Reaching the regueira (levada), the path on the right will shorten the route, anticipating the return to Catarredor. Following the left side, after the wooden bridge, cross the asphalt, near the KM 23 of EN 236. The entrance to the trail opens a portal to a unique ecosystem of rare beauty. Winding along the slope, the route converges in a small opening with a privileged view. Crossing the pine forest, at the base of the wind farm, the descent leads to Fonte Fria, and, after the asphalt, to the interior of a remarkable forest patch. Going down the slope, a small detour reveals a perennial waterfall. Walking along the moss-covered walls, with an admirable view over the schist houses, a narrow path leads back to the starting point.

## FICHA TÉCNICA

### TECHNICAL SHEET



**6,4 km**

Distância  
Distance



**632 m**

Desnível acumulado  
Altitude variation



**956/534 m**

Altitude máx./mín  
Altitude max./min



**Circular**

Sentido dos ponteiros  
do relógio  
Counterclockwise



**3h 30**

Duração  
Duration



**Difícil (nível IV)**

Hard (level 4)  
Grau de dificuldade  
Difficulty level



**ÉPOCA ACONSELHADA**

RECOMMENDED SEASON

O percurso pode ser efetuado em qualquer época do ano, tendo os seus utilizadores que tomar algumas precauções face às elevadas temperaturas que se podem fazer sentir durante o verão. Durante os períodos de maior precipitação recomenda-se algum cuidado com as águas escorrenciais e com o aumento do caudal das linhas de água, que poderão tornar o percurso intratável.

The trail is adequate for any time of the year. Regardless, hikers must take some precautions during summertime due to the high temperatures that can be felt. During periods of heavy rainfall, it is recommended to be careful with the overland flow and the increased flow of streams, which can make the route impassable.

## PONTOS DE INTERESSE

### POINTS OF INTEREST

- 1 Capela de Nossa Senhora das Precês e Freixo Monumental | Chapel of Nossa Senhora das Precês and Monumental Ash
- 2 Eira  
Threshing floor
- 3 Arvoredado monumental  
Monumental grove
- 4 Ribeira de Catarredor e moinhos de rodízio  
Ribeira de Catarredor and watermills
- 5 Arvoredado monumental  
Monumental grove
- 6 Quilómetro 23 (EN 236)  
Kilometre 23 (EN 236)
- 7 Miradouro e zona de descanso  
Viewpoint and rest area
- 8 Fonte Fria
- 9 Cascata (temporária)  
Waterfall (temporary)
- 10 Regueira (levada)

