

 **16 KM**
DISTÂNCIA

 **5 h**
DURAÇÃO

 **319 m**
DESNÍVEL ACUMULADO

 **277 / 100 m**
ALTITUDE MÁX/MIN

 **CIRCULAR**
TIPO DE PERCURSO

ÉPOCA ACONSELHADA

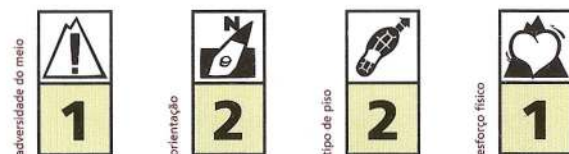
Todo o ano.
Atenção ao calor no verão e ao piso escorregadio no inverno.

SINALÉTICA USADA



GRAU DE DIFICULDADE

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).



CÓDIGO DE CONDUTA

Seguir apenas pelo trilho sinalizado; Evitar fazer ruídos desnecessários; Observar a fauna sem perturbar; Não danificar a flora; Não fazer lume; Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem; Não colher amostras de plantas ou rochas; Ser afável com as pessoas que encontre no local.

CONÍMBRIGA

As condições naturais de defesa deste território constituíram-se como o principal factor para a sua ocupação. Conímbriga beneficiava de uma ótima rede viária: pela Mata da Alfarda chegava um dos principais eixos de ligação a Oisipo (Lisboa), passando por Sellium, Alvaiázere e terras baixas de Chão de Couce e Dueça; a outra via de ligação era feita por Collipo e Soure, atravessando o Rio dos Mouros perto de Condeixa-a-Velha. As escavações arqueológicas puseram a descoberto uma vasta área do traçado desta cidade: o fórum, o aqueduto, os bairros de comércio, indústria e habitação, uma estalagem, várias termas, o anfiteatro e as muralhas que delimitavam e protegiam a cidade. Deste conjunto, sobressai um bairro de ricas casas senhoriais com destaque para "A Casa dos Repuxos".

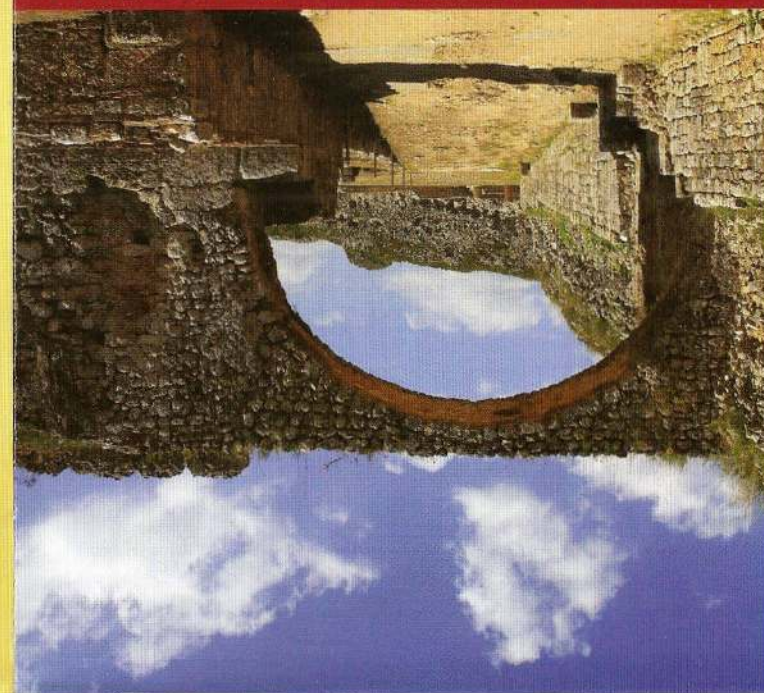
PO.RO.S

A Quinta de S. Tomé é um imóvel classificado de interesse municipal. Segundo fonte do IGESPAR, "pouco se sabe sobre as origens da Casa de São Tomé. Construído no início do século XVI, como o comprovam as molduras manuelinas das janelas, o edifício foi muito alterado cerca de 1705..." Com a reabilitação deste edifício, a Câmara de Condeixa pretende recriar a cidade romana de Conímbriga, de uma forma lúdica e pedagógica, recorrendo às novas tecnologias e fiel a um programa de rigor científico. O museu multimédia pretende criar uma estrutura cultural e museológica que faça a ligação com as Ruínas de Conímbriga, onde é possível, por exemplo, conhecer o Fórum Romano de Conímbriga com vida, de forma a permitir a percepção relativamente ao que era, no tempo dos romanos, a vivência efectiva daquele espaço.

