

## LEGENDA

### Geomonumentos

- 1 Parque Icnológico de Penha Garcia (Idanha-a-Nova) ..... G1
- 2 Monumento natural das Portas de Almourão (Proença-a-Nova/Vila Velha de Ródão)..... C4
- 3 Garganta epigénica de Malhada Velha (Oleiros) ..... B2
- 4 Rota das Minas de Segura (Idanha-a-Nova) ..... G3
- 5 Miradouro geomorfológico das Corgas (Proença-a-Nova) ..... B3
- 6 Inselberge graníticos de Monsanto-Moreirinha-Alegrios (Idanha-a-Nova) ..... F1
- 7 Escarpa de falha do Ponsul (Nisa/Vila Velha de Ródão/Castelo Branco/Idanha-a-Nova)..... C4 E2 E3 G2
- 8 Tronco fósil de Perais (Vila Velha de Ródão) ..... C4
- 9 Meandros do Rio Zêzere (Oleiros) ..... A2 B2
- 10 Canhões fluviais do Erges (Idanha-a-Nova) ..... G1 G2 G3
- 11 Cascata das Fragas da Água d'Alta (Oleiros) ..... B2
- 12 Monumento natural das Portas do Ródão (Vila Velha de Ródão/Nisa) ..... C4
- 13 Morfologias graníticas de Castelo Velho (Castelo Branco) ..... D1
- 14 Blocos pedunculados de Arês-Alpalhão (Nisa) ..... C6
- 15 Antigo complexo mineiro de Monforte da Beira (Castelo Branco) ..... E3
- 16 Mina de ouro romana do Conhal do Arneiro (Nisa) ..... C5

### Museus / Centros Culturais / Salas de Espectáculos

- 17 Museu Tavares Proença Júnior (Castelo Branco) ..... D3
- 18 Museu Fundação Cargaleiro (Castelo Branco) ..... D3
- 19 Museu do Canteiro (Alcains, Castelo Branco) ..... D2
- 20 Museu de Arte Sacra (Castelo Branco) ..... D3
- 21 Cine Teatro Avenida (Castelo Branco) ..... D3
- 22 Belgais – Centro para o Estudo das Artes (Castelo Branco) ..... E3
- 23 Núcleo do Paleozóico de Penha Garcia (Idanha-a-Nova) ..... G1
- 24 Museu da Gastronomia (Monsanto, Idanha-a-Nova) ..... F1
- 25 Lagar de Varas (Idanha-a-Velha, Idanha-a-Nova) ..... F2
- 26 Núcleo de Lagares de Proença-a-Velha (Idanha-a-Nova) ..... E1
- 27 Centro Cultural Raiano (Idanha-a-Nova) ..... E2
- 28 Núcleo do Bordado – Museu do Barro e do Bordado (Nisa) ..... C5
- 29 Casa do Museu de Alpalhão (Nisa) ..... C6
- 30 Cine Teatro de Nisa (Nisa) ..... C5
- 31 Antigo Lagar de Azeite (Álvoro, Oleiros) ..... A2
- 32 Casa da Cultura (Oleiros) ..... B2
- 33 Centro de Interpretação de Fortes e Baterias (Sobreira Formosa, Proença-a-Nova) ..... B3
- 34 Centro de Artes e Ofícios (Proença-a-Nova) ..... B4
- 35 Centro de Ciência Viva (Proença-a-Nova) (Inauguração em Setembro de 2006) ..... B4
- 36 Espaço Museológico do Azeite (Sarnadas, Vila Velha de Ródão) ..... C4
- 37 Centro Municipal de Cultura e Desenvolvimento (Vila Velha de Ródão) ..... C4
- 38 Centa – Centro para o Estudo das Artes (Vila Velha de Ródão) ..... C4
- 39 Casa de Artes e Cultura do Tejo (Vila Velha de Ródão) ..... C4

### Aldeias Históricas

- 40 Aldeia Histórica de Monsanto (Idanha-a-Nova) ..... F1
- 41 Aldeia Histórica de Idanha-a-Velha (Idanha-a-Nova) ..... F2

### Aldeias de Xisto

- 42 Aldeia de Sarzedas (Castelo Branco) ..... C3
- 43 Aldeia de Martim Branco (Castelo Branco) ..... C2
- 44 Aldeia de Álvaro (Oleiros) ..... A2
- 45 Aldeia de Foz do Cobreiro (Vila Velha de Ródão) ..... C4

