

# PERCURSO PEDESTRE DA FRAGA

PR2  
MRT

PERCursos PEDESTRES / Walking paths  
Município de Mortágua

Levadas / "Levadas" traditional irrigation canal

## DESCRIÇÃO DO PERCURSO

O Percorso Pedestre da Fraga é linear e os seus extremos são a aldeia de Vila Moinhos e o antigo paredão da Barragem do Lapão. Percorre as margens da Ribeira da Fraga, à descoberta da galeria ripícola por antigas levadas, trilhos e caminhos rurais.

O percurso segue a linha água da Ribeira da Fraga, sob a galeria ripícola, que se encontra em ótimo estado de conservação. Ao longo do percurso é possível observar antigos moinhos de água, alimentados pelas levadas, testemunhos que mostram a importância que estes engenhos tiveram na atividade agrícola e no sustento da população. Próximo do paredão da barragem desativada, surge um desvio que o conduz à Fraga do Lapão, excelente miradouro natural sobre o vale. O percurso é rico no que se refere à fauna e flora, podendo observar-se com alguma facilidade espécies de peixes como truta, boga e barbo. Os guarda-rios, as garças e os javalis são as espécies não aquáticas mais fáceis de observar, não esquecendo as mais variadas espécies de borboletas e libélulas.

O percurso tem um grau de dificuldade baixa, de modo geral é pouco exigente fisicamente com exceção de dois pontos: junto do paredão da barragem e do acesso à Fraga do Lapão. O acesso está sinalizado, contudo deve ter cuidados redobrados ao calcorreá-lo.

## DESCRIPTION OF THE WALKING PATH

The Fraga Pedestrian Path is linear trail, with its extremes on the village of Vila Moinhos and the old wall of the Lapão Dam. It crosses the banks of the "Ribeira da Fraga" river, to the discovery of the riparian gallery by old "levadas", trails and rural ways.

The route follows the water line of "Ribeira da Fraga", under the riparian gallery, still in excellent condition, where you can see old water mills, fed by the "levadas", testimonies of the importance of the agricultural activity on the sustenance of the population. Near the wall of the disabled dam, there is a detour leading to "Fraga do Lapão", an excellent natural viewpoint over the valley. This trail is rich in fauna and flora, with fish species such as brown trout, teleosts and common barbel can be observed with some ease. Kingfishers, grey herons, and wild boars are the easiest species to observe, not forgetting it also has high variety of butterfly and dragonfly species.

The trail has a low degree of difficulty, being in general not physically demanding, except for two points: near the wall of the dam and the access to "Fraga do Lapão" (Access is marked; however, you should take extra care when running it).

## CONTACTOS ÚTEIS / Useful contacts

- Câmara Municipal / Town hall:  
(+351) 231 927 460
- Posto de Turismo / Tourism office:  
(+351) 231 927 464
- Bombeiros de Mortágua / Fire Brigade:  
(+351) 231 920 122
- Centro de Saúde de Mortágua /  
Mortágua healthcare center:  
(+351) 231 927 560
- GNR Mortágua / Police:  
(+351) 231 927 360



## SINALETICA / Path signage

### Percorso pedestre PR / Short Distance Walking Path



caminho certo  
right way



caminho errado  
wrong way



virar à esquerda  
turn left



virar à direita  
turn right

©FCMP

## CÓDIGO DE CONDUTA / Code of conduct

Seguir apenas pelo trilho sinalizado / Follow sign-posted trails only  
Evitar fazer ruídos desnecessários / Avoid making unnecessary noise  
Observar a fauna sem perturbar / Never scare the animals  
Não danificar a flora / Do not damage any vegetation  
Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem / Do not litter and leave no trace of your visit  
Não fazer lume / Do not light fire  
Não recolher amostras de plantas ou rochas / Do not collect or damage plants or rocks  
Ser afável com as pessoas que encontre no local / Be kind to people you find along the way

PROMOTORES



COORDENAÇÃO



PERCURSO REGISTRADO  
E HOMOLOGADO POR



INÍCIO — FIM / Start — Finish:

Ponte de Vila Moinhos

NÍVEL DE DIFICULDADE / Grading:

FÁCIL / EASY

TIPO / Type

DISTÂNCIA / Distance

TEMPO / Time

LINEAR  
IDA E VOLTA / Round trip

2,8Km  
SÓ IDA / One way

1h10  
SÓ IDA / One way





DISTÂNCIA / Distance

2,8Km

SÓ IDA / One way

TEMPO / Time

1h10

SÓ IDA / One way



LINEAR

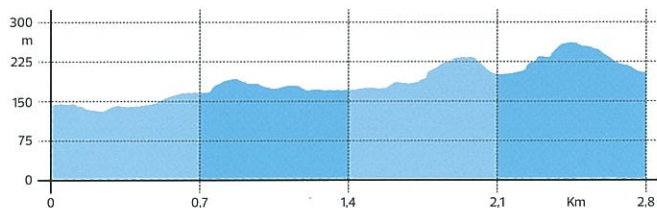
IDA E VOLTA /  
Round trip

DESNÍVEL ACUMULADO  
Cumulative gap +240m / -157m

ALTITUDE MÁXIMA  
Maximum altitude 260m

ALTITUDE MÍNIMA  
Minimum altitude 130m

PERFIL DE ALTIMETRIA / Gradient profile



NÍVEL DE DIFICULDADE / Grading

FÁCIL / EASY

O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil) / The difficulty level is represented by 4 different symbols each of which ranges from 1 (the easiest) to 5 (the most difficult).



O percurso pode ser efetuado em qualquer altura do ano, tendo os seus utilizadores que tomar algumas precauções por causa das elevadas temperaturas que se podem fazer sentir no verão e ao piso escorregadio no inverno. As épocas mais aconselhadas são a primavera e o outono.

The walking path can be done all year round, taking the necessary precautions for high temperatures in summer and slippery terrain in winter. The recommended seasons to do this walking path are spring and autumn.

ONDE DORMIR / WHERE TO SLEEP

ONDE COMER / WHERE TO EAT



[http://www.cm-mortagua.pt/modules.php?op=modload&name=Web\\_Links&file=index&l\\_op=viewlink&cid=8](http://www.cm-mortagua.pt/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=8)