CASTELLUM DE ALCABIDEQUE

Alcabideque significa mãe-d'água. A nascente de Alcabideque é uma exurgência de grande volume, ligada ao sistema hídrico subterrâneo da região (sistema cársico). Os romanos aproveitaram esta nascente como origem do aqueduto que alimentava a cidade de Conímbriga, a cerca de 4 quilómetros de distância e a uma altitude superior do planalto desta cidade. O aqueduto foi construído nos finais do séc. I a.C., que através da gravidade abastecia fontes, casas e balneários. Sem essa água, Conímbriga nunca teria progredido. Os romanos designaram este local como caput aquae, sendo o actual topónimo Alcabideque uma arabização do nome latino do local. Do período romano são visíveis restos do tanque semicircular que protegeu a nascente e a torre. Sob a torre de captação é visível o poço de decantação das águas de onde partia o aqueduto que alimentava Conímbriga. Apesar de para a época, ser considerado pequeno, este aqueduto impressiona pela capacidade técnica que revela, uma vez que grande parte do seu traçado é subterrâneo atingindo uma profundidade de 7 m, emergindo depois em alguns troços aéreos ao aproximar-se da cidade.

ROTA DE CONÍMBRIGA



INFORMAÇÕES ÚTEIS

- **PATRIMÓNIO EDIFICADO**
PATRIMÓNIO CLASSIFICADO PELO IGESPAR:
Monumento Nacional: Ruínas de Conímbriga; Conjunto dos restos do aqueduto romano de Conímbriga e do Castellum de Alcabideque, abrangendo todo o sistema de captação de águas;
INTERESSE MUNICIPAL: Quinta de S. Tomé – Edifício do PO.RO.S
- **GASTRONOMIA** Cabrito assado em forno de lenha; Chanfana de cabra; Queijo do Rabaçal; Licor de Leite; Escarpiada.
- **ARTESANATO** Cerâmica artística

CONTACTOS ÚTEIS

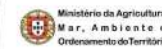
SOS Emergência: 112 **SOS Floresta:** 117
Centro de Saúde: 239 940 160 **Bombeiros Voluntários:** 239 941 503
Informação anti-venenos: 808 250 143 **G.N.R.:** 239 940 250
Posto de Turismo Municipal: 239 944 037
Câmara Municipal de Condeixa: 239 949 120
Museu Monográfico de Conímbriga: 239 941 177



Percurso pedestre registado e homologado pela:



Apoio:



PERCURSO

Com início em Conímbriga, o percurso dirige-se para o Vale do Rio dos Mouros, atravessando a ponte e dirigindo-se através de um caminho de terra batida que acompanha o canhão do Rio dos Mouros para a Aldeia do Poço das Casas. Ao chegar à aldeia, o percurso toma o caminho de regresso a Conímbriga: os primeiros metros em alcatrão, depois em trilho de pé posto até atravessar a estrada e entrar na Mata da Alfarda, importante habitat para numerosas espécies mediterrânicas. Segue depois em direção a Alcabideque, uma das exsurgências permanentes mais importantes de todo o Maciço Calcário de Sicó. Da nascente o percurso continua entre o casario e uma vasta área de campos agrícolas até chegar a Condeixa-a-Nova, passando pelo PO.RO.S (Museu Multimédia dedicado ao tema Portugal Romano em Sicó) e seguindo para Condeixa-a-Velha, regressando novamente a Conímbriga.

