

## percurso BTT 1

off-road cycle route no. 1



### Lago Azul > São Pedro de Castro > Cruz Alta

Tipo de percurso: circular

Partida e chegada: Lago Azul - N 39° 40.575 W 008° 13.864

Distância a percorrer: 12,7 Km

Duração do percurso: cerca de 1h00 a 1h30

Cotas mínima/máxima: 124m / 420m

Desníveis acumulados: + 442m / - 449m

Grau de dificuldade: médio

Época aconselhada: todo o ano

### Lago Azul > São Pedro de Castro > Cruz Alta

Type of trail: circular

Departure and arrival: Lago Azul - N 39° 40.575 W 008° 13.864

Distance-to-go: 12,7 Km

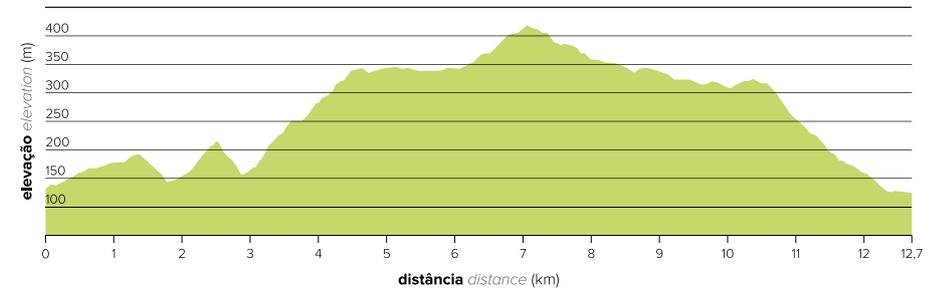
Duration: about 1h00 to 1h30

Minimum and maximum quotas: 124m / 420m

Accumulated slopes: + 442m / - 449m

Difficulty level: medium

Advisable season: all year



Perfil de elevação

Elevation profile

Projeção do percurso no mapa

Design of the route on map



## percurso BTT 2

off-road cycle route no. 2



### Lago Azul > São Pedro de Castro > Pombeira > Cruz Alta > Aderneira

Tipo de percurso: circular

Partida e chegada: Lago Azul - N 39° 40.575 W 008° 13.864

Distância a percorrer: 24,9 Km

Duração do percurso: 2h00 a 3h00

Cotas mínima/máxima: 124m / 420m

Desníveis acumulados: + 847m / - 852m

Grau de dificuldade: médio / elevado

Época aconselhada: todo o ano

### Lago Azul > São Pedro de Castro > Pombeira > Cruz Alta > Aderneira

Type of trail: circular

Departure and arrival: Lago Azul - N 39° 40.575 W 008° 13.864

Distance-to-go: 24,9 Km

Duration: 2h00 to 3h00

Minimum and maximum quotas: 124m / 420m

Accumulated slopes: + 847m / - 852m