### Castelos e Fortalezas

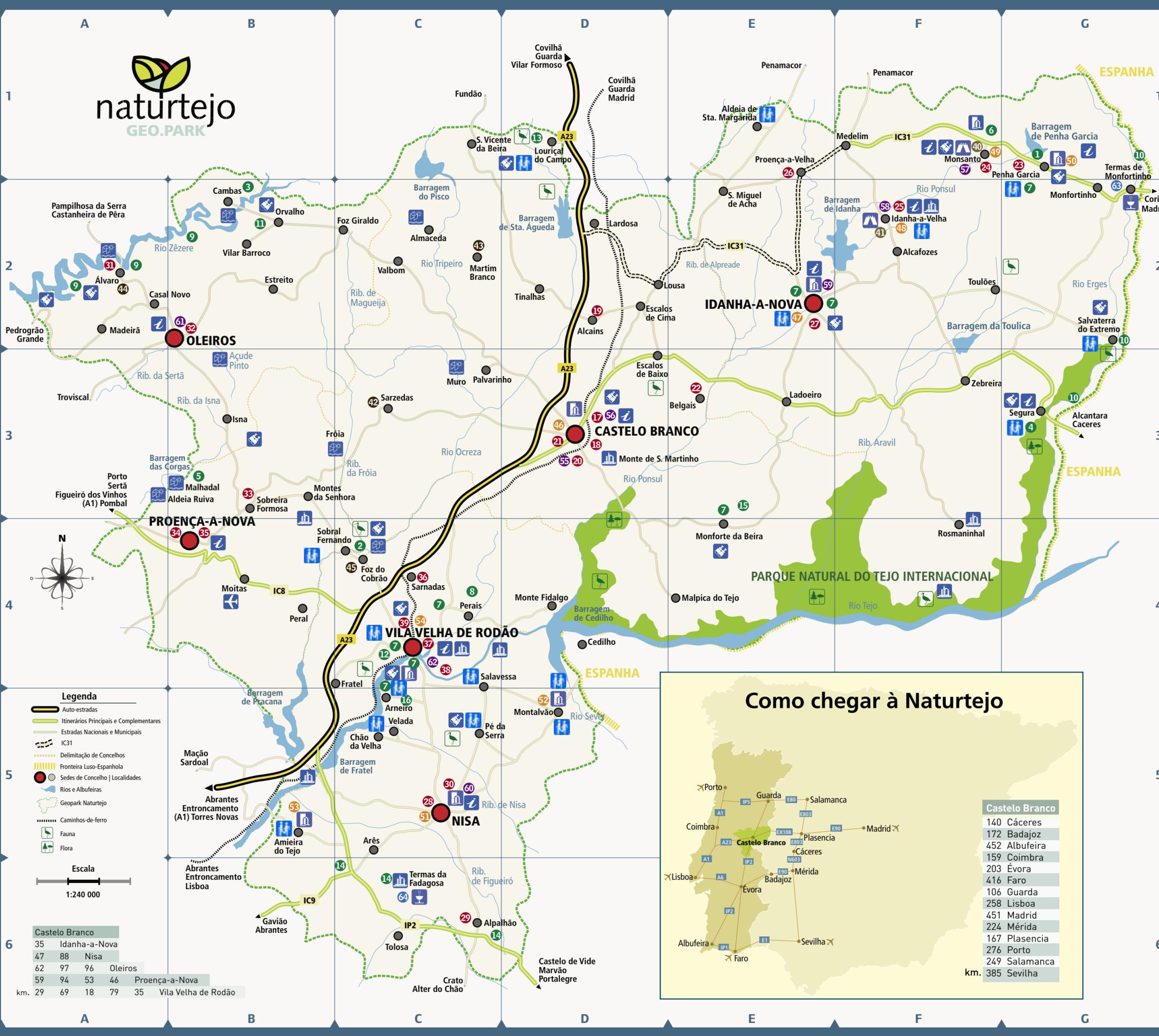
- 46 Fortaleza de Castelo Branco (Castelo Branco) ..... D3
- 47 Ruínas do Castelo de Idanha-a-Nova (Idanha-a-Nova) ..... E2
- 48 Cerca Muralhada de Idanha-a-Velha (Idanha-a-Nova) ..... F2
- 49 Castelo de Monsanto (Idanha-a-Nova) ..... F1
- 50 Castelo de Penha Garcia (Idanha-a-Nova) ..... G1
- 51 Castelo de Nisa (Nisa) ..... C5
- 52 Castelo de Montalvão (Nisa) ..... D5
- 53 Castelo de Amieira do Tejo (Nisa) ..... B5
- 54 Castelo do Rei Wamba (Vila Velha de Ródão) ..... C4

