



# Rota do Sol

Manteigas - Trilhos Verdes  
[www.manteigatrilhosverdes.com](http://www.manteigatrilhosverdes.com)

**PR  
11  
MTG**



Extensão: **4 km** (8,5 km com derivações)

Duração: **2,5 horas** (aprox.)

Altitude: entre **684** e **779** metros

Tipo: **Circular**

Sentido aconselhado: **Relógio**

BTT: **Sim**



**QR Code**

Para leitura, direcione a câmara fotográfica do seu telemóvel e accione a captura do código.

Dificuldade: **Fácil**





Parque do percurso

## Rota do Sol

A **Rota do Sol** deve a sua designação à exposição solar a que está sujeita. É um percurso com cenários distintos e emblemáticos.

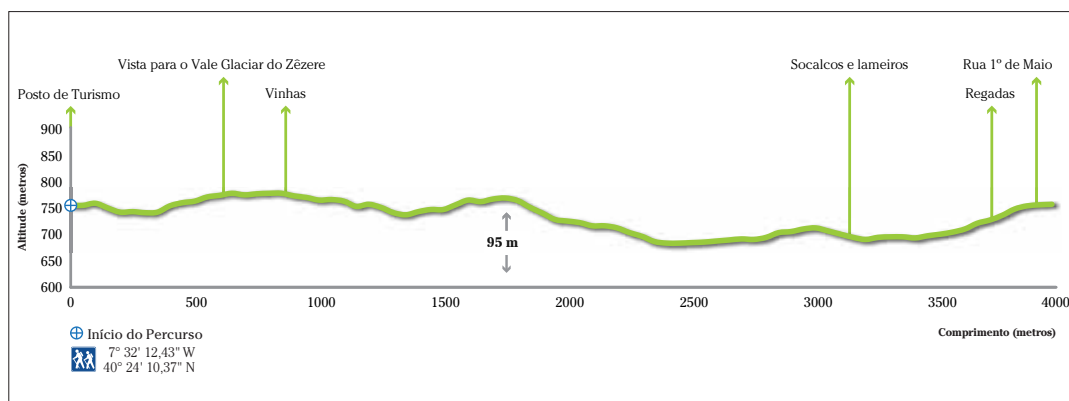
O caminhheiro pode contemplar uma paisagem marcada pela influência de uma agricultura tradicional, com vinhas, socialcos, hortas, lameiros e levadas, deslumbrar-se com as casas típicas da serra (em xisto ou em granito), caminhos e muros ornamentados e aromatizados pelo rosmaninho que embelezam e particularizam a paisagem.

A maior altitude, a abrangência visual evidencia belíssimas panorâmicas sobre o **Vale Glaciar do Zêzere** e sobre galerias ripícolas compostas, que reflectem o verde intenso das montanhas que as rodeiam, sem esquecer a curiosa marca que as cascalheiras imprimem no cenário.



Vale Glaciar do Zêzere

## Pontos relevantes







Pormenor do percurso

A paisagem natural é marcada pela floresta mista, de folhosas e resinosas, que pode ser observada ao longo de grande parte da rota. Na derivação que liga Sameiro a Manteigas, destaca-se o **Cabeço de Satanás** de onde é possível desfrutar de uma paisagem abrangente e fascinante sobre os bosques que envolvem o vale do Zêzere. Percorrer a Rota do Sol é ainda uma oportunidade de observar as variadas matizes que se vão sucedendo ao longo das estações do ano.

No que se refere à flora, é de salientar a *azinheira*, o *trovisco*, o *tomilho*, entre outras. É também possível visualizar exemplares de *freixo*, *carvalho-robe*, *amieiro*, *choupo*, *tramazeira*, *esteva*, *rosmaninho*, etc.

Da diversidade faunística existente destacam-se o *morcego-de-ferradura-pequeno* e a *víbora-cornuda* com estatuto de conservação vulnerável. Estão também presentes a *coruja-do-mato*, o *gaio*, o *coelho bravo*, a *raposa*, o *licranço*, o *ouriço-cacheiro*, etc.

O trilho permite aos amantes da natureza e da caminhada desfrutar do silêncio, da tranquilidade, do ar puro e conhecer melhor a cultura e a tradição da população Manteiguense.



