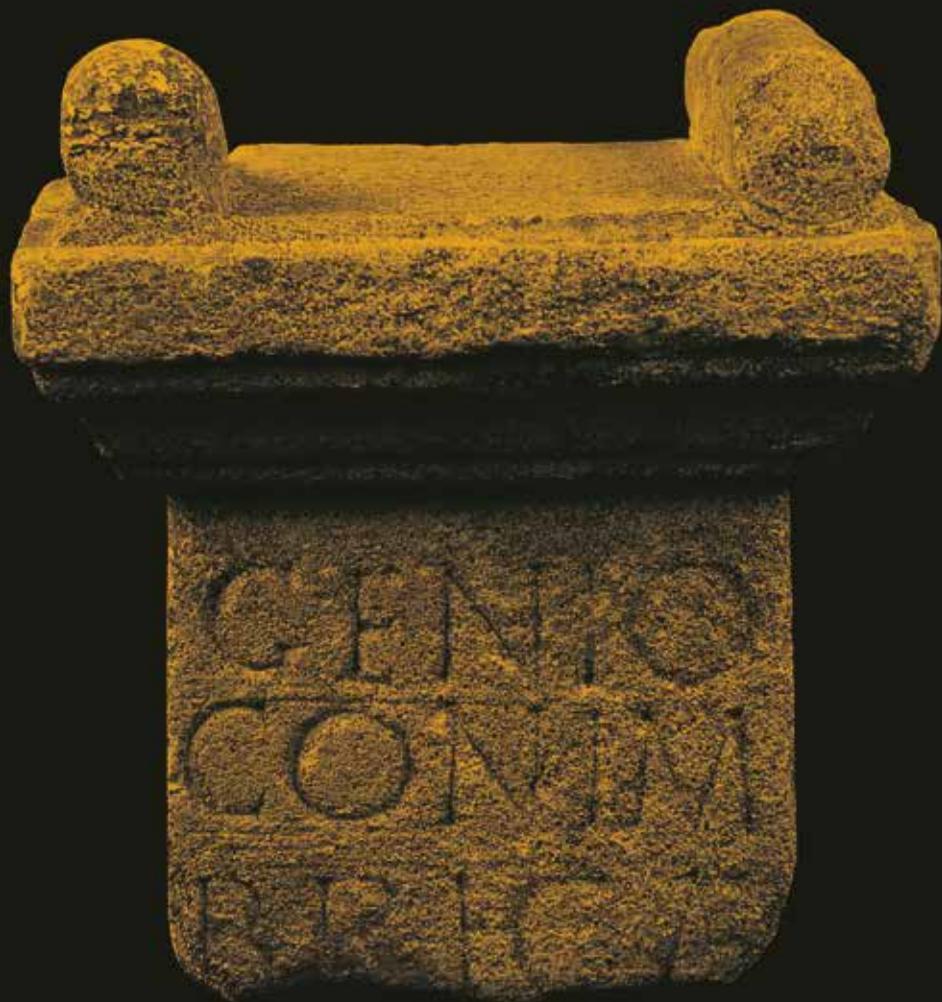




**CONIMBRIGA**  
A PAISAGEM RURAL  
NO MACIÇO DE SICÓ-ALVAIÁZERE  
*THE RURAL LANDSCAPE  
OF THE SICÓ-ALVAIÁZERE MOUNTAINS*



## CONIMBRIGA

/ Lugar incontornável e uma das imagens de marca da região, *Conimbriga* é o ponto de partida deste roteiro, uma viagem que o convida a apreciar a transição entre a paisagem urbana e o mundo rural na Época Romana, isto é, entre a cidade que integrava o grande Império Romano e as *villae* que se estendiam pelos campos nas suas imediações.

