



Ruta del Macizo Central

Manteigas - Trilhos Verdes

www.manteigatrilhosverdes.com

PR
5
MTG



Extensión: **10 km** (19,6 km con derivaciones)

Duración: **8 horas** (aprox.)

Altitud: entre **1423** y **1931** metros

Tipo: **Circular**

Sugestiones: **Sentido del reloj**

BTT: **No**



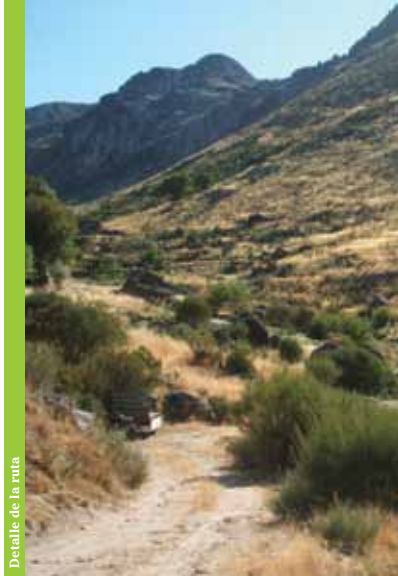
QR Code

Para leer, apunte
la cámara de su
móvil y accione
la captura del
código.

Dificultad: **Difícil**



Ruta del Macizo Central



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta

“Barrancos precipitados, Covões tristes, acantilados caóticos, montañas gigantes, fantasías varias de una creación aspérrima, que se acumulan, en multitud desordenada, ahí tiene también esas notas de contrastes delicados, con que la naturaleza de los bramidos del León, a los gorjeos del ruiseñor, e del terrible murmullo de la tormenta al quejumbroso de la brisa.”

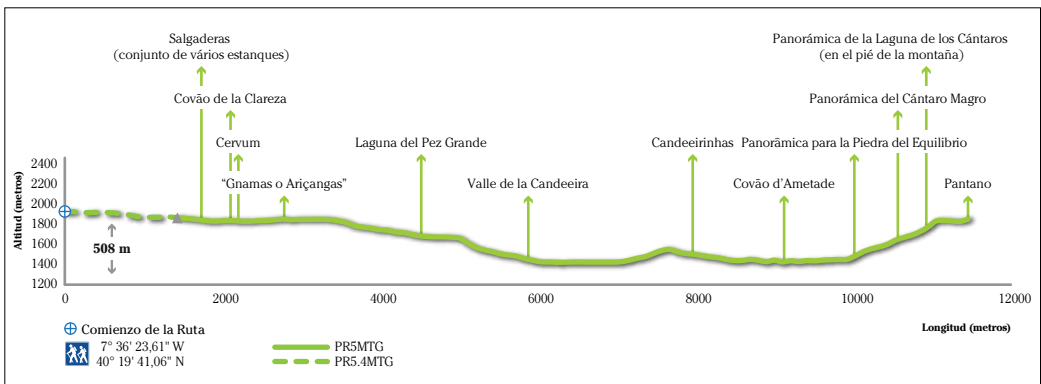
Emidio Navarro en Cuatro días en la Sierra de la Estrella (1884)



Detalle de la ruta

Majestuosidad y dureza son las características que hacen la **Ruta del Macizo Central** única en lo que concierne a lo trazado y de paisaje natural. En esta ruta, el caminero es constantemente sorprendido, pudiendo contemplar locales emblemáticos como el **Covão d’Ametade**, el

Puntos de interés





Detalle de la ruta



Detalle de la ruta



Pormenor do percurso

Covão Cimero, los **Cantaros (Magro, Gordo y Raso)**, las **Salgaderas**, la **Laguna del Gran Pez** (o de la Pasión), la **Ribera de la “Candeeira”**, o la **Nave Mestra** (en la derivación para las Peñas Doradas – Ruta del Carbón).

La **Torre**, siendo el punto más alto de Portugal continental, con 1993 metros, donde D. Juan VI (1816-1826) a mandado erigir una estructura de piedra para completar los 2000 metros es uno de los locales importantes a visitar. Aquí se pueden encontrar facilidades para la práctica de deportes de invierno, que atrae a visitantes de todo el Portugal.

Debido a la alta precipitación y a lo topografía accidentada del terreno, existen en esta zona varios tipos de ambientes acuáticos que en la paisaje, aparentemente monótona, terminan constituyendo elementos singulares, tales como el la Laguna del Pez Grande y las Salgaderas (conjunto de varios estanques).

En el paisaje aparecen recortes por entre la vegetación, causada por el pastoreo, que convive en armonía con varias especies de la fauna y flora. Debido a su gran altitud, el **Macizo Central** constituye un local único en el país, contribuyendo para la existencia de especies raras e ancestrales, tales como el *tejo*, *enebro común*, *abedul*, *serbal de los cazadores*, *cervuno*, el *arándano* y las *habas de agua*. Los *enebros*, en respuesta a las condiciones particulares del ambiente donde se desarrollan, crecen en la horizontal, cubriendo las rocas con un autentico manto verde.

