



# Rota do Maciço Central

Manteigas - Trilhos Verdes

[www.manteigatrilhosverdes.com](http://www.manteigatrilhosverdes.com)

PR  
5  
MTG



Extensão: **10** km (19,6 km com derivações)

Duração: **8 horas** (aprox.)

Altitude: entre **1423** e **1931** metros

Tipo: **Circular**

Sentido aconselhado: **Relógio**

BTT: **Não**



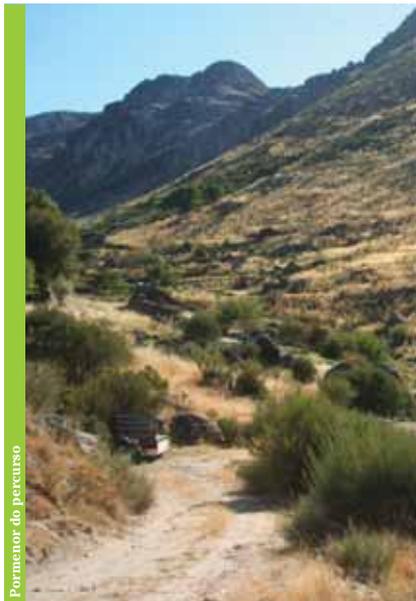
**QR Code**

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

Dificuldade: **Difícil**



# Rota do Maciço Central



Formeio do percurso



Formeio do percurso



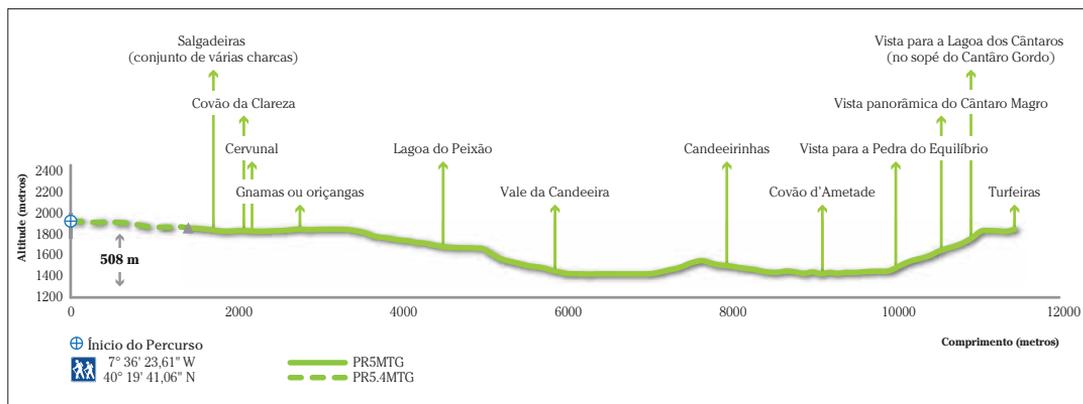
Formeio do percurso

*“Ravinas precipitosas, covões soturnos, penedias cahoticas, mórros gigantes, phantasias varias de uma criação asperrima, que se accumulam, em tropel desordenado, ali teem tambem essas notas dos contrastes delicados, com que a natureza vae dos bramidos do leão aos gorgeios do rouxinol, e do estampido pavoroso da tormenta ao dolente ciciar da brisa.”*

Emygdio Navarro in Quatro dias na Serra da Estrela (1884)

Majestosidade e rudeza são características que tornam a **Rota do Maciço Central** única em termos de traçado e de paisagem natural. Nesta rota, o caminhheiro é constantemente surpreendido, podendo contemplar locais emblemáticos como o **Covão d’Ametade**, o

## Pontos relevantes





Pormenor do percurso



Pormenor do percurso



Pormenor do percurso

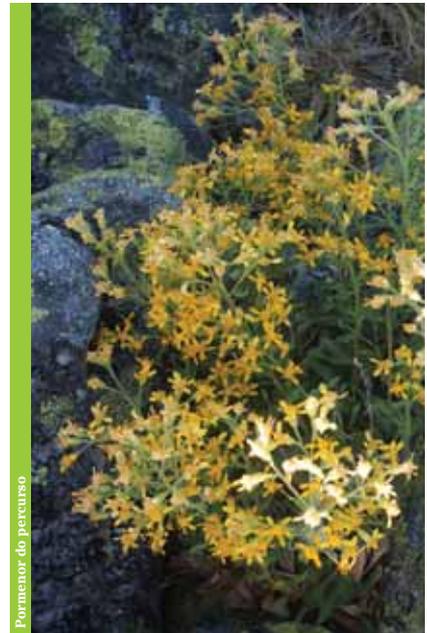
**Covão Cimeiro**, os **Cântaros (Magro, Gordo e Raso)**, as **Salgadeiras**, a **Lagoa do Peixão** (ou da Paixão), a **Ribeira da Candeeira**, ou a **Nave da Mestra** (na derivação para as Penhas Douradas – Rota do Carvão).