### Igrejas / Capelas / Lugares Sagrados

- 55 Sé Catedral (Castelo Branco) ..... D3
- 56 Capela Gótica de N. Sra. de Mércules (Castelo Branco) ..... D3
- 57 Capela Românica de S. Pedro Vir-a-Corça (Monsanto, Idanha-a-Nova) ..... F1
- 58 Sé Catedral de Idanha-a-Velha (Idanha-a-Nova) ..... F2
- 59 Igreja Matriz (Idanha-a-Nova) ..... E2
- 60 Capela Gótica de N. Sra. da Graça (Nisa) ..... C5
- 61 Igreja Matriz (Oleiros) ..... B2
- 62 Capela Gótica de N. Sra. da Alagada (Vila Velha de Ródão) ..... C4

### Termas

- 63 Termas de Monfortinho (Idanha-a-Nova) ..... G2
- 64 Termas da Fadagosa (Nisa) ..... C6



**Legenda**

- Auto-estradas
- Itinerários Principais e Complementares
- Estradas Nacionais e Municipais
- IC31
- Delimitação de Concelhos
- Fronteira Luso-Espanhola
- Sedes de Concelho | Localidades
- Rios e Albufeiras
- Geopark Naturtejo
- Caminhos-de-ferro
- Fauna
- Flora

**Escala**  
1:240 000

Castelo Branco	
35	Idanha-a-Nova
47	88 Nisa
62	97 96 Oleiros
59	94 53 46 Proença-a-Nova
29	69 18 79 35 Vila Velha de Ródão

### Como chegar à Naturtejo

Castelo Branco	
140	Cáceres
172	Badajoz
452	Albufeira
159	Coimbra
203	Évora
416	Faro
106	Guarda
258	Lisboa
451	Madrid
224	Mérida
167	Plasencia
276	Porto
249	Salamanca
385	Sevilha

## Informações

**Naturtejo - Empresa de Turismo**, EIM R. Conselheiro Albuquerque nº 4 Cave C • 6000-161 Castelo Branco Tel. 272 320 176 • Fax: 272 320 137 geral@naturtejo.com • www.naturtejo.com

**Junta de Turismo de Monfortinho** Avenida Conde da Covilhã • Edifício das Piscinas Municipais 6060 Termas de Monfortinho • Tel./Fax: 277 434 223 info@turismonfortinho.com • www.turismonfortinho.com

**Parque Natural do Tejo Internacional** Avenida 1º de Maio, 99 – 3º Esq. • 6000 – 086 Castelo Branco Tel. 272 348 140 • Fax: 272 348 149

**Posto de Turismo de Castelo Branco** Largo do Município • 6000 Castelo Branco Tel.272 330 339 • Fax: 272 330 350 turismo.cmcb@mail.telepac.pt • www.cm-castelobranco.pt

**Posto de Turismo de Idanha-a-Nova** Rua da Senhora do Almortão • 6060 Idanha-a-Nova Tel. 277 201 023 Gabinete de Turismo: Centro Cultural Raiano, Tel. 277 202 900 • fax: 277 202 944 Telemóvel: 968 122 662 turismo.cmidadanha@mail.pt • www.cm-idanhanova.pt

**Posto de Turismo de Idanha-a-Velha** Rua da Sé • Tel. 277 914 280

**Posto de Turismo de Monsanto** Rua Marquês da Graciosa • Tel. 277 314 642

**Posto de Turismo de Penha Garcia** Rua do Espírito Santo • Tel. 277 366 011

**Posto de Turismo de Segura** Rua Calçada de Segura

**Posto de Turismo de Nisa** Praça da República • 6050 - 355 Nisa Tel. 245 412 457 • Fax: 245 412 799 postoturismonisa@aeiou.pt • www.cm-nisa.pt

**Posto de Turismo de Oleiros** Largo do Município • 6160 – 909 Oleiros Tel. 272 681 008 • Fax: 272 682 446 • postoturismo@cm-oleiros.pt

**Posto de Turismo de Proença-a-Nova** Largo dos Bombeiros • 6150 Proença-a-Nova Tel.274 670 000 • Fax: 274 672 697 cmpnova@mail.telepac.pt • www.cm-proencanova.pt