Em Condeixa-a-Nova a romanização tem uma expressão significativa, sendo incontornável a visita às **ruínas romanas de Conimbriga**, de longe a cidade romana mais conhecida em Portugal. A ocupação deste lugar remonta aos séc. XII-IX a.C., mas só ganhou verdadeiramente destaque a partir dos

/ This itinerary starts in *Conimbriga* – a site you must not miss and one of the brand images of this region. We invite you to step into the Roman world and appreciate an urban landscape that merges into the surrounding rural countryside: a Roman town and the villas scattered over the neighbouring fields, all part of the great Roman Empire. In Condeixa-a-Nova, a visit to the **Roman ruins of Conimbriga**, the most famous Roman town in Portugal, is a must. Populated since the 12th-9th centuries BC, Conimbriga only achieved prominence by the end of the 1st century BC, when it became a city, during the reign of Augustus, the first Roman emperor (27 BC-14 AD). Although excavations have only uncovered 15% of the urban area, the findings are very significant. The site's entrance is partly surrounded by the remains

◀ Inscrição à divindade protetora de Conimbriga:  
*Genius Conimbrigae* (Museu Monográfico de Conimbriga)  
Dedication to Conimbriga's protective deity:  
*Genius Conimbrigae* (Monographic Museum of Conimbriga)  
© MMC-MN/DGPC

**É incontornável uma visita às ruínas romanas de Conimbriga, de longe a cidade romana mais conhecida em Portugal.**

*It is essential to visit the Roman ruins of Conimbriga, by far the best-known Roman city in Portugal.*

finais do séc. I a.C., quando, ao tempo do primeiro imperador de Roma, Augusto (27 a.C.–14 d.C.), se tornou cidade. Embora apenas 15% da área urbana esteja escavada, é muito significativo o que já se descobriu. A chegada a *Conimbriga* é enquadrada pelos restos da primeira muralha da cidade, construída com o propósito de circundar

of the first wall, built to enclose the town, with an area of approximately 22 hectares, and between five and six thousand inhabitants. The visit should start in the **Monographic Museum of Conímbriga**, home to a remarkable collection of artefacts found during the archaeological excavations and which fully illustrate the town's everyday life in Ro-



a cidade, lugar com aproximadamente 22 hectares, onde viveriam cerca de 5.000 a 6.000 pessoas. É imperativo iniciar a descoberta deste local no **Museu Monográfico de Conimbriga**. Ele concentra um conjunto notável de artefactos encontrados nas escavações arqueológicas e que refletem as diversas facetas do quotidiano desse tempo. O enquadramento criado neste Museu permite-lhe desvendar as ruínas da cidade com conhecimento de causa. Percorra-as com disponibilidade para ver para além das estruturas físicas que os seus olhos conseguem apreciar. Visite o fórum e as principais termas públicas. Procure saber onde se encontrava o anfiteatro, ainda por escavar. Surprenda-se com as requintadas casas das famílias mais abastadas de então: as *domus* dos Repuxos e de Cantaber. Deixe o seu imaginário recriar todos estes espaços, apetrechados pela diversidade e riqueza dos artefactos que encontrou no Museu Monográfico. Antes de deixar para trás a cidade aprecie a nova muralha. Nos derradeiros anos do século III ela foi construída à pressa face à ameaça dos povos bárbaros, facto que justifica o seu posicionamento, literalmente cortando a cidade quase a meio. Embora atacada por Suevos e Visigodos, *Conimbriga* manteve

man times. Here you will find all the information needed to fully explore the ruins. Walk leisurely through the streets, and try to see beyond the physical structures. Explore the forum and the main public baths. Try to discover the site of the amphitheatre, yet to be excavated. Let yourself be amazed by the refinement of the wealthier Roman homes: the Repuxos (fountains)

a sua importância nos séculos V e VI, como sede de bispado. A visita a Condeixa-a-Nova fica incompleta se não aproveitar esta oportunidade para visitar o **PO.RO.S - Museu Portugal Romano em Sicó** e o **Castellum de Alcabideque**. O PO.RO.S é um espaço museológico único que lhe proporciona uma viagem pela epopeia da romanização no terri-

and the *Cantaber domus*. Let your imagination recreate all these spaces, once filled with the many various and intricate artefacts housed in the Museum. Before leaving the town, have a look at the new wall: it was hurriedly built in the final years of the 3rd century, to protect it from Barbarian attacks. This explains its position, almost in the middle of the town. *Conimbriga* was attacked

