

- **1. Visita à aldeia de Pitões das Júnias**



*Esta é uma aldeia incrustada no limite da serra do Gerês com o planalto da Mourela, onde as casas se encostam umas às outras formando pequenas ruelas, que desembocam no centro da aldeia.*  
*- Visita (centro da aldeia; relógio de sol, moinho de água; forno do povo);*

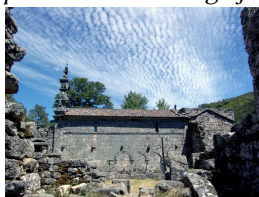
- **2. Visita ao Pólo Ecomuseológico de Pitões das Júnias**



*Este edifício veio devolver ao povo um espaço que era seu - a Corte do Boi. Agora recuperada e engalanada, convertida em Museu Etnográfico, oferece ao visitante uma viagem no tempo, recordando saberes antigos e modos de vida que foram garantindo a sobrevivência dos pitoneses ao longo dos séculos. “Entre quem é...” continua a ser o lema do convite de entrada de uma verdadeira casa barroã.*

- **3. Visita ao Mosteiro de Sta. Maria das Júnias e Cascata**

*Visita guiada ao vale remoto onde se situa o Mosteiro de Santa Maria das Júnias (séc. XII) e ao seu interior, onde será possível conhecer a igreja do convento. Continuação até ao Miradouro da Cascata.*



*A sua situação geográfica, o clima agreste e a conseqüente emigração contribuíram para existência da sua pequena população com modos de vida tradicionais, fortemente ligados à agricultura de montanha e à pastorícia.*

*São inúmeros os vestígios de épocas remotas deixados ao longo de milénios. A comprovar isto está o Mosteiro de Sta. Maria das Júnias, a casa sagrada da aldeia e que lhe deu o nome.*

*Cascata - Esta é a maior queda de água do concelho de Montalegre e é originada pelo ribeiro de Campesinho, que cortou as enormes fragas.*



*O acesso a este miradouro é feito por caminho em paralelo e estradão. Já na descida para o miradouro, apresenta-se uma grande escadaria em madeira, com uma vista fantástica sobre o vale de Beredo e a Albufeira de Paradela e que termina mesmo em frente à cascata – Miradouro.*

- **4. Trilho da Capela de S. João da Fraga**



*Este é o caminho que se percorre no dia da Festa de S. João da Fraga. Uma cerimónia que consiste em ir até uma capelinha muito curiosa, situada no alto de uma fraga, onde se celebra uma missa no mês de Junho, terminando a festa com um almoço comunitário num belo carvalhal, onde não falta a animação com música tradicional.*

- **4.1. Trilho das Cabanas dos Pastores**



*Este trilho proporciona-nos uma paisagem de contraste entre os picos aguçados da serra do Gerês e o planalto da Mourela. O gado que pasta livremente, aqui é uma constante. É possível ver os antigos abrigos que os pastores utilizavam para pernoitar enquanto tomavam conta do gado e de culturas - as cavadas. Apesar de já se encontrarem um pouco degradados, são testemunho da dureza da vida deste povo.*

**Ficha Técnica dos Percursos**

Trilho da Cascata – Mosteiro	Trilho da Capela do S. João da Fraga	Percorso Extra – Cabanas dos Pastores
Tipo: PR circular - sinalizada	Tipo: PR linear – não sinalizada	Tipo: PR – não sinalizada
Extensão: 4 Km	Extensão Aproximada: 9km	Extensão Aproximada: 9km
Duração Aprox.: 1h30m	Duração Aprox.: 5h	Duração Aprox.: 5h
Desníveis: acentuados	Desníveis: acentuados com dois grandes ascendentes	Desníveis: acentuados
Nível de Dificuldade: Baixo	Nível de Dificuldade: Médio	Nível de Dificuldade: Médio

 ➤ **Material aconselhado:**

Botas de Montanha ou ténis / calçado confortável;  
 Protecção contra o sol: Protector e chapéu;  
 Mochila;  
 Impermeável (dado as condições climatéricas serem imprevisíveis).

 ➤ **O preço total do programa inclui:**

1 dormida em quarto duplo, com pequeno -almoço  
 1 almoço em restaurante tradicional:  
     Entradas: presunto, salpicão, queijo e pão centeio  
     Prato: Bacalhau assado no forno com cebolada e batata a murro, sumos, água e vinho da casa  
     Sobremesa: doce ou fruta  
     Café  
 1 lanche ajantarado com produtos regionais (self-service)  
     Churrasco de febras/ barriga de porco e vitela  
     Presunto  
     Queijo  
     Pão centeio e trigo  
     Vinho, água e sumo  
     Bolo e aletria  
     Queimada  
     Chá ou café  
 1 almoço volante para o percurso de Domingo  
     Sande de queijo  
     Sande fria de carne  
     Sumo de fruta  
     Garrafa de água  
     1 peça de fruta  
     1 bolo  
 Seguro para percursos pedestres para os dois dias  
 Guia para os percursos pedestres de Sábado e Domingo  
 Actuação dos Gaiteiros de Pitões das Júnias  
 Visita ao Pólo do Ecomuseu de Barroso – Pitões

 ➤ **Condições de Participação**

Grupos mínimos de 10 pessoas;  
 Grupos máximos de 20 pessoas;  
 A actividade realizar-se-á com os limites de pessoas acima descritos (após este número, no Domingo poderá ser aberto um percurso extra, caso haja pelo menos mais 10 inscrições);  
 O transporte até à aldeia de Pitões das Júnias é da responsabilidade do cliente;  
 Quem pretender dormida em quarto single terá um acréscimo de 17.00€  
 Para a realização dos Trilhos, o participante deverá ter alguma preparação física;  
 A inscrição só será validada após o pagamento de metade do preço do Programa;  
 As inscrições e pagamentos (50%) terão que ser feitos até 5 dias antes;  
 Caso as condições climatéricas sejam bastante adversas, os percursos poderão ser cancelados, excepto a ida ao Mosteiro.

 ➤ **Condições no caso de desistência:**

Até 5 dias antes - sem custos;

