

## VIAGEM PELOS MURMÚRIOS DA FLORESTA TRIP THROUGH THE FOREST'S WHISPERS

Em plena Rede Natura 2000, a Mata do Sobral, com gestão partilhada entre o ICNF e a Comunidade Local dos Baldios da Freguesia de Serpins, apresenta-se como um refúgio de alguns dos segredos mais bem guardados da floresta mediterrânica na região. A abundância de sobreiros no interior da mancha florestal, alguns com porte monumental, estará na origem da designação atribuída à Mata. E, fazendo jus ao conceito de biodiversidade, a estes somam-se relevantes elementos florísticos e faunísticos, constituindo ecossistemas prioritários para conservação. Porém, há uma ameaça para o património reliquial deste território ímpar. Beneficiando com a ocorrência de incêndios florestais, as plantas invasoras avançam a um ritmo preocupante no interior do espaço florestal. E se, ao contacto único e profundo com a natureza, associarmos o nosso contributo ativo no controlo destas espécies?

In the middle of Rede Natura 2000, Mata do Sobral, which is jointly managed by ICNF and the Comunidade Local dos Baldios da Freguesia de Serpins, is a refuge for some of the best-kept secrets of the mediterranean forest in the area. The abundance of cork oaks inside the forest patch, some being monumental, is at the origin of the name assigned to the forest. And, doing justice to the concept of biodiversity, to these are added relevant floristic and faunistic elements, forming ecosystems prioritized for preservation. However, there is a threat endangering the relic heritage of this unique area. Benefiting with the occurrence of forest fires, the invasive plants move forward at an alarming rate inside the forest space. And if, to the unique and deep contact with nature, we could add our active contribution for the management of these species?



Antigo troço do rali com sobreiros (*Quercus suber*)  
Former rally section with cork oaks (*Quercus suber*)

## PATRIMÓNIO NATURAL NATURAL HERITAGE

A integração da Mata do Sobral no Sítio da Rede Natura 2000 da Serra da Lousã atesta o reconhecimento dos recursos naturais deste biótopo e a sua importância na conservação dos ecossistemas e biodiversidade. Para além do sobreiral (*Quercus suber*), destacam-se as comunidades de carvalhais (*Quercus robur* e *Quercus pyrenaica*), o lagarto-de-água (*Lacerta schreiberi*) e a salamandra-lusitânica (*Chioglossa lusitanica*).

The inclusion of Mata do Sobral in Rede Natura 2000 of Serra da Lousã certifies the recognition of the natural resources of this biotope and its importance in the preservation of ecosystems and biodiversity. Apart from the cork oak forest (*Quercus suber*), is worth highlighting the community of oak trees (*Quercus robur* and *Quercus pyrenaica*), the Iberian emerald lizard (*Lacerta schreiberi*) and the Gold-striped salamander (*Chioglossa lusitanica*).



Rã-verde (*Pelophylax perezi*)  
Perez's frog (*Pelophylax perezi*)



Sobreiro notável (*Quercus suber*)  
Remarkable cork oak (*Quercus suber*)



Vista panorâmica a partir da Mata do Sobral  
Scenic view from Mata do Sobral

## 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 Floresta | SOS Forest: 117
- Informação Anti-Venenos | Anti-Poison Information: 808 250 143
- 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) 239 990 040

### PROMOTOR: PROMOTER:



### CO-FINANCIAMENTO: CO-FUNDING:



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



# MATA DO SOBRAL





## DESCRIÇÃO DO PERCURSO

### ROUTE DESCRIPTION

O percurso inicia-se próximo da Casa do Guarda Florestal, junto à EN 342.

Seguindo o caminho em sentido anti-horário, é possível contemplar os sinais da luta titânica entre espécies nativas e invasoras.

Alcançando um nível aplanado, abre-se uma extensa mancha de sobreiros, alguns de porte notável, que resistiu à fúria do fogo.

Sobre as escombeiras de gravidade que se espriam pela encosta, a vasta paleta verde vai franqueando a silhueta das elevações que se estendem desde a Serra da Lousã até à Atalhada. Junto ao caminho, vários núcleos de plantas invasoras manifestam a sua presença, indesejada. A descida conduz até um patamar inferior da Mata. Após passagem pelo troço que permite ligação ao percurso que se desenvolve junto ao rio Ceira, uma estrutura convida à limpeza das solas do calçado.

Seguindo pela serpente em terra batida, que já foi palco de uma das etapas do Rali de Portugal, diversas espécies de borboletas adejam sobre os urzais.

Cruzando a ribeira das Matinhas, retemperando energias e tentando a sorte na observação de répteis ou anfíbios, com vista privilegiada sobre a Serra da Lousã, avançamos, de regresso ao ponto de partida.

The trail begins near the forest ranger's house, next to EN342.

Following the trail counterclockwise, it's possible to observe signs of the gigantic struggle between native and invasive species.

Reaching a flat level, an extensive patch of cork oaks opens up, some of a remarkable size, that were able to withstand the rage of the fire.

Over the gravity heaps spread through the hillside, the large green palet opens up the silhouette of the hills that go from Serra da Lousã until Atalhada.

Next to the trail, various groups of invasive plants make their unwanted presence known. The descent leads to a lower level of the forest.

After going through the section that allows the connection to the trail that develops next to river Ceira, a structure allows the cleaning of shoe soles.

Following the dirt's serpent, that was once the stage for one of the Rally de Portugal's sections, various species of butterflies cutter over the heathers.

Crossing Matinhas' Creek, recovering some energy and trying our luck on the observation of reptiles and amphibians, with a privileged view over Serra da Lousã, we move forward, returning to the starting point.



