



**PR7
LSA**

**À DESCOBERTA
DA FLORESTA**
DISCOVERING THE FOREST

1 **MUITO FÁCIL**
VERY EASY

INEM NATIONAL EMERGENCY > 112
SOS AMBIENTE E TERRITÓRIO SOS ENVIRONMENT > 808 200 520
INFORMAÇÃO ANTI-VENENOS ANTI-POISON INFORMATION > 800 250 250
POSTO DE TURISMO TOURISM OFFICE > (+351) 239 990 040 / 239 993 372
CENTRO DE SAÚDE HEALTH CENTRE > (+351) 239 990 623
BOMBEIROS FIRE DEPARTMENT > (+351) 239 990 530
GNR NATIONAL GUARD > (+351) 239 990 060

ADXTUR SCHIST VILLAGES > (+351) 275 037 393 • www.aldeiasdoxisto.pt
CÂMARA MUNICIPAL DA LOUSÃ LOUSÃ CITY COUNCIL
 > (+351) 239 990 370 • www.cm-lousa.pt

COFINANCIADO POR:
CO-FINANCED BY:



PROMOTOR:
PROMOTER:



ENTIDADES PARCEIRAS:
PARTNER ENTITIES:



PT > 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 escorrelais e com a subida do caudal da ribeira.

EN > The hiking trail can be done at any time of the year, although hikers have to take some precautions during the summer due to the high temperatures. During periods of higher rainfall, some care is recommended with the runoff waters as the stream's water-level can rise quickly.

ÉPOCA ACONSELHADA
RECOMMENDED SEASON

Cobra-de-água-de-colar (Natrix natrix) • Grass Snake (Natrix natrix)



Terreiro das Bruxas • Witches' Yard Picnic Park



MAPA DIGITAL

ALOJAMENTO

RESTAURANTES

A VISITAR

PT > As primeiras sementeiras, iniciadas em meados de 1920, permitiram reabilitar uma parte importante da Serra da Lousã. Para além desta tarefa de vital importância, os antigos Serviços Florestais foram, ainda, responsáveis pela abertura de diversos acessos no interior da serra e de ligação às aldeias. Casas florestais, fontes ou tanques de água constituem outros bens desta herança.

EN > The first plantations started in the mid-1920s and allowed for a significant part of the Serra da Lousã to be reforested. In addition to this vitally important task, the former Forest Service was also responsible for opening several pathways within the mountain range and connecting them to the villages. Forest houses, fountains or water tanks are other vestiges of this legacy.

A HERANÇA DOS SERVIÇOS FLORESTAIS
THE HERITAGE OF FOREST SERVICES

EN > In the heart of Serra da Lousã, in one of the cantons protected by the 20th-century Forest Service, nature proves to be the perpetual place of contemplation and a sanctuary of biodiversity, the birthplace of the Natura 2000 Network. > The forest, which resists the threat of invasive plants, guarded by countless specimens of monumental size, true green giants, encloses a bubble of stillness and harmony, conducive to unexpected encounters with the enchanted creatures that inhabit the forest. With an open mind and heightened senses, it's time to immerse yourself and relax, to connect with nature and breathe in the fresh air, alone or in a group. Lulled by the breeze, guided by the gromas, accompanied by the chirping of the birds, and savouring the moment, it's time to set out and discover the forest.

PT > No coração da Serra da Lousã, num dos cantões intervençionados pelos antigos Serviços Florestais, em meados do século XX, a natureza revela-se terapêutica, um local de contemplação e um santuário de biodiversidade, berço da Rede Natura 2000. > A floresta, que resiste à ameaça das plantas invasoras, guardada por inúmeros exemplares de porte monumental, verdadeiros gigantes verdes, encerra uma bolha de quietude e harmonia, propícia a encontros inesperados com as criaturas encantadas que habitam o bosque. De mente aberta e sentidos atentos, é tempo de mergulhar e relaxar, conectar-se com a natureza e respirar o puro, de forma solitária ou em grupo. Embaldado pela brisa, guiado pelos aromas, acompanhado das aves e saboreando o momento, é tempo de partir, à descoberta da floresta.