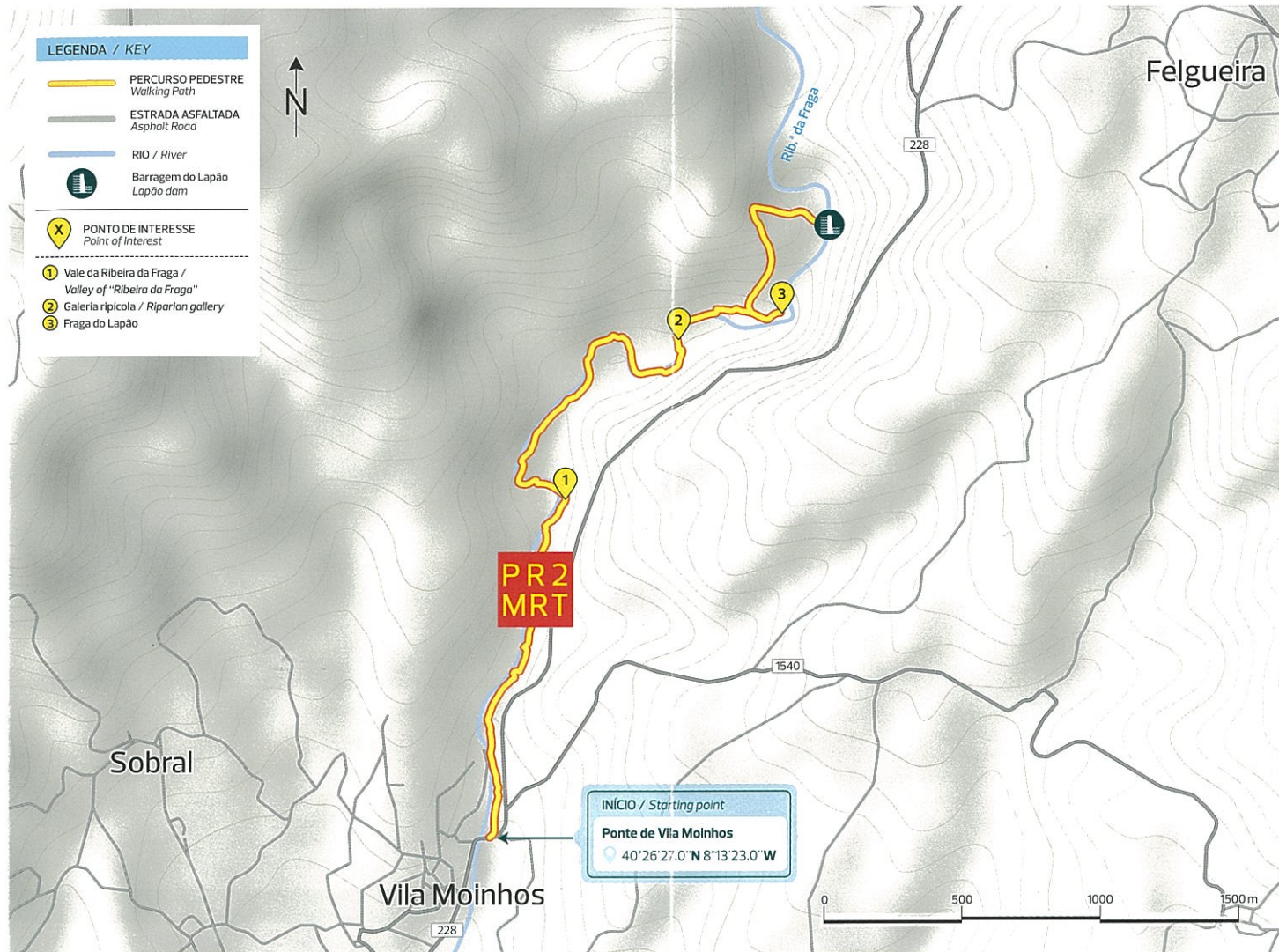
[http://www.cm-mortagua.pt/modules.php?op=modload&name=Web\\_Links&file=index&l\\_op=viewlink&cid=6](http://www.cm-mortagua.pt/modules.php?op=modload&name=Web_Links&file=index&l_op=viewlink&cid=6)

LEGENDA / KEY

- PERCURSO PEDESTRE  
Walking Path
- ESTRADA ASFALTADA  
Asphalt Road
- RIO / River
- Barragem do Lapão  
Lapão dam

PONTO DE INTERESSE  
Point of Interest

- 1 Vale da Ribeira da Fraga /  
Valley of "Ribeira da Fraga"
- 2 Galeria ripícola / Riparian gallery
- 3 Fraga do Lapão



### PONTO DE INTERESSE

Os amantes da natureza encontram aqui o destino perfeito para explorar e viver as suas experiências. Ao longo de todo o percurso é possível desfrutar da galeria ripícola e de uma formação arbóreo-arbustiva, habitat e abrigo de inúmeros espécies de animais e plantas, em excelente estado de conservação.

### POINT OF INTEREST

Nature lovers, find here the perfect destination to explore and live their experiences. Throughout the trail, you can enjoy the riparian gallery and a shrub-tree formation, which is a habitat and shelter of numerous species of animals and plants, all in excellent conservation status.



### PONTO DE INTERESSE

A Fraga do Lapão é uma formação xistosa que surge no meio do vale como uma crista. Uma terra escarpada que nos oferece uma vista pitoresca para a linha de água e as várias espécies de árvores que a acompanham. O seu acesso está sinalizado, contudo deve ter cuidados redobrados ao calcorreá-lo.

### POINT OF INTEREST

The Fraga do Lapão is a schist formation that appears in the middle of the valley like a crest. A rugged land that offers us a picturesque view of the water line and the various species of trees that accompany it. Your access is marked, however you should take extra care when running it.