Difficulty level: medium / high

Advisable season: all year

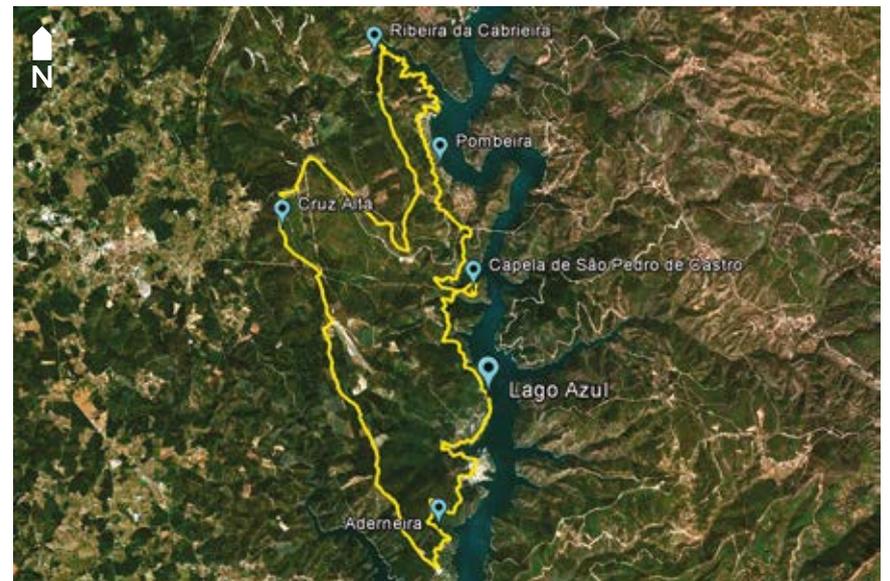


Perfil de elevação

Elevation profile

Projeção do percurso no mapa

Design of the route on map



## percurso BTT 3

off-road cycle route no. 3



**Dornes > Lagar S. Guilherme > Peralfaia > 3 Ilhas > Rio Cimeiro > Ponte Vale da Ursa**

Tipo de percurso: circular

Partida e chegada: Dornes - N 39° 46.295 W 008° 16.165

Distância a percorrer: 19,4 Kms

Duração do percurso: cerca de 1h30 a 2h30

Cotas mínima/máxima: 120m / 246m

Desníveis acumulados: + 632m / - 637m

Grau de dificuldade: médio / elevado

Época aconselhada: todo o ano

**Dornes > Lagar S. Guilherme > Peralfaia > 3 Ilhas > Rio Cimeiro > Ponte Vale da Ursa**

Type of trail: circular

Departure and arrival: Dornes - N 39° 46.295 W 008° 16.165

Distance-to-go: 19,4 Kms

Duration: about 1h30 to 2h30

Minimum and maximum quotas: 120m / 246m

Accumulated slopes: + 632m / - 637m

Difficulty level: medium / high

Advisable season: all year

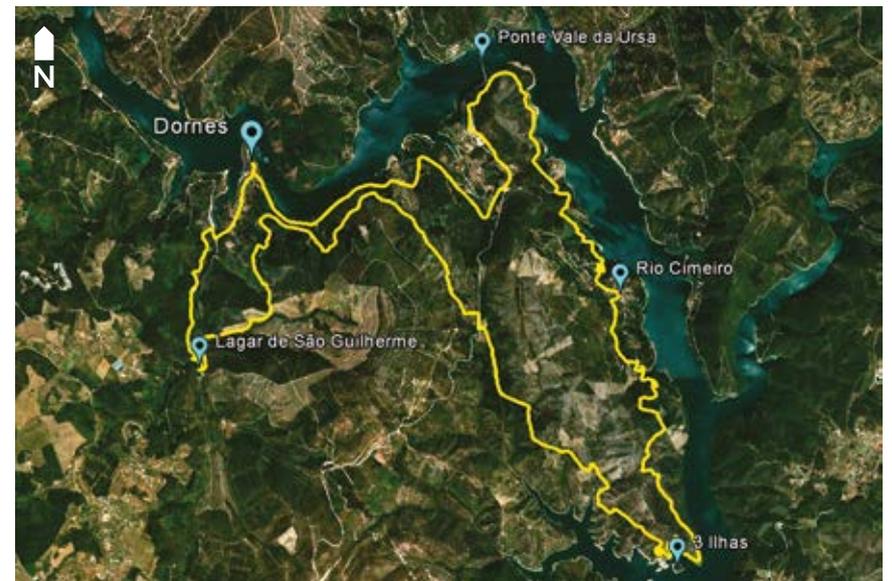


Perfil de elevação

Elevation profile

Projeção do percurso no mapa

Design of the route on map



## percurso BTT 4

off-road cycle route no. 4



**Ferreira do Zêzere > Aderneira > Lago Azul > S. Pedro de Castro > Pombeira > Cabrieira**

Tipo de percurso: circular

Partida e chegada: Ferreira do Zêzere - N 39° 41.716 W 008° 17.198

Distância a percorrer: 29,1 Km

Duração do percurso: cerca de 2h30 a 3h30

Cotas mínima/máxima: 118m / 342m

Desníveis acumulados: + 1032m / - 1034m

Grau de dificuldade: médio / elevado