En cuanto a la **fauna**, hay vestigios de la existencia de especies con estatuto de conservación como el *aguilucho cenizo*, *águila perdicera*, *búho real*, *águila culebrera*, el *conejo*, el *acentor alpino*. En riesgo de extinción están el *desmán ibérico*, *lagartija serrana*, *víbora hocicuda*, *andarríos* y el *halcón peregrino*.



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta

Ruta del Macizo Central

Paisagem Natural

- ▲ 01 - Salgadeiras
- ▲ 02 - Salgadeiras
- ▲ 03 - Salgadeiras
- ▲ 04 - Covão da Clareza
- ▲ 05 - Charca temporária em cervunal
- ▲ 06 - Gnamas ou orçangas
- ▲ 07 - Passagem pela abertura entre as rocha
- ▲ 08 - Lagoa do Peixão
- ▲ 09 - Vale da Candeeira
- ▲ 10 - Ribeiro da Candeeira
- ▲ 11 - Candeeirinhas
- ▲ 12 - Vale Glaciar do Zêzere
- ▲ 13 - Linha de água corrente - Rio Zêzere
- ▲ 14 - Floresta de folhosas - Covão d'Ametade
- ▲ 15 - Vista para a Pedra do Equilíbrio
- ▲ 16 - Vista a partir do Covão Cimeiro
- ▲ 17 - Vista panorâmica do Cântaro Magro
- ▲ 18 - Vista panorâmica da Nave de Sto. António
- ▲ 19 - Lagoa dos Cântaros

- ▲ 20 - Vale da Candeeira e Nave de Baixo
- ▲ 21 - Cântaro Gordo
- ▲ 22 - Vista para os Poios Brancos
- ▲ 23 - Turfeiras
- ▲ 24 - Nave da Mestra e Talisca da Nave da Mestra
- ▲ 25 - Vista para o localmente denominado "Alta"
- ▲ 26 - Vale Glaciar do Zêzere
- ▲ 27 - Vista da Moreia Glaciar - Espinhaço do Cão

Paisagem Humana

- 01 - Torre
- 02 - Pista de Esquí
- 03 - Laguna
- 04 - Corral
- 05 - Gado caprino y bovino
- 06 - Edificación de la Nave de la Mestra
- 07 - Reserva de agua
- 08 - Vista panorámica del Rio Zêzere y de la puente de conexión
- 09 - Casa típica con tejado de paja
- 10 - Pantanos
- 11 - "Mariola"

Locais de Repouso

- 01 - Torre
- 02 - Covão d'Ametade
- 03 - Nave da Mestra

Locais de Risco

- ▲ 01 - Rocha com declive acentuado
- ▲ 02 - Talisca

Flora

- 01 - *Bruchia vogesiaca*
- 02 - Gramínea (*Festuca henriquesii*)
- 03 - Consuelda roja (*Potentilla erecta*)
- 04 - Genciana de turbera (*Gentiana pneumonanthe*)
- 05 - Corona imperial (*Serectio caespitosus*)
- 06 - Corona imperial (*Serectio caespitosus*)
- 07 - Sargazo (*Halimium alyssoides*)
- 08 - Enebro común (*Juniperus communis* ssp. *Alpina*)
- 09 - Campanula (*Campanula herminii*)
- 10 - *Festuca summilusitana*
- 11 - Escobón amarillo (*Cytisus striatus*)
- 12 - Abedul (*Betula celtiberica*)
- 13 - *Marsupella profunda*
- 14 - *Centaurea micrantha* ssp. *Herminii*
- 15 - Arbusto espinoso (*Echinopsium ibericum pulviniformis*)
- 16 - Brezo ceniciento (*Calluna vulgaris*)
- 17 - Argaña (*Erica ciliaris*)
- 18 - Quiruela (*Erica umbellata*)
- 19 - *Jasione crispa* subsp. *centralis*
- 20 - *Leontodon pyrenaicus* ssp. *Cantabricus*
- 21 - Cravinas-bravas (*Dianthus lusitanicus*)
- 22 - *Jasione crispa* subsp. *centralis*
- 23 - Genciana amarilla (*Gentiana lutea*)
- 24 - Cervuno (*Nardus stricta*)
- 25 - Piomeira-da-estrela (*Cytisus oromediteraneus*)
- 26 - Brezo rubio (*Erica australis*)
- 27 - Serbal de los cazadores (*Sorbus aucuparia*)
- 28 - Jacinto de los bosques (*Hyacinthoides hispanica*)
- 29 - Consuelda roja (*Potentilla erecta*)
- 30 - *Festuca elegans* Boiss

