



**Programa Anual  
Caminhadas Guiadas  
2024**

<b>Nome do trilho</b>	<b>Lamas</b>
-----------------------	--------------

<b>Descrição</b>
------------------

Praticamente plano (50m de desnível), corresponde à parte superior do trilho dos Miradouros, até à Boneca, indo depois por um trilho de pastoreio em direcção ao Cabeço da Calcedónia, passando por dois bonitos bosques de pilriteiros (*Crataegus monogyna*). Duração média de 3h.

<b>Recomendações</b>
----------------------

Aconselha-se o uso de vestuário que permita boa mobilidade e adequado à época do ano em que realiza o percurso. No Verão aconselhamos o uso de chapéu e protetor solar. Também o uso de calçado confortável. Levar garrafa de água.

<b>Grau de dificuldade</b>
<b>Fácil</b>

<b>Extensão</b>
<b>6,5 Km</b>

<b>Hora de Início</b>
<b>09:30</b>

<b>Local de Encontro</b>
<b>Entroncamento de Lamas</b>




<b>Datas de realização desta caminhada no âmbito deste programa</b>				
<b>4 de Maio</b>	<b>4 de Setembro</b>			



**A participação é gratuita, mas reservada a clientes dos estabelecimentos aderentes**

**Inscreva-se gratuitamente no estabelecimento do qual é cliente**

**Organização do Programa**  
Gerês Viver Turismo  
Associação de Defesa e Promoção do Gerês  
Email - vivergeres@gmail.com

**Empresa promotora do trilho**  
  
Email - info@parquecerdeira.com  
Tlf. 253 351 005