**Posto de Turismo de Vila Velha de Ródão** Estação caminhos-de-ferro 1º andar • 6030 Vila Velha de Ródão Tel. 272 540 312 • Fax: 272 540 301 turismo@cm-vvrodado.pt • www.cm-vvrodado.pt

### Empresas de Animação Turística (\*)

**Ludeventos, Organização de Eventos de Lazer e Recreio**, Lda Urb. Quinta da Granja, Lote 0 – 1º Esq. • 6000 Castelo Branco Tel./Fax: 272 341 328 • gerencia@ludeventos.pt • www.ludeventos.pt

**Vila Fraga – Exploração Turística, Desporto e Lazer**, Lda. Rua do Penedo nº 9 • 6060 – 337 Penha Garcia Telemóvel: 962 943 193 • vilafraga@hotmail.com www.vilafraga.com

### Telefones Úteis

**Polícia/GNR**

- Comando PSP (Castelo Branco) – Tel. 272 340 622
- GNR (Castelo Branco) – Tel. 272 344 680
- GNR (Idanha-a-Nova) – Tel. 277 202 128 / 277 202 129
- GNR (Nisa) – Tel. 245 410 116
- GNR (Oleiros) – Tel. 272 682 311
- GNR (Proença-a-Nova) – Tel. 274 672 667
- GNR (Vila Velha de Ródão) – Tel. 272 545 121

**Centros de Saúde**

- Castelo Branco – Tel. 272 340 290
- Idanha-a-Nova – Tel. 277 200 210
- Nisa – Tel. 245 412 133 / 245 429 110
- Oleiros – Tel. 272 654 160
- Proença-a-Nova – Tel. 274 670 040
- Vila Velha de Ródão – Tel. 272 540 120

**Hospitais**

Hosp. Distrital Amato Lusitano de Castelo Branco – Tel. 272 000 272

**Bombeiros Voluntários**

- Castelo Branco – Tel. 272 342 122
- Idanha-a-Nova – Tel. 277 202 456
- Nisa – Tel. 245 412 354
- Oleiros – Tel. 272 680 170
- Proença-a-Nova – Tel. 274 671 444
- Vila Velha de Ródão – Tel. 272 541 022

**Estações de Caminho de Ferro**

- Castelo Branco – Tel. 272 342 283
- Vila Velha de Ródão – Tel. 272 541 085

**Estações de Rodoviária**

- Rodoviária da Beira Interior – Castelo Branco – Tel. 272 330 330
- Rodoviária do Alentejo – Nisa – Tel. 245 412 354
- Rodoviária da Beira Interior – Proença-a-Nova – Tel. 274 671 398

## Alojamento (\*)

**Hotel Tryp Colina do Castelo** \*\*\*

Tel. 272 349 280 • Fax: 272 329 759 Rua da Piscina, nº 5 • 6000 Castelo Branco tryp.colina.castelo@solmeliaportugal.com • www.solmelia.com

**Best Western Hotel Rainha D. Amélia** \*\*\*

Tel. 272 348 800 • Fax: 272 348 808 Rua de São Tiago nº 15 • 6000 – 179 Castelo Branco hrdamelia@mail.telepac.pt • www.hotelrainhadamelia.pt

**Hotel Astória** \*\*\*

Tel. 277 430 400 • Fax: 277 430 409 Termas de Monfortinho • 6060 – 072 Termas de Monfortinho hotel.astoria@monfortur.pt • www.monfortur.pt

**Hotel Fonte Santa** \*\*\*

Tel. 277 430 300 • Fax: 277 430 309 Termas de Monfortinho • 6060 – 072 Termas de Monfortinho hotel.fonte.santa@monfortur.pt • www.monfortur.pt

**Hotel Idanhacaça** \*\*\*

Tel. 277 927 130 • Fax: 277 927 515 Lugar do Ladoeiro, EN 240 • 6060 Ladoeiro idanhacaça@ferpinta.pt • www.ferpinta.pt

**Hotel Estrela da Idanha** \*\*\* (em reclassificação) Tel. 277 200 500 • Fax: 277 200 509

Avenida Zona Nova de Expansão • 6060 Idanha-a-Nova reservas@estreladaidanha.pt • www.estreladaidanha.pt

**Pousada das Amoras** \*\*\*\*

Tel. 274 670 210/8 • Fax: 274 670 219 Rua Comendador Assis Roda nº 25 • 6150 – 557 Proença-a-Nova info@estalagemdasamoras.com • www.estalagemdasamoras.com