Museu Portugal Romano em Sicó - PO.RO.S (Condeixa-a-Nova) ▼  
Roman Portugal in Sicó Museum - PO.RO.S (Condeixa-a-Nova)  
© Município de Condeixa-a-Nova





< Villa Romana do Rabaçal (Penela) / Roman Villa of Rabaçal (Penela)  
 © Município de Penela

tório, enquadrando *Conimbriga* na região e recriando diferentes imaginários do mundo romano com recurso a novas tecnologias. Outro lugar que não deve deixar de apreciar é o *Castellum* de Alcábideque, a cerca de 3 km de *Conimbriga*. Exemplo da engenhosa construção romana, este *castellum aquae* é uma torre localizada sobre uma nascente caudalosa que captava a água que depois era transportada por um aqueduto até à cidade de *Conimbriga*.

by the Suebi and the Visigoths, but it was able to keep its status during the 5th and 6th centuries, as Episcopal seat. Two other places deserve a visit in Condeixa-a-Nova: the PO.ROS – **Museum of Roman Portugal**, in **Sicó**, and the **Castellum**, in **Alcábideque**. The PO.ROS offers a singular museum experience, inasmuch as it takes you on a journey through the saga of the Romanization of the territory, with *Conimbriga* at its centre, and uses new technologies to recreate

Deixamos agora o cenário urbano em direção ao vale do Rabaçal e às suas *villae* romanas: residências rurais de famílias abastadas, edificadas no território da *civitas conimbrigensis*. Segue-se nesta viagem a visita ao **Espaço-Museu e Villa Romana do Rabaçal** (Penela), a cerca de 12 km de *Conimbriga*. Desloque-se primeiro ao Espaço-Museu, a partir do qual o acompanharão até às ruínas desta *villa* romana. Aqui terá contacto com o mundo rural romano e com um dos melhores exemplos peninsulares de uma rica casa de campo (*uillae*), distinta pelo seu peristilo octogonal e pelo painel de mosaicos onde sobressaem as figuras das estações do ano, com os seus atributos.

Ainda no Rabaçal, aconselha-se a subida ao **Miradouro da Chanca** ou ao **Castelo do Germanelo**, onde poderá contemplar todo o vale do Rabaçal, imaginar a paisagem transformada em Época Romana e distinguir nas terras aplanadas o lugar da *villa* que visitou. Lembre-se também que por este vale corria a importante estrada romana que, vinda de *Olisipo* (Lisboa), ligava a cidade de *Seilium* (Tomar) a *Conimbriga*, cruzando hoje os concelhos de Penela, Ansião e Alvaíazere, territórios para onde seguimos viagem.

various imagined scenarios of the Roman world. The *castellum aquae* is a tower erected near a powerful source to collect water that was then carried to *Conimbriga* via the aqueduct. Situated in Alcábideque, 3 km from *Conimbriga*, it is a fine example of Roman engineering.

From this urban setting, head to the Rabaçal Valley and its Roman villas: the rural dwellings of wealthy families, built in the territory of *civitas conimbrigensis*. Continue towards the **Roman Museum and Villa of Rabaçal** (Penela), 12 km from *Conimbriga*. Once you have visited the Museum, you will be guided to the ruins of the villa – one of the best peninsular examples of a wealthy country house, with its remarkable octagonal peristyle and its mosaic panel, depicting figures representing the seasons and their attributes.

