



Legenda

- PR1** Percurso Interpretativo da Mata Nacional de Vale de Canas
- PR2** Percurso Pedestre Mata - Praia Fluvial
- Estradas principais
- Estradas de terra

Pontos de Interesse

- 1** Centro de Informação da Mata Nacional de Vale de Canas
- 2** Canteiro das Aromáticas
- 3** Miradouro
- 5** Casa do Fogo
-  Parque de Merendas



Extensão

1,10 km

Desnível acumulado

+ 29 m

Duração

00h45m

Altitude

max/min
280 / 251 m

Tipo de percurso

Circular

Época aconselhada

Todo o ano

Dificuldade

O grau de dificuldade é representado por 4 itens diferentes, cada um avaliado de 1 a 5 (1: fácil; 5: difícil)

-  **2**
Tipo de piso
-  **1**
Esforço Físico
-  **1**
Adversidade
-  **2**
Orientação

Sinalética®



Caminho correto



Caminho errado



Virar à direita



Virar à esquerda

© FCMP

Cuidados Especiais e Normas de Conduta

- Seguir somente pelos trilhos sinalizados
- Respeitar a avifauna. Não tocar nos ninhos e evitar ruídos e comportamentos que a perturbem
- Observar a fauna à distância, preferencialmente com binóculos
- Não abandonar o lixo, colocá-lo num ponto de recolha
- Não colher nem danificar a flora
- Respeitar a propriedade privada
- Evitar comportamentos que perturbem o ambiente local
- Não fazer lume
- Ser afável com os habitantes locais, esclarecendo quanto à atividade em curso e às marcas do percurso

Contactos

Promotor

Comunidade Intermunicipal da Região de Coimbra
Rua do Brasil, N.º 131
3030-175 Coimbra
tel. 239 795 200 · 239 795 209
geral@cim-regiao decoimbra.pt

Posto de Turismo da Portagem

Largo da Portagem 3000-337 Coimbra
tel. 239 488 120
Horário de Inverno (15 set. a 14 jun.)
2.ª a 6.ª 9h00 - 18h00
Sáb., Dom. e Feriados 9h30-13h00
14h00-17h30

Emergência 112

Período Páscoa e de 15 jun. a 14 set.
2.ª a 6.ª 9h00-20h00
Sáb., Dom. e Feriados 9h00-18h00
Encerra a 24 e 25 dez. e 1 de jan.

Informações

Posto de Turismo da Praça da República
Praça da República 3000-343 Coimbra
tel. 239 857 186
Horário 2.ª a 6.ª: 9h30-12h30
14h00-18h00
Encerra ao Sábado, Domingo e Feriados

Direção Regional de Conservação da Natureza e Florestas do Centro
Mata Nacional do Choupal
3000 - 611 Coimbra
tel. 239 007 260
drcnf.centro@icnf.pt

mais informações



Promovido por



CÂMARA MUNICIPAL
COIMBRA



Co-financiado por



Percurso registado e homologado por



EW
ERA
FERP
FEDERATION EUROPEENNE
DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE

REGIÃO DE
COIMBRA
TURISMO



RIOS E ZONAS HÚMIDAS

PERCURSO INTERPRETATIVO
MATA NACIONAL DE VALE DE CANAS
Coimbra



PR1
CBR



O Percurso Interpretativo da Mata Nacional de Vale de Canas (sob gestão do ICNF), circular e com 1,10km de extensão, está integrado no projeto transversal “Rios e Zonas Húmidas” da CIM-RC e inserido na área classificada da Mata Nacional de Vale de Canas. Permite a descoberta da riqueza faunística e florística de espécies autóctones e exóticas.

Apesar da sua reduzida extensão, este percurso é muito interessante sob o ponto de vista ambiental e educativo, sendo muito rico pela diversidade de espécies que concentra. No denominado Canteiro das Aromáticas é possível observar grande diversidade de formas e cores e sentir os aromas das designadas PAM (plantas aromáticas e medicinais), tais como as várias espécies de tomilho, hortelãs, de rosmaninho, de alecrim, de orégãos, de limonete, de segurelha, de funcho, de erva-cidreira, entre tantas outras. Após este momento mais aromático, segue-se em direção ao miradouro, do qual se contempla a grandiosidade da mata e, ao fundo, a Serra do Carvalho.

Além deste recanto com vista panorâmica, o percurso permite a descoberta de espécies arbóreas da flora autóctone, como o carvalho-alvarinho, o sobreiro, a azinheira, o castanheiro, os belos exemplares de buxo, o pinheiro-bravo e o pinheiro-manso. No estrato arbustivo, merece destaque o pilriteiro, o medronheiro, o folhado, a carqueja, as urzes e a gilbardeira, espécie protegida pela Diretiva Habitats.



PAM 1 Tomilho *Thymus* spp. 2 Hortelã *Mentha* spp. 3 Rosmaninho *Lavandula stoechas*
 4 Alecrim *Rosmarinus officinalis* 5 Orégão *Origanum vulgare* 6 Limonete *Aloysia triphylla*
 7 Segurelha *Satureja montana* 8 Funcho *Foeniculum vulgare* 9 Erva-cidreira *Melissa officinalis*
Fauna 1 Salamandra-lusitânica *Chioglossa lusitânica* 2 Lagartixa-do-mato *Psammotromus manuelae* 3 Rã-ibérica *Rana iberica* 4 Pica-pau-malhado-grande *Dendrocopos major*
 5 Verdilhão *Chloris chloris* 6 Tentilhão *Fringilla coelebs*
Flora 1 Azinheira *Quercus rotundifolia* 2 Buxo *Buxus sempervirens* 3 Folhado *Viburnum tinus*
 4 Carqueja *Pterospartum tridentatum* 5 Urze *Erica* spp. 6 Gilbardeira *Ruscus aculeatus*
 7 Cedro-do-bussaco *Cupressus lusitanica* 8 Plátano *Platanus x hispanica* 9 Tília-prateada *Tilia tomentosa* 10 Cedro-do-atlas *Cedrus atlantica* 11 Tuia-gigante-americana *Thuja plicata*
 12 Sequoia *Sequoia sempervirens*

Na mata também é possível observar belos exemplares de cedro-do-bussaco, de plátanos, de tília-prateada, de cedro-do-atlas, de tuia-gigante-americana, de sequoias, entre outras. Contemple esta biodiversidade repousando no parque de merendas, apreciando, igualmente, a arquitetura da Casa do Fogo.

A fauna também marca presença neste mundo encantado de biodiversidade que é a Mata Nacional de Vale de Canas. O visitante mais atento consegue descobrir a salamandra-lusitânica, a lagartixa-do-mato, a rã-ibérica e, entre os ramos do arvoredo, o pica-pau-malhado-grande, o verdilhão ou o tentilhão.