## Parques de Campismo

**Parque de campismo de Castelo Branco** Estrada Nacional 18 • 6050 Castelo Branco Tel. 272 341 615

**Parque de campismo de Idanha-a-Nova** Responsável: ORBITUR Barragem Marechal Carmona • 6060 Idanha-a-Nova Tel. 277 202 793 • Fax: 277 202 945

**Parque de campismo de Proença-a-Nova** Praia Fluvial de Aldeia Ruiva • 6150 Proença-a-Nova Tel. 274 670 000 • Fax: 274 672 697

## Gastronomia (\*)

**Carne:** caça, borrego, cabrito, porco e enchidos típicos.
**Peixe:** barbos, carpas, achigãs, trutas e lampreia, miga de peixe, e sopas de peixe.

**Doces:** bolos secos (broas, cavacas, borrachões, biscoitos, bicas), de fatia (pães de ló, bolo de mel, bolos de páscoa), fritos (filhós, sonhos, argolas doces, azevias) e doces de colher (arroz doce, papas de carolo, tigelada, requeijão com doce de abóbora)

**Produtos classificados:** queijos de ovelha, cabra e mistura, azeite, pão, mel e frutícolas: laranja, figo, diospiro, melancia, cereja, ginja, castanha e medronho.

**Pratos Típicos:**

- Maranhos
- Bucho Recheado
- Cabrito Assado
- Cabrito estonado
- Ensapado de borrego
- Sarapatel
- Migas à alentejana

## Artesanato

- Bordados de Castelo Branco
- Rodilhas e Mantas de Ourelos (Idanha-a-Nova e Vila Velha de Ródão)
- Marafonas (Monsanto, Idanha-a-Nova)
- Adufe (Idanha-a-Nova)
- Bordados e rendas (Idanha-a-Nova e Vila Velha de Ródão)
- Alinhavados, frioleiras e rendas de bilros (Nisa)
- Linhos (Oleiros)
- Trabalhos em ferro forjado (Idanha-a-Nova e Vila Velha de Ródão)
- Trabalhos em madeira (Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Vila Velha de Ródão e Nisa)
- Trabalhos em cortiça (Idanha-a-Nova, Oleiros e Nisa)
- Trabalhos em barro (Idanha-a-Nova)
- Alambiques e Cântaros em cobre (Oleiros)
- Teares do Estreito (Oleiros)
- Tecelagem em Linho (Proença-a-Nova)
- Olaria Pedrada (Nisa)

*(\*) Outro alojamento, restauração ou empresas de animação turística a operar no território contactar Postos de Turismo, Unidades Hoteleiras, sites da Naturtejo, Câmaras Municipais, Junta de Turismo e Agendas Culturais.*

## Rota Geopark Naturtejo

### Como encontrar os geomonumentos

**1** **Parque Icnológico de Penha Garcia - Idanha-a-Nova:** Vindo de Espanha, o acesso faz-se a partir da fronteira das Termas de Monfortinho por um ramal da CC 214 proveniente de Moraleja; vindo de Castelo Branco ou de Penamacor, o acesso faz-se pelo IC 31 a partir da N 233. Partindo da aldeia de Penha Garcia, o geossítio pode ser visitado através do **percurso pedestre PR3 – Rota dos Fósseis**.

**2** **Monumento natural das Portas de Almourão - Proença-a-Nova/Vila Velha de Ródão:** O acesso faz-se a partir da A 23 para Vila Velha de Ródão, seguindo Alvaiade, Foz do Cobrão e Sobral Fernando; onde se inicia o **percurso pedestre PR2 – “Segredos do Vale do Almourão”**.

**3** **Garganta epigénica de Malhada Velha - Oleiros:** Vindo de Castelo Branco ou Oleiros, o acesso faz-se entre Orvalho e Cambas para Ademoço, pela N 112.

**4** **Rota das Minas de Segura - Idanha-a-Nova:** Na fronteira, é acessível por Espanha através da C 523 vindo de Cáceres e por Castelo Branco, utilizando a N 240. O percurso inicia-se no Posto de Turismo (**percurso pedestre PR4 – Rota das Minas**).

**5** **Miradouro geomorfológico das Corgas - Proença-a-Nova:** O Cabeço das Corgas, onde se situa um parque eólico, é acessível através das aldeias de Sobreira Formosa e Isna.