Época aconselhada: todo o ano

**Ferreira do Zêzere > Aderneira > Lago Azul > S. Pedro de Castro > Pombeira > Cabrieira**

Type of trail: circular

Departure and arrival: Ferreira do Zêzere - N 39° 41.716 W 008° 17.198

Distance-to-go: 29,1 Km

Duration: about 2h30 to 3h30

Minimum and maximum quotas: 118m / 342m

Accumulated slopes: + 1032m / - 1034m

Difficulty level: medium / high

Advisable season: all year

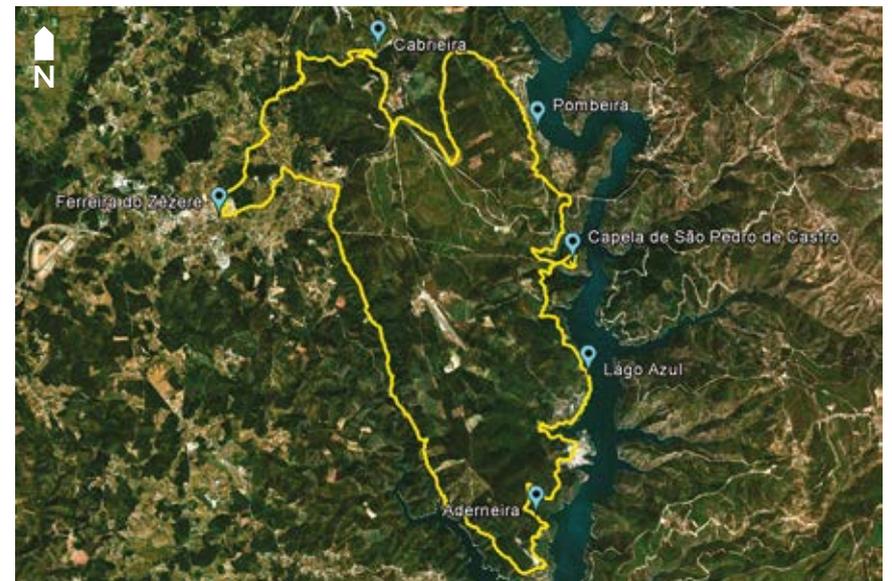


Perfil de elevação

Elevation profile

Projeção do percurso no mapa

Design of the route on map



## percurso BTT 5

off-road cycle route no. 5



**Ferreira do Zêzere > Vales > Lagar S. Guilherme > Dornes > Serra de Dornes > Cabrieira > S. Pedro de Castro > Lago Azul > Aderneira**

Tipo de percurso: circular

Partida e chegada: Ferreira do Zêzere - N 39° 41.716 W 008° 17.198

Distância a percorrer: 44,2 Kms

Duração do percurso: cerca de 4h00 a 5h00

Cotas mínima/máxima: 130m / 378m

Desníveis acumulados: + 1433m / - 1432m

Grau de dificuldade: médio / elevado

Época aconselhada: todo o ano

**Ferreira do Zêzere > Vales > Lagar S. Guilherme > Dornes > Serra de Dornes > Cabrieira > S. Pedro de Castro > Lago Azul > Aderneira**

Type of trail: circular

Departure and arrival: Ferreira do Zêzere - N 39° 41.716 W 008° 17.198

Distance-to-go: 44,2 Kms

Duration: about 4h00 to 5h00

Minimum and maximum quotas: 130m / 378m

Accumulated slopes: + 1433m / - 1432m

Difficulty level: medium / high

Advisable season: all year



Perfil de elevação

Elevation profile

Projeção do percurso no mapa

Design of the route on map