A FLORESTA ENCANTADA
THE ENCHANTED FOREST

PR7
LSA

CAMINHOS DO XISTO • SCHIST PATHS



aldeias

do Xisto

À DESCOBERTA DA FLORESTA • DISCOVERING THE FOREST

1



MUITO FÁCIL
VERY EASY



SENTIDO RECOMENDADO
RECOMMEN DED DIRECTION

Distância
Distance

7 km

Duração
Duration

2h30

Tipo de Percurso
Type of Route

Circular

Desnível Acumulado
Cumulative Slope

350 m

Altitude Mínima
Minimum Altitude

655 m

Altitude Máxima
Maximum Altitude

773 m

Ponto de Partida
Starting Point

Terreiro das Bruxas

DESCRIÇÃO DO PERCURSO TRAIL DESCRIPTION

PT > O percurso inicia-se no Terreiro das Bruxas, junto ao parque de merendas. Seguindo em sentido horário, transpondo o asfalto, o carreiro atravessa o fio de água, com vista para a antiga casa do guarda-florestal das Hortas. Percorrendo a estrada, ladeada por uma tela dinâmica pintada pelos tons de cada estação do ano, uma pequena derivação permite aceder ao miradouro e às "Letras do Chiqueiro".

De regresso ao percurso, uma pequena subida desagua na imensa mancha florestal que se ergue dos solos xistosos, cobertos por um vasto tapete de folhas, conduzindo até ao Tanque do Cabril.

Após observar, respeitosamente, o habitat de diversas espécies de anfíbios, o percurso serpenteia, de forma suave, as encostas repletas de árvores notáveis.

Alcançando o estradão que permite acesso ao patamar inferior do perímetro florestal, com vista privilegiada sobre os cumes circundantes, regressamos ao aconchego das folhosas. Transpondo os cursos de água que sulcam os pequenos leitos que correm pelos vales, o percurso conflui com o "Trilho dos Moleiros" (PR6).

Na derradeira etapa, enamorados por uma paisagem única e, provavelmente, com manifestação dos primeiros sintomas de nostalgia, regressamos ao Terreiro das Bruxas.

EN > The trail begins at the Terreiro das Bruxas, next to the picnic area. Going clockwise, crossing the tarmac, the path crosses a stream with a view of the old forest ranger's house. Walking along the road, flanked by a dynamic canvas painted in the tones of each season, a small bypass allows access to the lookout and the "Letras do Chiqueiro".

Back on the trail, a small climb leads to the immense forest area that rises from the schist soils, covered by a vast tapestry of leaves, leading to Tanque do Cabril. After you have respectfully observed the habitat of several species of amphibians, the route winds, smoothly, along slopes full of remarkable trees.

Once we reach the road that gives access to the lower level of the forest perimeter, with a privileged view over the surrounding peaks, we return to the warmth of the hardwoods. Crossing the water courses that carve the small river beds that run through the valleys, the route converges with the "Trilho dos Moleiros" (the PR6).

In the last stage, surrounded by a unique landscape and, probably, by hints of feelings of nostalgia, we return to Terreiro das Bruxas.

PONTOS DE INTERESSE POINTS OF INTEREST

- PT** > 1. Terreiro das Bruxas
2. Casa do Guarda-Florestal das Hortas
3. Arvoredo Monumental
4. Arvoredo Monumental
5. Miradouro • Letras • Parque de Merendas
6. Arvoredo Monumental
7. Arvoredo Monumental
8. Tanque do Cabril
9. Arvoredo Monumental

