

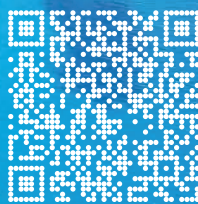


Arrábida Walking

Festival

27 [▲] 29 | 20
MARÇO 20

...no trilho arqueológico



+ Informações | More Info:
www.biotrails.pt/awf



Arrábida, um território por descobrir!

Imponente e de uma beleza natural ímpar, o território da Arrábida é composto por extensas cordilheiras que se estendem pelos concelhos de Palmela, Sesimbra e Setúbal. Entre mar e terra, entre céu e serra, entre verde e azul, a Arrábida distingue-se pela sua paisagem excecional, rica em património geológico, ecológico e cultural.

Formada a partir de processos geológicos que remontam à Era Mesozóica, o território Arrábida oferece uma viagem no tempo, sendo um testemunho vivo e ilustrativo da história da Terra. Com uma flora única a nível mundial e uma paisagem vegetal de elevada singularidade, a Arrábida apresenta, igualmente, uma grande diversidade de habitats.

A fim de preservar este valioso santuário natural, em 1976, foi criado o Parque Natural da Arrábida, que atualmente tem 35 quilómetros de comprimento, 6 quilómetros de largura e uma altitude máxima de 501 metros, situada no Pico do Formosinho. No Decreto-Lei n.º622/76 de 28 de julho é referida "a componente

natural de grande valor paisagístico" do território Arrábida onde, ao longo dos séculos, se detiveram "poetas e pensadores contemplativos, estudiosos e eremitas". Ainda sobre a humanização da Arrábida, os vestígios arqueológicos contam-nos que este foi um território ocupado pelo Homem desde o Paleolítico Inferior, uma ocupação que perdura até aos dias de hoje.

A Arrábida tem vindo a testemunhar esta presença humana pontuando a sua paisagem natural com capelas, igrejas, ermidas, conventos, santuários, castelos, fortificações e manifestações antigas de religiosidade que continuam vivas na atualidade.

No próximo mês de março, entre os dias 27 e 29, poderá conhecer, descobrir e viajar pela imensidão deste legado patrimonial histórico e natural através do Arrábida Walking Festival, o primeiro evento dedicado à descoberta do Parque Natural da Arrábida através de caminhadas.

🕒 ΔWF está a chegar!

Cenários naturais únicos e trilhos que convidam a uma viagem no tempo são as principais "coordenadas" do Arrábida Walking Festival, organizado pela Biotrails e pelos Municípios de Palmela, Sesimbra e Setúbal, com o patrocínio da Setúbal Bay.

Para esta 1.ª edição dedicada à arqueologia foi definida a Grande Rota Arqueológica da Arrábida. Dividida em 7 etapas, e complementada com uma seleção de outros percursos, esta Grande Rota abrange todo o Parque Natural da Arrábida permitindo descobrir o património cultural, natural e a biodiversidade desta área protegida. A Serra de São Francisco, a Serra dos Pinheirinhos, a Serra do Louro, a Serra da Arrábida, a Serra da Azóia, a Serra da Achada, a Serra de São Luís e o Cabo Espichel são os "palcos" naturais que integram o roteiro de percursos pedestres desta edição. Dos percursos propostos, destaque ainda para o percurso entre Castelos, que ligará o Castelo de Palmela ao Forte de São Filipe numa viagem a outros tempos.

Ao longo dos três dias vão decorrer ainda visitas enoturísticas, promovidas pela Quinta do Piloto, em Palmela, provas de produtos locais, visitas guiadas e atividades lúdicas para os mais novos, permitindo aos pais participar e usufruir das caminhadas do Festival.

As inscrições e a aquisição de bilhetes ou passes para o Festival devem ser efetuadas através do site www.biotrails.pt/awf. O Passe Festival permite participar em várias caminhadas. O Bilhete Simples só permite participar numa caminhada durante o Festival. Para participar nas atividades complementares deverá ser titular de bilhete.



JÁ CONHECE OS PERCURSOS E O PROGRAMA?

SEXTA

17h45 | Abertura

18h00-22h00 | Percurso Entre Castelos

18h00-21h00 | Serra do Louro by night

20h00-22h30 | Sopa Caramela e convívio

SÁBADO

09h00-12h45 | Percurso Serra de São Francisco

09h00-12h30 | Percurso Serra da Azóia

09h00-13h00 | Percurso Pé Ante Pé (Crianças)

09h00-13h00 | Percurso Entre Castelos (Grande Rota Arqueológica)

09h15-13h00 | Percurso Serra dos Pinheirinhos

09h30-13h30 | Percurso Serra do Louro

10h00-12h30 | Visita guiada ao Centro Histórico de Setúbal

13h00-18h00 | Percurso Serra da Arrábida

13h15-17h15 | Percurso Serra da Azóia

15h00-16h30 | Visita guiada ao Centro Histórico de Palmela

15h00-16h00 | Visita guiada aos Conventos de Alferrara

16h00 | Visita guiada aos Moinhos de Vento

17h00 | Provas na Quinta do Piloto

21h30 | Animação

DOMINGO

09h00-13h00 | Percurso Serra da Achada

09h00-13h00 | Do Moleiro ao Padeiro (crianças)