While still in Rabaçal, why not climb to the **Miradouro da Chanca** or to the **Germanelo Castle**? From there you will enjoy a view over the whole Rabaçal valley. Imagine the landscape as it was transformed by the Romans and try to locate the villa you have just visited. This valley was crossed by an important Roman road that came from *Olisipo* (Lisbon) and connected the town of



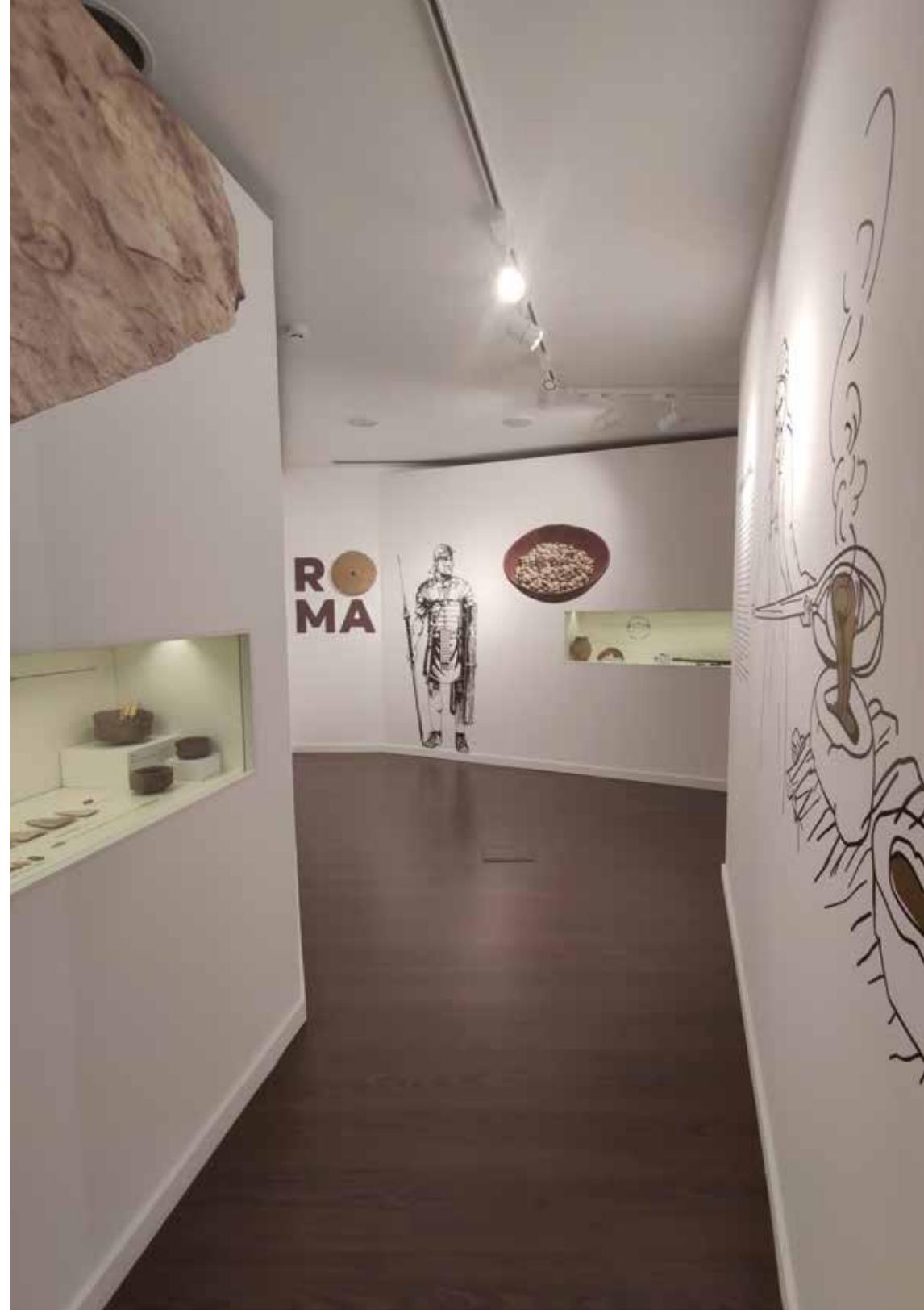
Mosaico do Complexo Monumental de Santiago da Guarda (Ansião) ▲  
Mosaic of the Monumental Complex of Santiago da Guarda (Ansião)  
© ADCMMM

Em Santiago da Guarda, percorridos 12 km, encontra um outro bom exemplo de uma *villa* romana.