Pormenor do percurso



Pormenor do percurso



Pormenor do percurso

**Legenda**

Início do Percurso  
7° 32' 12,43" W  
40° 24' 10,37" N

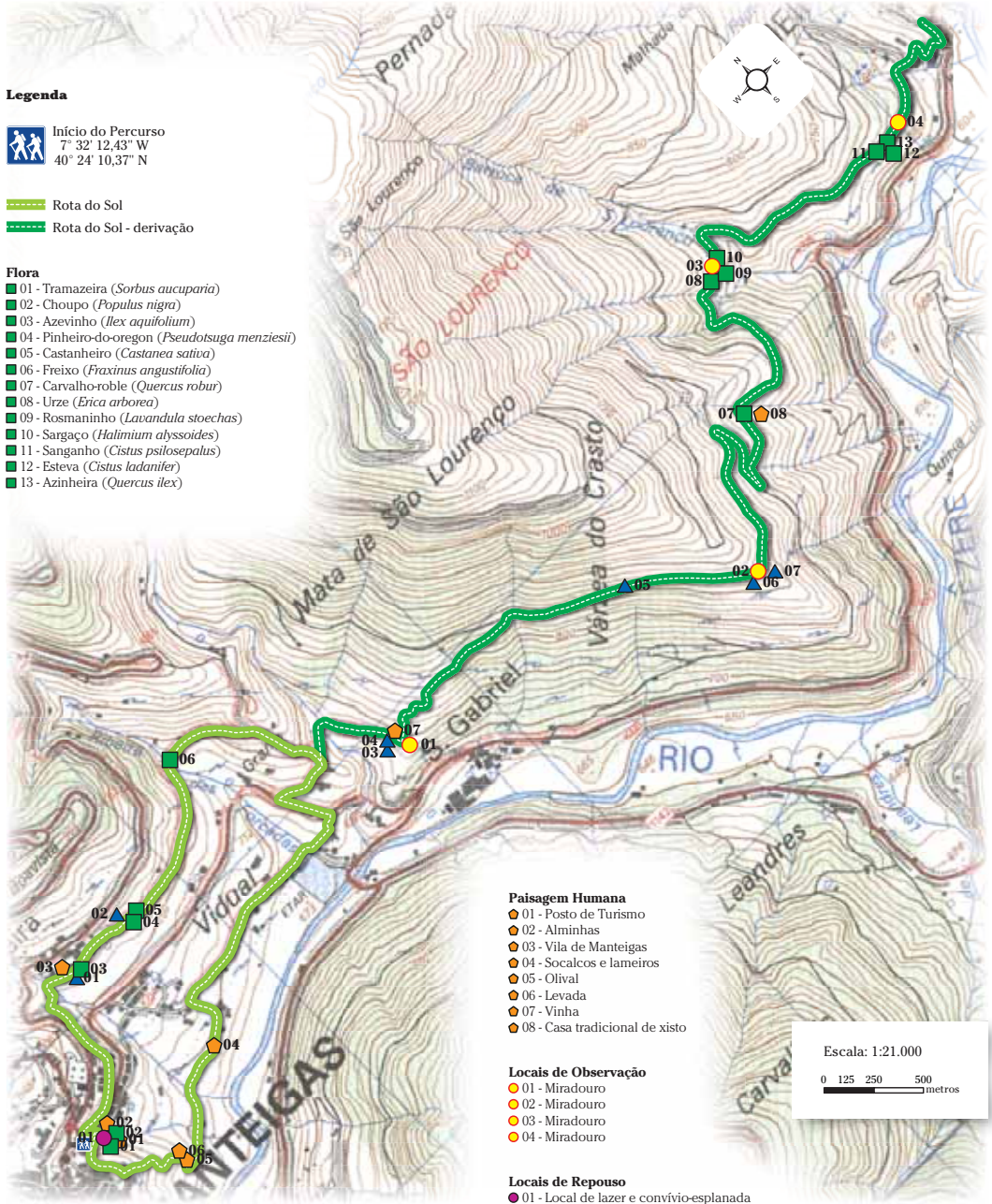
Rota do Sol  
 Rota do Sol - derivação

**Flora**

- 01 - Tramazeira (*Sorbus aucuparia*)
- 02 - Choupo (*Populus nigra*)
- 03 - Azevinho (*Ilex aquifolium*)
- 04 - Pinheiro-do-oregon (*Pseudotsuga menziesii*)
- 05 - Castanheiro (*Castanea sativa*)
- 06 - Freixo (*Fraxinus angustifolia*)
- 07 - Carvalho-roble (*Quercus robur*)
- 08 - Urze (*Erica arborea*)
- 09 - Rosmaninho (*Lavandula stoechas*)
- 10 - Sargaço (*Halimium alyssoides*)
- 11 - Sanganho (*Cistus psilosepalus*)
- 12 - Esteva (*Cistus ladamifer*)
- 13 - Azinheira (*Quercus ilex*)

**Fauna**

- Boga-comum (*Chondrostoma polylepis*)
- Cobra-de-água-de-colar (*Natrix natrix*)
- Coruja-do-mato (*Strix aluco*)
- Gaio-comum (*Gamulus glandarius*)
- Lagartixa-do-mato (*Psammodromus alpinus*)
- Licranço (*Anguis fragilis*)
- Morcego-de-ferradura-pequeno (*Rhinolophus hipposideros*)
- Ouriço-cacheiro (*Erinaceus europaeus*)
- Raposa (*Vulpes vulpes*)



**Paisagem Humana**

- 01 - Posto de Turismo
- 02 - Alminhas
- 03 - Vila de Manteigas
- 04 - Socalcos e lameiros
- 05 - Olival
- 06 - Levada
- 07 - Vinha
- 08 - Casa tradicional de xisto

**Locais de Observação**

- 01 - Miradouro
- 02 - Miradouro
- 03 - Miradouro
- 04 - Miradouro

**Locais de Repouso**

- 01 - Local de lazer e convívio-esplanada

**Paisagem Natural**

- 01 - Vale Glaciar do Zêzere
- 02 - Floresta mista (folhosas e resinosas)
- 03 - Vista panorâmica com socalcos, floresta mista, cascalheiras
- 04 - Linha de água corrente (Rio Zêzere) com galeria arbórea marginal
- 05 - Cascalheiras (fenómeno geológico natural provocado pelas glaciações)
- 06 - Linha de água corrente (Rio Zêzere) com vista a partir do Cabeço de Satanás
- 07 - Galeria arbórea marginal à linha de água