09h00-12h45 | Percurso Serra dos Pinheirinhos

09h15-12h45 | Percurso Serra de São Luís

09h30-13h00 | Percurso do Cabo Espichel

10h00 | Visita auto-guiada Pé Ante Pé



11h00 | Pão quente na Quinta do Piloto

15h00-16h00 | Visita guiada ao Museu Marítimo de Sesimbra

15h00 | Visita guiada aos Moinhos de Vento

16h00 | Lanche na adega - Quinta do Piloto

17h00 | Brinde de encerramento na Quinta do Piloto

PROGRAMA COMPLEMENTAR

PARA O PÚBLICO INFANTOJUVENIL PÉ ANTE PÉ... DESCOBRE O QUE A VILA É!

Visita-jogo que celebra o Dia Nacional dos Centros Históricos!

Uma iniciativa para os mais novos e que possibilita aos pais poderem usufruir das caminhadas do Festival.

Público-alvo: crianças entre os 6 e os 11 anos

Duração: 4h00

VISITA AUTOGUIADA PÉ ANTE PÉ

Uma visita a Palmela para famílias com passagem pelos locais da vila com maior relevância histórica. Uma forma divertida de passear por Palmela e conhecer a sua história.

Duração: 2h00

WORKSHOP DO MOLEIRO DO PADEIRO

Um workshop de pão tradicional de Palmela, uma visita guiada ao moinho de vento e um passeio de burro são algumas das atividades previstas nesta iniciativa dedicada aos mais novos!

Público-alvo: dos 6 aos 11 anos

Duração: 4h00

VISITAS GUIADAS PARA PÚBLICO EM GERAL

CENTRO HISTÓRICO DA VILA DE PALMELA

Visita orientada por voluntário do Museu Municipal de Palmela que dará a conhecer os aspetos mais relevantes da história de Palmela.

Duração: 1h30

CENTRO HISTÓRICO DE SETÚBAL

Visita ao Centro Histórico de Setúbal, num itinerário rico em detalhes da história da cidade, com o apoio da Divisão de Museus da Câmara Municipal de Setúbal.

Duração: 2h30



CONVENTOS DE ALFERRARA

Num percurso pedestre descubra os Conventos de Alferrara, as suas origens e histórias associadas! A visita guiada parte à descoberta do Convento de São Paulo e do Convento dos Capuchos, ambos situados na soalheira encosta da Serra dos Gaiteiros.

Duração: 2h00

MOINHOS DE VENTO

Visita guiada a um dos moinhos de Palmela, um dos poucos exemplares que ainda guarda as engrenagens originais. Uma oportunidade para aprender como funcionava o moinho de vento e conhecer a sua história. Oferta de uma Fogaça típica de Palmela ou de um Moscatel.

Valor: 2,5€ (a pagar no local)

Duração: 20 minutos

MUSEU MARÍTIMO DE SESIMBRA

O mar é parte integrante da história de Sesimbra e da sua comunidade. O Museu Marítimo de Sesimbra reúne elementos que permitem compreender essa história e essa vivência desde há cinco mil anos.

Duração: 1h00

VISITAS COM SABORES

PROVAS NA QUINTA DO PILOTO

Em Palmela, a Quinta do Piloto é herdeira da tradição vinícola de quatro gerações da família Cardoso. Os seus vinhos são fruto de lotes escolhidos entre 200 hectares de vinhas, situadas nos melhores *terroirs* da região.

Prova de Vinhos e Moscatéis, à escolha:

- 2 Moscatéis (5€/pessoa)
- 4 Vinhos Prova (7,5€/pessoa)

Público-alvo: maiores de 18 anos

Pão quente na Quinta do Piloto

E porque não agendar uma visita à Quinta do Piloto e deliciar-se com os sabores dos produtos locais?

Inclui:

- 1 Pão por cada duas pessoas
- Manteiga de ovelha
- Dois copos de vinho

Valor para duas pessoas: 10€

Brinde de encerramento na Quinta do Piloto

Momento de confraternização e despedida com projeção de imagens recolhidas durante o festival e oferta de um copo de Moscatel para o brinde de encerramento.



ENTRE CASTELOS

Quais as origens do Castelo de Palmela? E do Forte de São Filipe?

Um percurso entre Castelos, com passagens pela estrada romana do Grelhal - de Olisipo a Caetobriga e paragem nos conventos de São Paulo e dos Capuchos.

Distância: 10,5 km

Desnível acumulado: +401 m / -266 m

Dificuldade: Média

Duração: 4h00

SERRA DE SÃO FRANCISCO

Rumo a Vila Fresca de Azeitão, este percurso inclui paragens em Castro Chibanes, uma fortificação do Calcolítico à Idade do Ferro, no Alto da Queimada (onde a alcaria aí estabelecida na época islâmica remonta à fase emiral e vai até inícios do séc.XI) e passagem pelos icónicos moinhos de vento de Palmela. Chegada ao Palácio da Bacalhoa com possibilidade de visita.