**6** ***Inselberge*** **graníticos de Monsanto-Moreirinha-Alegrios – Idanha-a-Nova:** Vindo de Espanha, o acesso faz-se a partir da CC 214 proveniente de Moraleja até às Termas de Monfortinho; vindo da A 23 o acesso faz-se pelo IC 31, na Lardosa. Os geossítios são visitáveis a partir da aldeia de Monsanto.

**7** **Escarpa de falha do Ponsul - Nisa/Vila Velha de Ródão/Castelo Branco/Idanha-a-Nova:** Existem numerosos miradouros privilegiados assinalados de onde se pode compreender o efeito desta estrutura tectónica na paisagem, todos eles acessíveis a partir da A23: Arneiro e Portas de Ródão (Nisa), Penedo Gordo, Portas do Ródão e Sítio do Cobre (Vila Velha de Ródão), Sítio do Castelo em Monforte da Beira (Castelo Branco), Castelo de Idanha-a-Nova e Castelo de Penha Garcia (Idanha-a-Nova).

**8** **Tronco fóssil de Perais - Vila Velha de Ródão:** Vindo da A23, saída de Vila Velha de Ródão, o local é acessível a partir da N 18 para Perais.

**9** **Meandros do Rio Zêzere - Oleiros:** Locais para admirar o vale do Zêzere: na estrada panorâmica entre Madeirã e Casal Novo, na Frazumeira e próximo de Abitureira, a partir da Aldeia de Xisto de Álvaro.

**10** **Canhões fluviais do Erges (Segura e Salvaterra do Extremo) - Idanha-a-Nova:** A partir de Espanha, o acesso faz-se pelas CC 214 e C 523, por Moraleja e Alcântara, respectivamente. A partir da A23, saída da Lardosa, segue-se o IC 31 até às Termas de Monfortinho.

**11** **Cascata das Fragas da Água d’Alta - Oleiros:** Situada junto a Orvalho, próximo do cruzamento da N 112 com a estrada para Vilar Barroco.

**12** **Monumento natural das Portas de Ródão - Vila Velha de Ródão/Nisa:** O acesso é feito pela A 23 com saída em Vila Velha de Ródão.

**13** **Morfologias graníticas de Castelo Velho - Castelo Branco:** Saindo da A 23 pela Soalheira, entre Castelo Branco e o Fundão, o acesso faz-se através de Lourçal do Campo. **A visita inicia-se pelo PR1 – Rota da Gardunha**.

**14** **Blocos pedunculados de Arês-Alpalhão - Nisa:** Vindo da A23 ou Portalegre, o acesso faz-se sempre a partir do IP 2 saindo para Alpalhão, Arês e Fadagosa de Nisa.

**15** **Antigo complexo mineiro de Monforte da Beira - Castelo Branco:** A partir da fronteira com Espanha ou de Castelo Branco, o acesso faz-se pela N 240 para Monforte da Beira (sítio do Castelo).

**16** **Mina de ouro romana do Conhal do Arneiro - Nisa:** Vindo da A 23 e saída em Vila Velha de Ródão, o acesso faz-se pela N 18 para Arneiro (Santana).

### Arqueologia

**1** **Estação Arqueológica do Monte de S. Martinho (Castelo Branco):** está inserida no “Triângulo Arqueológico de Castelo Branco” e, segundo reza a lenda, é onde estão soterradas as origens da cidade.

**1** **Idanha-a-Velha (Idanha-a-Nova):** o arquivo epigráfico, as escavações junto à Sé Catedral, os baptistérios suevo e visigótico e a ponte românica.

**1** **Rosmaninhal (Idanha-a-Nova):** anta arqueológica monumentalgalíticos, a pequena povoação dos Alares, um tesouro arqueológico.

**1** **Vale do Souto (Oleiros):** a árua monolítica em granito

**1** **Proença-a-Nova:** as estruturas militares edificadas nos séculos XVIII e XIX, utilizadas durante a invasão francesa e a guerra dos sete anos.

**1** **Vila Velha de Ródão:** os moinhos de rodízio, os lagares de azeite, muros de sirga, estruturas habitacionais, açudes, antigas vias romanas e a Foz do Enxarrique.

**1** **Complexo de Arte Rupestre do Vale do Tejo (Vila Velha de Ródão, Nisa):** um dos mais importantes conjuntos de arte pós-paleolítico da Europa, constituído por cerca de 30 mil gravuras dispersas ao longo de 40 quilómetros em ambas as margens do rio Tejo.