Detalhe (úor) de pilriteiro (*Crataegus monogyna*)  
Common hawthorn (flower) detail (*Crataegus monogyna*)



Casa do Guarda Florestal da Mata do Sobral  
Mata do Sobral's ranger's house

## FICHA TÉCNICA

### TECHNICAL SHEET



**7,65 km**  
Distância  
Distance



**222 m**  
Desnível acumulado  
Altitude variation



**462/339 m**  
Altitude máx./mín  
Altitude max./min



**Circular**  
Contrário ao sentido  
dos ponteiros do relógio  
Counterclockwise



**2h 45**  
Duração  
Duration



**Fácil (nível II)**  
Easy (level 2)  
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.

The trail can be done during any season of the year, however the hikers have to take some precautions due to the high temperatures that are felt during the Summer. During the periods with the most precipitation some precaution is advised due to the running waters.

## PONTOS DE INTERESSE

### POINTS OF INTEREST

- 1 Casa do Guarda Florestal da Mata do Sobral  
Mata do Sobral's ranger's house
- 2 Sobreiral  
Cork oak forest
- 3 Escombeira de gravidade/Zona de descanso  
Gravity heap/ Resting area
- 4 Escombeira de gravidade  
Gravity heap
- 5 Zona de limpeza de calçado (invasoras)  
Shoe cleaning area (invasive plants)
- 6 Leitor de paisagem  
Landscape reader
- 7 Ribeira das Matinhas/Zona de descanso  
Matinhas's Creek/ Resting area
- 8 Estrada do Rali  
Rally road

## SINALÉTICA

### SIGNAGE

© FCMP



caminho certo  
right way



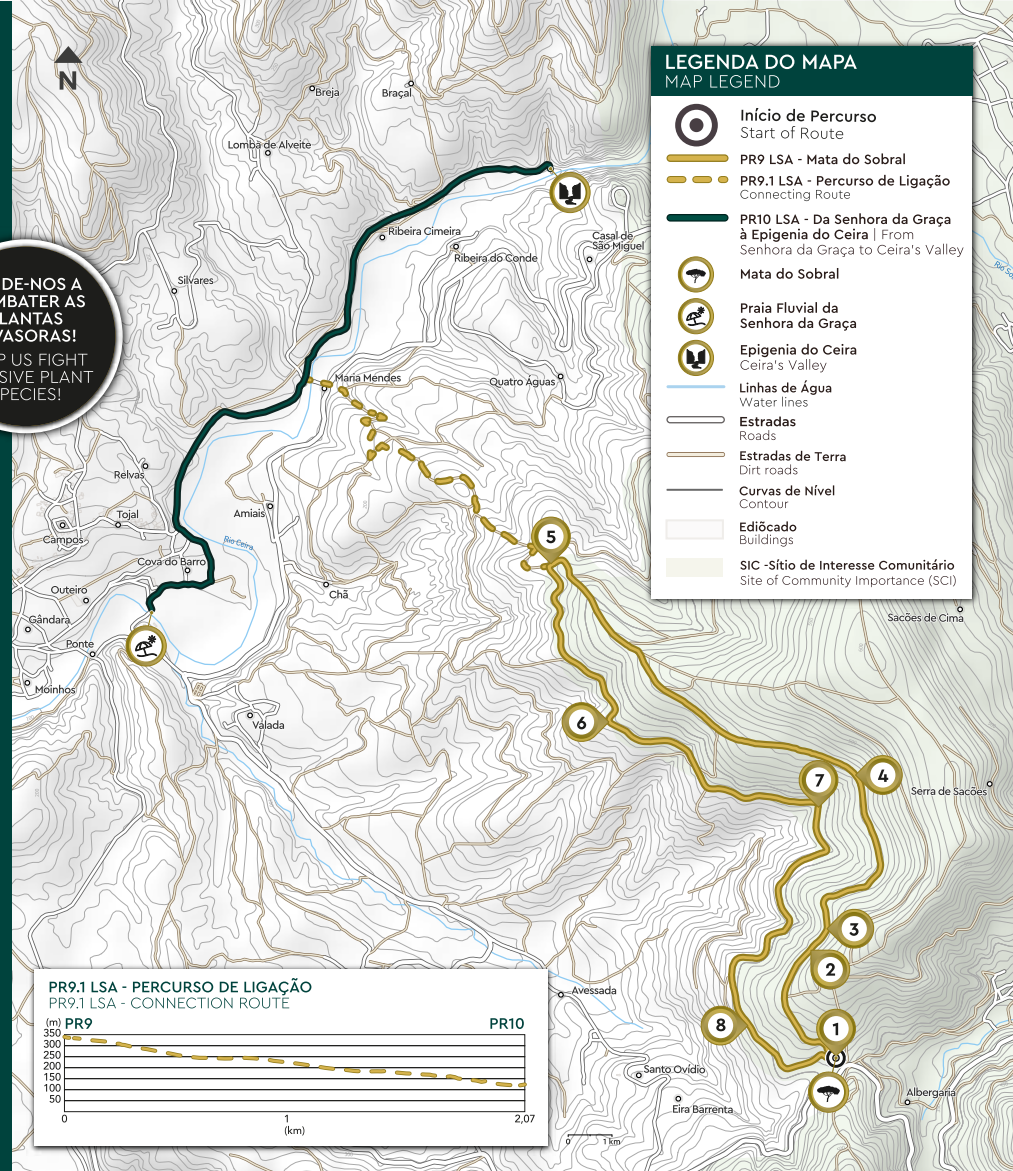
caminho errado  
wrong way



virar à esquerda  
turn left



virar à direita  
turn right



## PERFIL DE ALTIMETRIA

### GAENT PROFILE