A **Torre**, sendo o ponto mais alto de Portugal Continental, com 1 993 metros, onde D. João VI (1816-1826) mandou erigir uma estrutura em pedra para completar os 2 000 metros, é um dos locais importantes a visitar. Aqui existem infra-estruturas para a prática de desportos de Inverno, atraindo visitantes oriundos dos mais diversos pontos do país.

Devido à elevada precipitação e à topografia acidentada do terreno, existem nesta zona vários tipos de ambientes aquáticos que na paisagem, aparentemente monótona, acabam por constituir elementos singulares, tais como a Lagoa do Peixão e as Salgadeiras (conjunto de várias charcas).

Na paisagem surgem recortes por entre a vegetação, originados pelo pastoreio, que convive harmoniosamente com variadas espécies de fauna e flora. Devido à sua elevada altitude, o **Maciço Central** constituiu um local único no país, contribuindo para a existência de espécies raras e ancestrais, tais como o *teixo*, o *zimbros-rasteiro*, o *vidoeiro*, a *tramazeira*, o *cervum*, o *arando* e a *fava-de-água*. Os zimbrals, respondendo às condições particulares do ambiente onde se desenvolvem, crescem na horizontal, cobrindo as rochas com um autêntico manto verde.

Quanto à **fauna**, existem vestígios da existência de espécies com estatuto de conservação como o *tartaranhão-caçador*, a *águia de Bonelli*, o *bufo-real*, a *águia-cobreira*, o *coelho-bravo* e a *ferreirinha-alpina*. A enfrentar o risco de extinção, existem a *toupeira-de-água*, a *lagartixa-da-montanha*, a *víbora-cornuda*, o *maçarico-das-rochas* e o *falcão-peregrino*.



Pormenor do percurso



Pormenor do percurso



Pormenor do percurso



Pormenor do percurso

**Paisagem Natural**

- ▲01 - Salgadeiras
- ▲02 - Salgadeiras
- ▲03 - Salgadeiras
- ▲04 - Covão da Clarezta
- ▲05 - Charca temporária em cervical
- ▲06 - Gnamas ou oriçangas
- ▲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 "Altar"
- ▲26 - Vale Glaciar do Zêzere
- ▲27 - Vista da Moreia Glaciar - Espinhaço do Cão

**Paisagem Humana**

- 01 - Torre
- 02 - Pista de Ski
- 03 - Lagoa
- 04 - Curral
- 05 - Gado caprino e ovino
- 06 - Edificação na Nave da Mestra - Casa do Juíz
- 07 - Reserva de água
- 08 - Vista panorâmica do Rio Zêzere e da ponte de ligação
- 09 - Casa típica com telhado de colmo
- 10 - Lameiros
- 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**

- Bruchia vogesiaca*
- Leborinho (*Festuca henriquesii*)
- Consolida-vermelha (*Potentilla erecta*)
- Gentiana pneumonanthe*
- Senecio caespitosus*
- Senecio caespitosus*
- Sargaço (*Halimium abyssoides*)
- Zimbro-rasteiro (*Juniperus communis ssp. Alpina*)
- Campânula (*Campanula herminii*)
- Festuca summilusitana*
- Giesta-amarela (*Cytisus striatus*)
- Vidoeiro (*Betula celtiberica*)
- Marsipella profunda*
- Centaurea micrantha ssp. Heminii*
- Caldoneira (*Echinopartum ibericum pulviniformis*)
- Urze-roxa (*Calluna vulgaris*)
- Urze-carapaça (*Erica ciliaris*)
- Torga (*Erica umbellata*)
- Jasione crispa subsp. centralis*
- Leontodon pyrenaicus ssp. Cantabricus*
- Cravinas-bravas (*Dianthus lusitanicus*)
- Jasione crispa subsp. centralis*
- Argençana (*Gentiana lutea*)
- Cervum (*Nardus stricta*)
- Piomeira-da-estrela (*Cytisus oromediteraneus*)
- Chamiça (*Erica australis*)
- Tramazeira (*Sorbus aucuparia*)
- Jacinto-dos-campos (*Hyacinthoides hispanica*)
- Consolida-vermelha (*Potentilla erecta*)
- Festuca elegans* Bois