**1** **Termas da Fadagosa (Nisa):** dólmen de S. Genes

## Natureza

### Fauna

- Aves:** águia imperial ibérica, cegonha negra, águia-real, águia de bonelli, grifo, cegonha branca, falcão peregrino, melro-azul e rolieiro.
- Mamíferos:** veado, lontra, geneta, gato bravo, texugo, raposa e doninha.
- Répteis:** cágado de carapaça estriada, osga turca, cobra de fer-radura, víbora cornuda.

- Anfíbios:** tritão de ventre laranja, sapo parteiro e salamandra ibérica.
- Espécies em vias de extinção:** lobo e lince.

### Flora

- Vegetação predominante:** pinheiro, azinheira e sobreiro.
- Outra vegetação existente:** carvalho negral, oliveira, lódão bastardo e castanheiro.
- Matagal:** medronheiro, zimbro, esteva, rosmaninho, alecrim, roselha-grande, tamujo, aroeira, lentisco, murta e urze.

## Saúde e Bem-estar

### Termas

- Termas de Monfortinho** (Idanha-a-Nova)
- Termas da Fadagosa** (Nisa)

### SPA's

**1** **Hotel Astória (Termas de Monfortinho):** Ginásio, solário, piscina coberta, jacuzzi, sauna, banho turco, duche escocês, duche vichy com massagem a quatro mãos, hidromassagem, hidroprop-terapia, envolvimento em lamas e gabinete de estética.

**1** **Hotel Colina do Castelo (Castelo Branco):** Ginásio, sala de musculação, piscina coberta, jacuzzi, sauna e banho turco.

### Zonas Balneares

- Castelo Branco:** Ocreza e Barragem de Santa Águeda
- Idanha-a-Nova:** Barragem Marechal Carmona, Barragem e Açudes de Penha Garcia, Segura e Salvaterra do Extremo
- Oleiros:** Açude Pinto
- Proença-a-Nova:** Barragem da Pracana

### Praias Fluviais

- Almaceda, Muro** (Castelo Branco)
- Álvoro, Cambas, Açude Pinto** (Oleiros)
- Aldeia Ruiva, Fróia, Malhadal** (Proença-a-Nova)
- Foz do Cobrão** (Vila Velha de Ródão)

## Desporto na Natureza

### Percurso pedestres

- PR1** Rota da Gardunha (Louriçal do Campo, Castelo Branco)
- PR1** Rota dos Abutres (Salvaterra do Extremo, Idanha-a-Nova)
- PR2** Rota da Egitânia (Idanha-a-Velha, Idanha-a-Nova)
- PR3** Rota dos Fósseis (Penha Garcia, Idanha-a-Nova)
- PR4** Rota das Minas (Segura, Idanha-a-Nova)
- GR22** Às Aldeias Históricas (Ald. Sta. Margarida, Idanha-a-Nova)
- GR12E7** Rota de Idanha-a-Nova (Idanha-a-Nova)
- PR1** Trilho das Jans (Amieira do Tejo, Nisa)
- PR2** Descubrir o Tejo (Chão da Velha, Nisa)
- PR3** Olhar sobre a Foz (Central Eléctrica da Velada, Nisa)
- PR4** Trilhos do Conhal (Arneiro, Nisa)
- PR5** À descoberta de S. Miguel (Pé da Serra, Nisa)
- PR6** Rota dos Açudes (Salavessa, Nisa)
- PR7** Entre Azenhas (Montalvão, Nisa)
- PR8** Trilhos do Moinho Branco (Montalvão, Nisa)
- PR2** Segredos do Vale do Almourão (Sobral Fernando,Proença-a-Nova)
- PR1** Rota das Invasões (Vila Velha de Ródão)

### Percurso BTT

- Os mesmos que os percursos pedestres menos a Rota dos Fósseis e a Rota dos Abutres.

### Percurso Equestres

- Rota do Contrabando (Idanha-a-Nova)
- Rota de S. Brás (Idanha-a-Nova)
- Rota dos Trilhos da Antiguidade (Idanha-a-Nova)

### Percursos TT

- Trilhos do Pinhal (Proença-a-Nova)
- Serra das Talhadas (Vila Velha de Ródão)

#### Orientação

- O relevo, as características únicas do terreno e a beleza natural da região Naturtejo constituem as condições ideais para a prática de exercícios de orientação. (Vila Velha de Ródão e Penha Garcia)

### Escalada

- Escola de Escalada de Penha Garcia (Idanha-a-Nova)

### Hipismo

- Centros Hípicos:** Castelo Branco, Idanha-a-Nova e Nisa.