## SINALÉTICA

### SIGNAGE

© FCMP



caminho certo  
right way



caminho errado  
wrong way



virar à esquerda  
turn left



virar à direita  
turn right

## LEGENDA DO MAPA

### MAP LEGEND



**Início de Percurso**  
Start of trail



**PR5 LSA - Bosques do Catarredor**



**PR5.1 LSA - Variante**



**PR3 LSA - Rota da Levada**



**Aldeia**  
Village



**Linhas de Água**  
Water lines



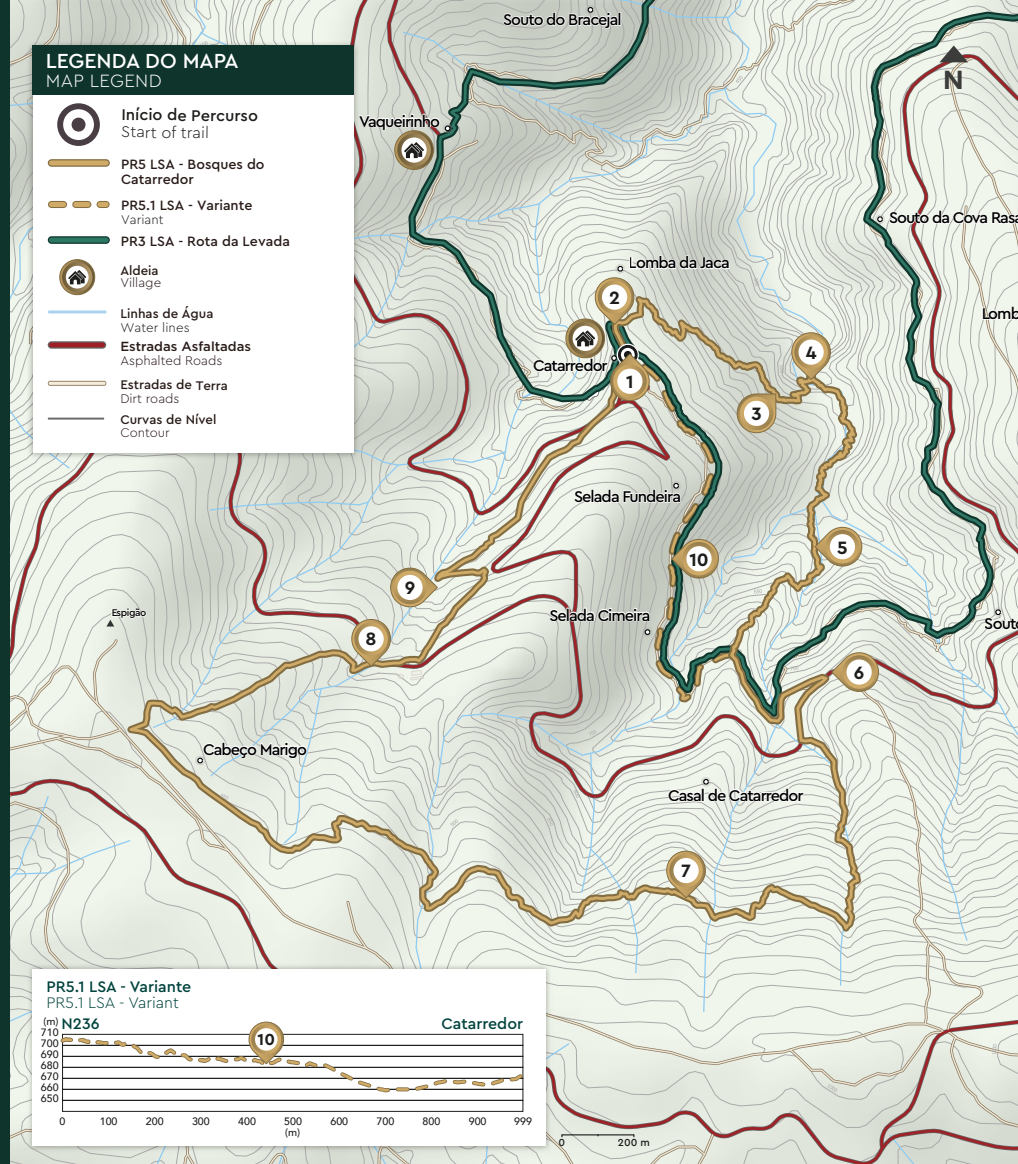
**Estradas Asfaltadas**  
Asphalted Roads



**Estradas de Terra**  
Dirt roads

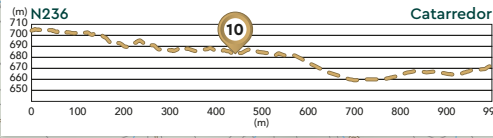


**Curvas de Nível**  
Contour



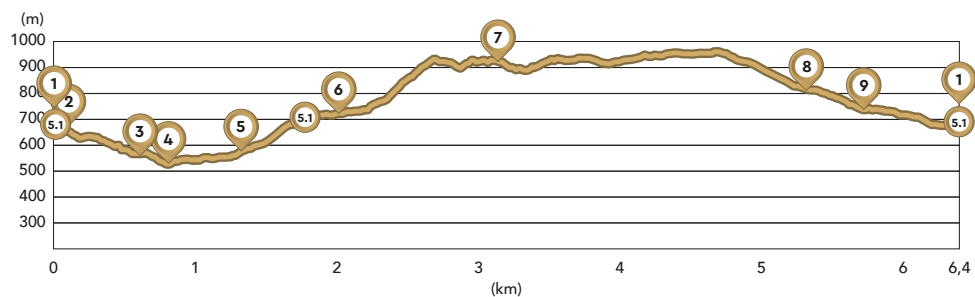
### PR5.1 LSA - Variante

PR5.1 LSA - Variant



## PERFIL DE ALTIMETRIA

### GAENT PROFILE



Catarredor



Leito da ribeira de Catarredor, em período estival  
Riverbed of the Ribeira de Catarredor, during summertime