PONTOS DE INTERESSE

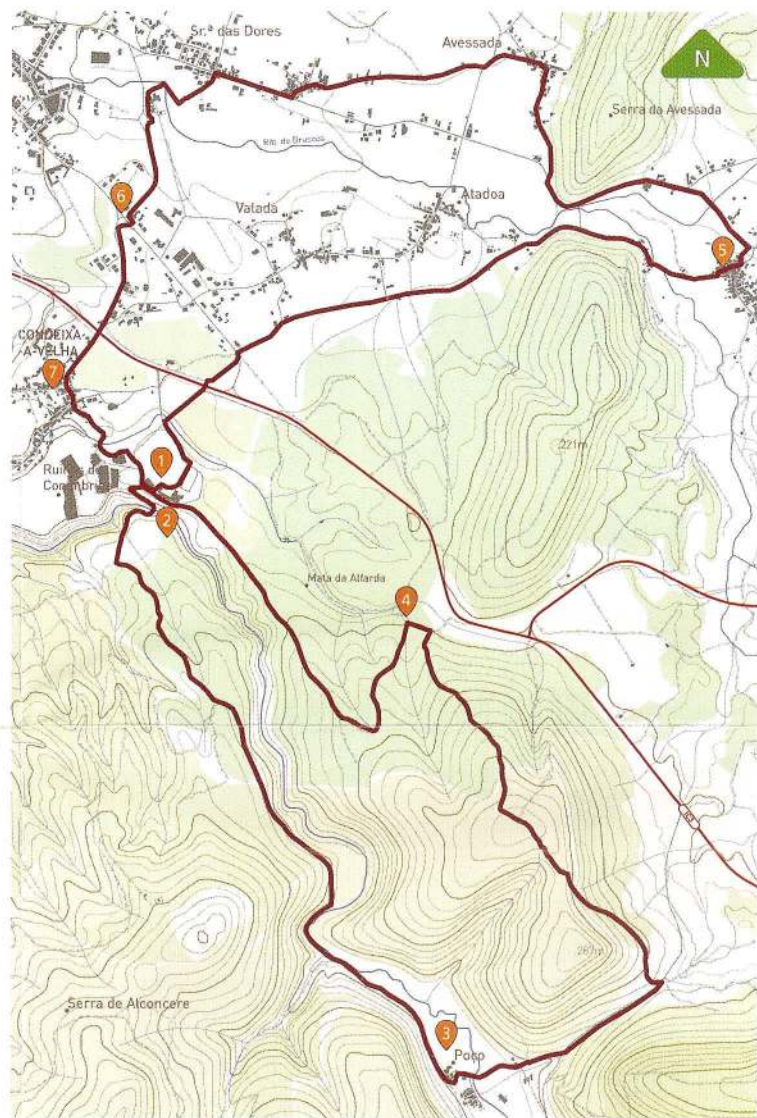
1 Ruínas e Museu Monográfico de Conímbriga; **2** Vale do Rio dos Mouros; **3** Aldeia do Poço das Casas; **4** Mata da Alfarda; **5** Castellum de Alcabideque e outros vestígios do Aqueduto Romano de Conímbriga; **6** PO.RO.S; **7** Condeixa-a-Velha.



Castellum de Alcabideque © Câmara Municipal de Condeixa



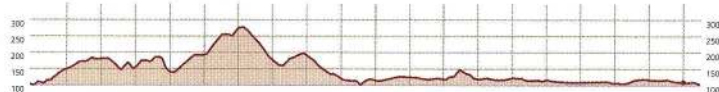
Casa dos Repuxos - Conímbriga © Terras de Sicó



— Pequena Rota (PR1)
— Estradas Principais
— Estradas Secundárias

— Caminhos de terra batida
— Caminhos de pé posto
— Linhas de água

ALTIMETRIA



Cuca ou Rosa Albardeira (*Paeonia Broteroi*) © Terras de Sicó

PATRIMÓNIO NATURAL

Do ponto de vista geológico predominam os calcários, rochas altamente permeáveis, levando a água se infiltre rapidamente circulando em cavidades no subsolo. Este facto torna-se bastante evidente em todo o Vale do Rio dos Mouros, que durante grande parte do ano não apresenta qualquer caudal, conferindo paisagens bastante distintas consoante a época do ano. Aliada à elevada permeabilidade do substrato calcário, temos a presença de diversas cavidades subterrâneas (grutas e algares) que servem de abrigo a várias espécies de quirópteros. Durante a época das chuvas, o canhão fluviocársico do Rio dos Mouros, é um importante habitat para anfíbios (rã verde, salamandra de pintas amarelas, tritão-marmorado) e em todo o território temos a presença do javali, raposa e aves como a águia cobreira, águia-de-asa-redonda e as perdizes. Existem ainda antigos registos da presença do imponente bufo-real que se abrigava nas fendas das vertentes do Rio dos Mouros, apesar de actualmente não se poder confirmar a sua presença. Apesar das sucessivas agressões ao seu coberto vegetal, na mata da Alfarda podemos observar uma floresta de pinheiro-manso (*pinus pinea*), com a presença de espécies mediterrânicas como o carvalho cerquinho (*Quercus faginea*), associado à azinheira (*Quercus ilex*) e ao sobreiro (*Quercus suber*).



Quinta de S. Tomé - década de 70 © Museu Monográfico de Conímbriga