Distância: 10,1 km

Desnível acumulado: +127 m / -184 m

Dificuldade: Baixa

Duração: 3h45

SERRA DOS PINHEIRINHOS

Depois do Porto de Abrigo, o percurso prossegue sobre a falésia em direção à Serra dos Pinheirinhos, com passagens pelo Forte de São Teodósio da Ponta do Cavalo e praia da Ribeiria do Cavalo. Já na Serra dos Pinheirinhos passagem pela Lapa do Fumo, local ocupado há cinco milénios. Na Aldeia Nova, passagem pela arriba sobranceira à Praia da Mijona.

Nota: Este percurso permite continuidade com o percurso da Serra da Azóia.

Distância: 8,36 km

Desnível acumulado: +354m, -191m

Dificuldade: Média

Duração: 3h45

SERRA DO LOURO

Percurso com grande riqueza arqueológica com passagens por Castro Chibanes e Alto da Queimada, local outrora povoado no período islâmico. A caminhada prossegue pela cumeeira da Serra até às Grutas Artificiais da Quinta do Anjo, necrópole do Neolítico final.

Percurso Circular

Distância: 11,4 km

Desnível acumulado: +186 m / -184 m

Dificuldade: Baixa/Média

Duração: 4h00



SERRA DA ARRÁBIDA

O Palácio da Bacalhôa, uma propriedade da Casa Real Portuguesa em terras da Arrábida, é o ponto de partida deste percurso rumo ao Formosinho, o ponto mais alto da Península de Setúbal. Sem dúvida, uma caminhada com vistas únicas e paisagens deslumbrantes. Paragem com vista para o Castelo dos Mouros, uma fortificação da Idade do Bronze. Continuação até ao Convento D'el Carmen.

Distância: 11,3 km

Desnível acumulado: +482 m / -367 m

Dificuldade: Alta

Duração: 5h00

SERRA DA AZÓIA

Tendo o Cabo Espichel como destino, este percurso prossegue "serpeteando" a costa, com passagens pela Praia da Baleeira, outrora palco da pesca à baleia e abrigo de embarcações romanas, e pelo Forte de São Domingos da Baralha, datado do século XVII e considerado, à época, como a primeira defesa da costa da Arrábida. No Cabo Espichel, o conjunto do Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel e da Ermida da Memória contam-nos muitos séculos de história mesmo antes da construção da Ermida (século XIV) segundo conta a lenda da Pedra da Mua...

Distância: 9,5 km

Desnível acumulado: +205 m / -251 m

Dificuldade: Média

Duração: 3h30

SERRA DA ACHADA

Com início no Convento D'el Carmen, este percurso cruza as terras do Risco em direção a Sesimbra. A acompanhar a beleza da Serra do Risco e da Baía da Cova, há ainda paragens obrigatórias com história. Destaque para as ruínas da Roça do Casal do Meio, monumento funerário do Bronze Final e referência europeia da arqueologia, para a Lapa da Cova, o mais ocidental Santuário Fenício e para o Forte de Santiago, uma imponente fortaleza de arquitetura militar seiscentista.

Distância: 12 km

Desnível acumulado: +241 m / -393 m

Dificuldade: Média

Duração: 4h00

SERRA DE SÃO LUÍS

Conhecer a origem e as lendas da Ermida de São Luís é a proposta deste percurso que desafia os participantes a subir até ao segundo ponto mais alto do Parque Natural. Depois de contemplar a fantástica paisagem sobre o Estuário do Sado, há que descer pela vertente Norte e contornar a serra para ir ao encontro dos antigos povoados da Idade do Cobre, testemunhos da prosperidade da região.

Percurso Circular

Distância: 7 km

Desnível acumulado: +270 m / -274 m

Dificuldade: Média

Duração: 3h30



PERCURSO DO CABO ESPICHEL

A partir do conjunto do Santuário de Nossa Senhora do Cabo Espichel e da Ermida da Memória, que "contam" muitos séculos de história e tradições, há que prosseguir para a Pedra da Mua, tendo como guia uma lenda que remonta à Era do Jurássico...Tendo o oceano no horizonte e a percorrer solos do Miocénico e Pliocénico, que guardam importantes jazidas fósseis, o percurso continua sobre as arribas até à Praia das Bicas.

Distância: 8 km

Desnível acumulado: +117 m / -211 m

Dificuldade: Média

Duração: 3h30

SERRA DO LOURO BY NIGHT

Percurso noturno com início no Castelo de Palmela em direção à Serra do Louro. Depois das passagens por Castro Chibanes e Alto da Queimada, a caminhada segue pela cumeeira da Serra. No final, os participantes podem saborear a Sopa Caramela, um dos pratos típicos da gastronomia local (reserva obrigatória no formulário de inscrição).

Percurso Circular

Distância: 9,2 km

Desnível acumulado: +111 m / -158 m

Dificuldade: Baixa

Duração: 3h00





Organização



BIOTRAILS

Município **Palmela**
conquista



SESIMBRA

Apoios



Caetano Drive
Concessionário Volkswagen em Setúbal



NEW IN
SETÚBAL



Patrocínio