### Canoagem

- Rios Tejo, Zêzere, Erges , Ocreza, Pônsul
- Barragem de Santa Águeda (Castelo Branco)
- Barragem Marechal Carmona (Idanha-a-Nova)
- Barragem do Fratel (Nisa e Vila Velha de Ródão)
- Barragem do Cabril (Oleiros)
- Barragem da Pracana (Proença-a-Nova)

### Observação de Aves

- Parque Natural do Tejo Internacional
- Barragem de Santa Águeda (Castelo Branco)
- Serra da Gardunha (Castelo Branco)
- Monte de S. Luís (Escalos de Baixo, Castelo Branco)
- Alares (Rosmaninhal, Idanha-a-Nova)
- Salvaterra do Extremo (Idanha-a-Nova)
- Segura (Idanha-a-Nova)
- Toulões – Penha Garcia (Idanha-a-Nova)
- Serra de S. Miguel (Nisa)
- Portas de Vale Mourão (Proença-a-Nova)
- Portas de Ródão (Vila Velha de Ródão)

### Tiro e Caça

Em toda a região Naturtejo encontram-se zonas de caça (Associativas, Turísticas, Municipais e de Regime livre)

- Clube de Caça e Pesca de Monfortinho (Idanha-a-Nova) Tel. 277 434 142 / 277 430 400
- Campo de Tiro da Nave à Metade (Proença-a-Nova) Tel. 962 554 562

### Pesca

- Barragem de Santa Águeda (Castelo Branco)
- Barragem Marechal Carmona (Idanha-a-Nova)
- Barragem do Cabril (Oleiros)
- Barragem da Pracana (Proença-a-Nova e Vila Velha de Ródão)
- Rios Tejo, Erges, Pônsul, Ocreza e Zêzere.

### Pára-quedismo, parapente e skysurf

- Pára-quedismo e skysurf escola de pára-quedismo de Proença-a-Nova - Skydive Portugal Responsável: Eddy Resende • Telem.: 917 525 555
- Parapente – Rampa de Penha Garcia

## Religião

### Semana Santa (\*\*)

- O Enterro do Senhor (Idanha-a-Nova)
- Sábado Aleluia (Idanha-a-Nova)
- Cerimónia do Lava-Pés e Procissão do Encontro (Segura, Idanha-a-Nova)
- Procissão dos Homens (Ladoeiro, Idanha-a-Nova)
- Encomendação da Almas (Penha Garcia, Idanha-a-Nova)
- Procissão do Enterro do Senhor (Idanha-a-Nova, Oleiros e Proença-a-Nova)
- Celebração da Ceia Solene do Senhor (Nisa)
- Laudes na Igreja do Espírito Santo (Nisa)
- Procissão da Ressurreição para a Igreja do Espírito Santo (Nisa)
- Procissão dos Fogaréus (Oleiros)
- Procissão de Páscoa (Oleiros)
- Procissão do Pretório (Proença-a-Nova)
- Procissão do Encontro (Proença-a-Nova)

### Festas

- Festa de S. Sebastião (Escalos de Baixo - Castelo Branco) Dia da N. Sra. da Santíssima Trindade Segundo fim-de-semana de Agosto
- Festa das Cruzes ou de N. Sra. do Castelo (Monsanto - Idanha-a-Nova) Dia 3 de Maio ou no fim-de-semana mais próximo
- Festa da Sra. da Azenha (Penha Garcia e Monsanto - Idanha-a-Nova) Segundo fim-de-semana de Setembro
- Bodo de Salvaterra do Extremo (Idanha-a-Nova) Segunda-Feira de Páscoa
- Bodo de Monfortinho (Idanha-a-Nova) Onze dias depois da Páscoa
- Festa de S. Tiago (Oleiros) Quarto Domingo de Agosto
- Festas dos Santos Populares (Oleiros) Dias 13, 24 e 29 de Junho
- Festa de N. Sra. da Assunção (Proença-a-Nova) Dia 15 de Agosto
- Festa de Sto. António (Proença-a-Nova) Mês de Junho
- Festa de N. Sra. da Alagada (Vila Velha de Ródão) Quarto fim-de-semana de Agosto

### Romarias