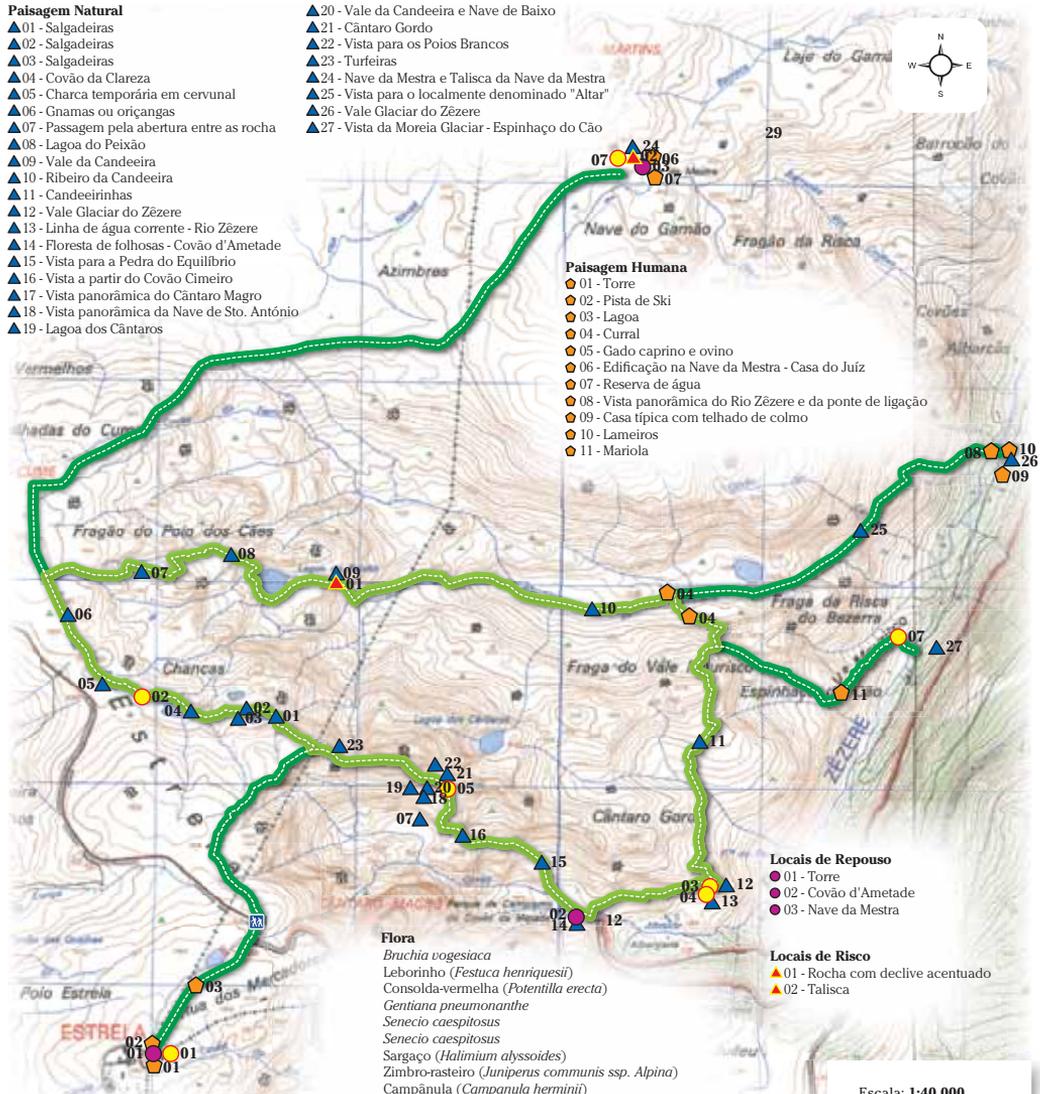
**Legenda**

- Início do Percurso
- 7° 36' 23,61" W
- 40° 19' 41,06" N

- Rota do Maciço Central
- Rota do Maciço Central - derivações

**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: 1:40.000



**Fauna**

- Águia-de-asa-redonda (*Buteo buteo*)
- Bufo-real (*Bufo bufo*)
- Cia (*Emberiza cia*)
- Cobra-de-escada (*Elaphe scalaris*)
- Cobra-de-água-de-colar (*Natrix natrix*)
- Cobra-de-água-viperina (*Natrix maura*)
- Guarda-rios (*Alcedo atthis*)
- Lagartixa-do-mato (*Psammodromus algirus*)
- Melro-azul (*Monticola solitarius*)
- Sombria (*Emberiza hortulana*)
- Águia-cobreira (*Circetus gallicus*)
- Toupeira-de-água (*Galemys pyrenaicus*)
- Euphydryas aurinia*
- Lagartixa-da-montanha (*Lacerta monticola*)