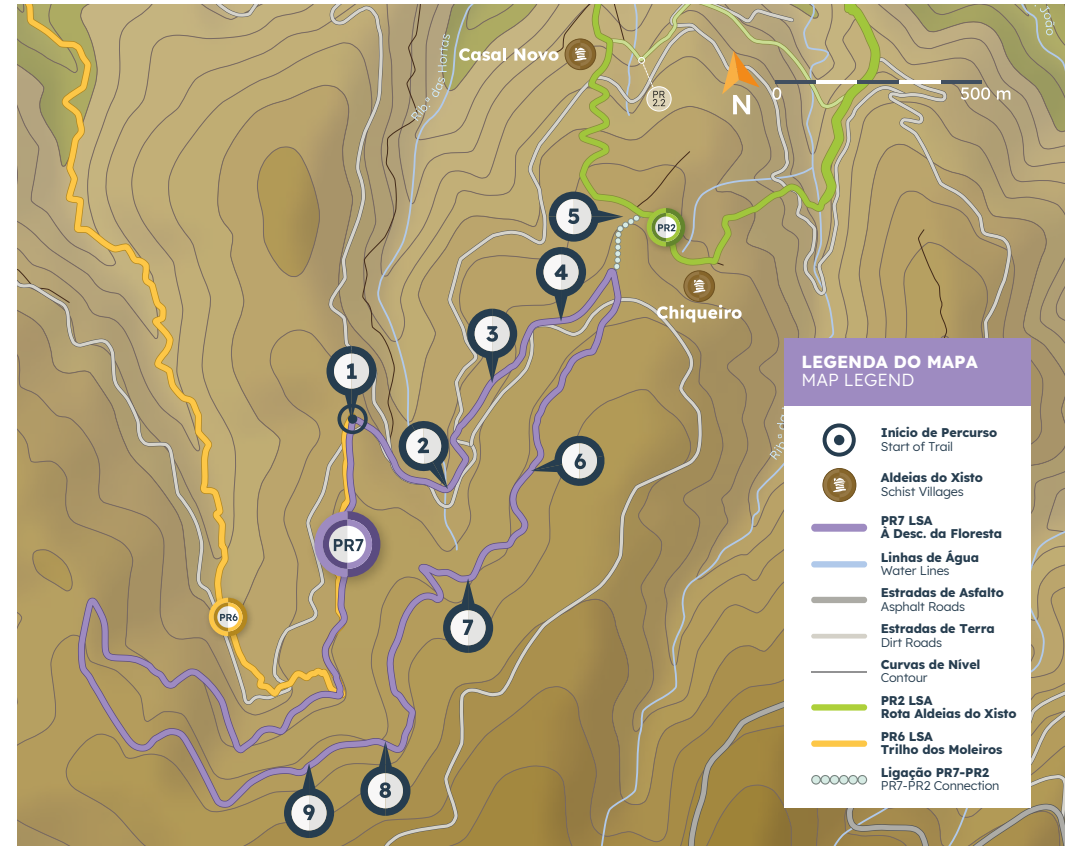
- EN** > 1. Witches' Yard Picnic Park
2. Hortas Forest Ranger's House
3. Monumental Grove
4. Monumental Grove
5. Viewpoint • Letters • Picnic Park
6. Monumental Grove
7. Monumental Grove
8. Cabril Water Tank
9. Monumental Grove

SINALÉTICA E CONDUTA SIGNAGE & RULES OF CONDUCT



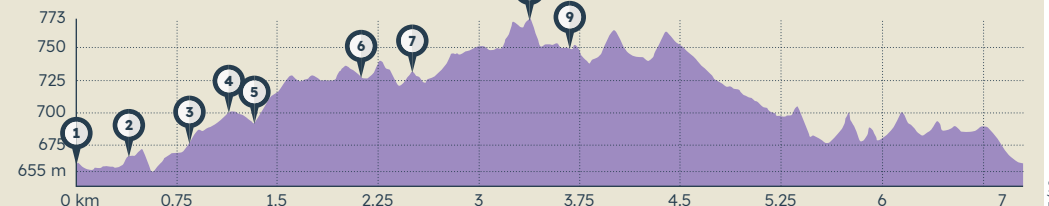
PT > Seguir apenas pelo trilho sinalizado > Evitar ruídos desnecessários > Observar a fauna sem perturbar > Não danificar a flora > Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem > Não fazer lume > Não colher amostras de plantas ou rochas > Ser afável com as pessoas que encontre no local

EN > Keep to the signposted track > Avoid making unnecessary noise > Observe wildlife without disturbing it > Do not damage the flora > Do not leave rubbish or any other trace > No naked flames > Do not take samples of plants or rocks > Be nice to the people you might meet along the way



PERFIL DE ALTITUDE • ALTITUDE PROFILE

PR7



PERCURSO PEDESTRE REGISTRADO E HOMOLOGADO POR:
HIKING TRAIL REGISTERED AND APPROVED BY:



mag0.pt
09/2023