Leyenda



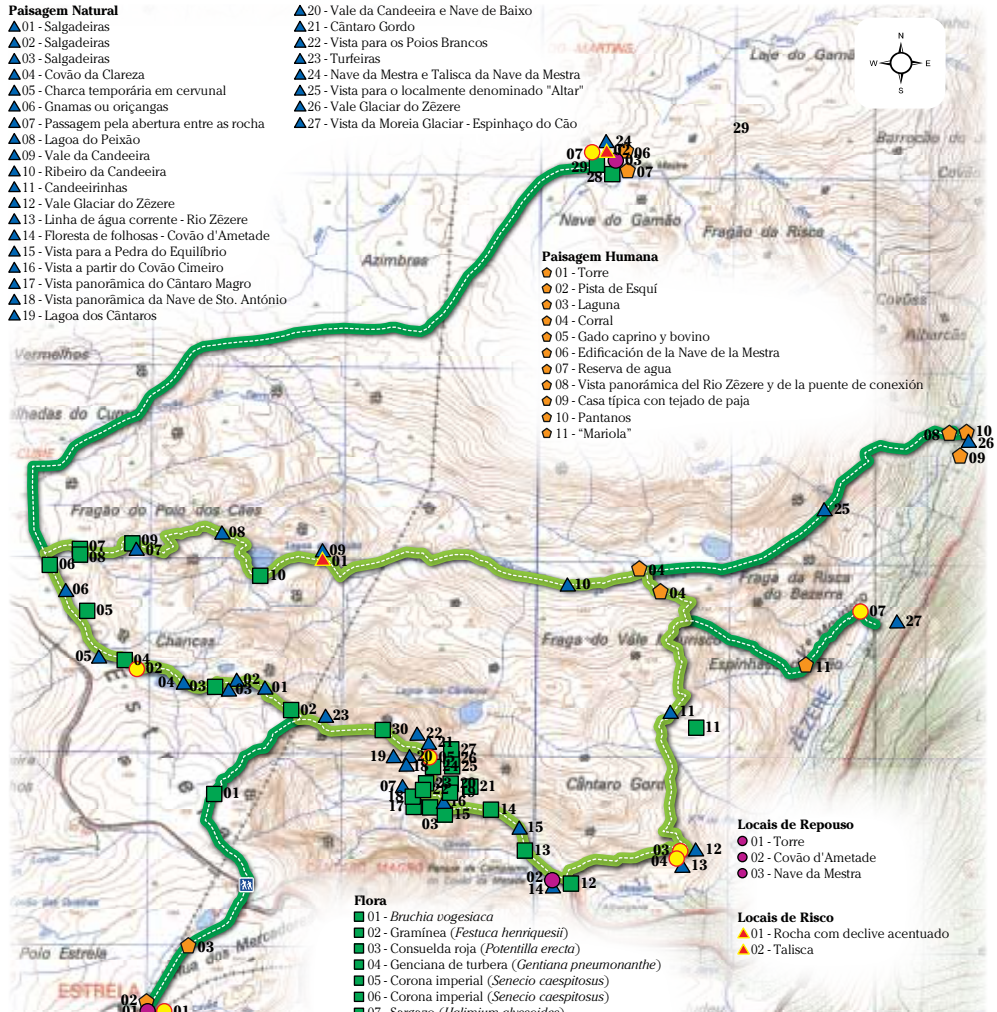
Comienzo de la Ruta
7° 36' 23,61" W
40° 19' 41,06" N

--- Ruta del Macizo Central

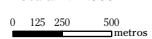
--- Ruta del Macizo Central - derivaciones

Locais de Observação

- 01 - Torre
- 02 - Vista para as Salgadeiras
- 03 - Vista panorâmica
- 04 - Vista panorâmica
- 05 - Vista panorâmica
- 06 - Nave da Mestra
- 07 - Vista panorâmica do Vale Glaciar do Zêzere



Escala: 1:12.500



Fauna

- Ratonero común (*Buteo buteo*)
- Buho Real (*Bubo bubo*)
- Escribano montesino (*Emberiza cia*)
- Culebra de escalera (*Elaphe scalaris*)
- Culebra de collar (*Natrix natrix*)
- culebra viperina (*Natrix maura*)
- Martín pescador (*Alcedo atthis*)
- Lagartija colilarga (*Psammodromus alpinus*)
- Roquero solitario (*Monticola solitarius*)
- Escribano hortelano (*Emberiza hortulana*)
- Águila culebrera (*Circus gallicus*)
- Desmán ibérico (*Galemys pyrenaicus*)
- La doncella de ondas (*Euphydryas aurinia*)
- Lagartija serrana (*Lacerta monticola*)