

CAMINHADA DA PRIMAVERA - PGD PORTO

(é Mister Fortalecer a Magistratura Andando)

23 de março de 2019

Percorrer a Ecopista da Linha do Tâmega - da Estação de Amarante à Estação de Codeçoso

Ponto de encontro

Hora: 09h45

Local: Praça da República (Largo de São Gonçalo), Amarante

Coordenadas: 41.268978, -8.078771 / 41.2689780°N 8.0787710°W / 41°16'8.321" N 8°4'43.576" W / 7W9C+HF Amarante

Percurso

Partida / Chegada: do Largo de São Gonçalo, Amarante / à Estação de Codeçoso, Celorico de Basto

Hora da partida: 10h00

Tipo de percurso: linear, pelo antigo Caminho de Ferro do Valle do Tâmega, agora transformado numa Ecopista para passeios pedestres e de bicicleta.

Âmbito: histórico-cultural, ambiental e paisagístico

Distância a percorrer: 14,0 km

Duração do percurso: aproximadamente 5 horas

Nível de dificuldade: fácil

Desníveis: o percurso realiza-se em terreno predominantemente plano

Desnível acumulado: + 248 m

Altitude mínima e máxima: 70 m / 230 m

Pontos de interesse: igreja de São Gonçalo de Amarante; ponte de São Gonçalo de Amarante; zona ribeirinha de Amarante; antiga linha do Caminho de Ferro do Valle do Tâmega, seu túnel, suas pontes e suas estações de Amarante, Gatão, Chapa e Codeçoso; igreja de São João Baptista de Gatão (no pequeno cemitério vizinho à igreja repousa o poeta Teixeira de Pascoaes); vistas sobre o vale do rio Tâmega e sobre a grandiosa serra do Marão.

Importante

1. O percurso realiza-se em terreno predominantemente plano, de piso regular, sem grandes dificuldades técnicas e físicas. **Mesmo assim, dada a sua extensão, cada participante deverá aferir da sua aptidão para o abordar;**
2. Cada participante deverá levar na sua mochila água e alimentação suficiente para toda a jornada¹;
3. Deverá usar roupa confortável e adequada ao estado do tempo, sapatos ou botas de montanha confortáveis e com boa aderência (nada a estrear), meias sem costuras e levar um agasalho na mochila. Em caso de chuva, quedas de água e para eventual alteração do estado do tempo ao longo da caminhada, o ideal é levar um **casaco impermeável** e uma **funda** para cobrir a mochila - **o poncho serve os dois propósitos**. Em dias ensolarados, deve usar protetor solar, óculos de sol e chapéu;
4. A meio do percurso será feita uma pausa maior para almoço;
5. No final da caminhada haverá um convívio gastronómico no restaurante O Moinho do Moleiro, em Paço de Sousa, Penafiel (coordenadas 41.164587, -8.362352 / 41°9'52.513"N 8°21'44.467"W), cujo preço por pessoa será de 12,00 €;
6. Levar uma muda de roupa para trocar no final da etapa que guardará no seu automóvel.

Inscrições e Informações

Inscrições até às 17h00 do dia **21 de março** de 2019 (abertas a magistrados, funcionários e familiares), na Procuradoria-Geral Distrital do Porto - 222 092 645 / 918 265 830 - martins.faf@gmail.com

¹ **Alimentos para levar na mochila:** Sandes (fiambre, presunto, queijo, vegetais, escolha geleias em vez de gorduras); Saladas frias ricas em hidratos de carbono (massas e arroz); Frutas frescas (laranja, maçã, etc...); Chocolate (de preferência amargo); Bolachas e biscoitos; Frutos secos (quanto mais variados melhor); Barras energéticas; Snacks salgados; e principalmente água e/ou bebidas isotónicas. Construa o seu próprio menu, dando prioridade a alimentos de menor peso, maior energia e maior capacidade de conservação.