O **Complexo Monumental de Santiago da Guarda** é o coração patrimonial do concelho de Ansião. Testemunhando a sucessiva ocupação do território, concentra um paço quinhentista, uma torre medieval e uma *villa* tardo-romana dos séculos IV-V com uma coleção riquíssima de mosaicos. Na senda da estrada romana, prosseguimos caminho até Alvaiázere. O **Museu Municipal de Alvaiázere** oferece uma mostra arqueológica que retrata a ocupação deste território, evidenciando a ocupação romana do concelho a partir de alguns artefactos encontrados, designadamente no sítio da Rominha. /

*Seillium* (Tomar) with *Conimbriga*, passing through the municipalities of Penela, Ansião and Alvaiázere – our next destinations.

12 km later, in Santiago da Guarda, you will find another good example of a Roman villa. The **Monumental Complex of Santiago da Guarda** is the heritage centre of the municipality of Ansião, testifying to the successive occupation of the land. It comprises a sixteenth-century palace, a medieval tower and a tardo-Roman villa from the 4th-5th century with a splendid mosaic collection. Following the course of the Roman road, you'll reach Alvaiázere. The archaeological collection of the **Municipal Museum** illustrates the Roman occupation of the region with artefacts found in the territory of the municipality, namely in the Rominha site. /





## / A PAISAGEM RURAL NO MACIÇO DE SICÓ-ALVAIÁZERE THE RURAL LANDSCAPE IN THE SICÓ-ALVAIÁZERE MASSIVE

/ Em Época Romana forma-se uma nova paisagem rural. Surgem novas formas de explorar a terra, novas ferramentas (como o arado) e equipamentos (como a azenha ou a nora) e difundem-se novas espécies cultivadas, entre as quais se destacam a oliveira e a videira. Os castanheiros também se difundem, sobretudo nas terras mais altas, por entre as penedias e as pastagens dos rebanhos. À cabeça destes campos de cultivo e de pasto, dispersas pela paisagem, observam-se as primeiras quintas – algumas, de maiores dimensões, pertença de famílias abastadas, as designadas *villae*. O mundo rural, tal como o conhecemos, começou a surgir neste tempo, por volta da mudança de era, e muitas das atuais povoações desta região encontram a sua origem neste povoamento rural romano.

O extenso vale do Rabaçal acolheu as *villae* mais emblemáticas desta região, algumas das quais ainda se encontram em fase de trabalhos arqueológicos, como a **villa romana de São Simão**, no concelho de

/ The Romans changed the rural landscape. They brought with them new farming practices, new tools (such as the plough) and equipment (such as the water mill and the noria) and introduced new species, amongst which the olive tree and the vine. Chestnuts were also cultivated, mostly in the higher lands, among the rocky hills and the pastures. Scattered through these fields, they build the first farms, the larger ones of which, belonging to wealthier families, are known as *villae*. The rural world as we know it today began in those days, around the change of era, and many of the villages and towns of this territory have their origin in Roman rural settlements.

The region's most emblematic *villae* are in the Rabaçal Valley. Some of them are still undergoing archaeological works, namely the **Roman villa of São Simão**, in the municipality of Penela, where a singular mosaic inscription requests visitors to take off their boots so as not to damage the floor of the house.

*Aconselha-se a subida ao Miradouro da Chanca ou ao Castelo do Germanelo, onde poderá contemplar todo o vale do Rabaçal.*

*It is recommended to climb to Chanca viewpoint or to Germanelo Castle, where you can contemplate the entire Rabaçal valley.*

Vale do Rabaçal (vista a partir do Miradouro da Chanca, Penela)  
Rabaçal Valley (seen from the Chanca Viewpoint, Penela)

© ADCMMM



Penela, onde uma curiosa inscrição num mosaico pede aos visitantes para não entrarem calçados com botas a fim de não danificarem o pavimento da casa.

As serras são também determinantes na paisagem desta região. A partir do Miradouro da Chanca a vista é sublime. Não só porque a partir dele pode apreciar a *villa* do Rabaçal, mas também porque ao longe poderá avistar as cumeadas de algumas serras que serviam como linhas de fronteiras entre os distritos administrativos romanos (as *civitates*), incluindo o Alto do Trevim (Lousã), um verdadeiro ponto de ancoragem na paisagem. O vale do Rabaçal, com a sua paisagem arrebatadora, esculpida pela natureza e edificada pelos homens, envolve-nos ao longo de toda esta jornada e isto justifica uma referência clara ao **Maciço de Sicó**, um dos principais maciços calcários carsificados da Orla Mesocenozóica Ocidental Portuguesa. A sua carsificação é responsável pela paisagem da serra de Sicó e de Alvaiázere, caracterizada pela magreza dos solos, pela secura da superfície calcária e pela ausência de linhas de água importantes. Há dois mil anos, nestas serras, onde

The mountains are a major feature of this landscape. The view from the Chanca Belvedere is sublime: from there you can admire the Rabaçal *villa* and beyond, as the view extends to the summit of some of the mountain ranges that formerly served as boundary lines between the Roman administrative districts (the *civitates*), namely the Alto do Trevim (Lousã), a major reference point in the landscape. The breathtaking scenery of the Rabaçal Valley, designed by nature and constructed by humans, surrounds us throughout this journey – in particular the Mountain Range of Sicó, one of the main karstic limestone massifs of the Portuguese Western Meso-Cenozoic border. Karst created the landscape of the Sicó and Alvaiázere Mountains, characterized by poor soil, dry limestone surfaces and lack of significant water lines. 2000 years ago, in these mountains where the territories of the *civitates* of *Conimbriga* and *Seilium* (Tomar) met, there were flocks of sheep grazing. For many families, the wool, milk and meat of sheep and goats were relevant as an additional source of income to the harvests. The loom weights frequently found in Roman sites testify to the



Queijo Rabaçal / Rabaçal cheese >  
© Município de Penela

# HIGHLIGHTS

os territórios das *civitates* de *Conimbriga* e de *Seilium* (Tomar) se encontravam, apascentavam-se rebanhos. A lã, o leite e a carne de ovelhas e cabras, representavam para muitas das famílias de então algo mais do que um suplemento das colheitas. Os pesos de tear achados com frequência nos sítios de Época Romana documentam a importância da prática da tecelagem. Na *villa* romana de Dordias, no concelho de Soure, foram identificados mais de cem pesos de tear, achados que hoje em dia apetrecham, a par com muitos outros, a exposição arqueológica dedicada ao Período Romano que poderá visitar no **Centro de Interpretação do Espaço Muralhado de Soure**.

Talvez se encontre também neste longínquo tempo romano a origem do célebre Queijo Rabaçal, uma iguaria de leite de ovelha e cabra, hoje produzido em todo o Maciço de Sicó (Penela, Condeixa-a-Nova, Soure, Ansião, Alvaiázere e Pombal). Neste contexto, merecem destaque os recipientes cerâmicos perfurados encontrados na *villa* romana do Rabaçal, interpretados como coadores, antecessores dos acinchos de metal. /

importance of weaving. In the Roman villa of Dordias (municipality of Soure), more than a hundred loom weights were found. They are now, with many other items, part of the Roman archaeological collection of the **Castle of Soure Interpretation Centre**.

It is even possible that the famous Rabaçal Cheese may have had its origins in Roman times. This delicacy made with sheep and goat's milk is produced in the whole region of the Sicó Mountain Range (Penela, Condeixa-a-Nova, Soure, Ansião, Alvaiázere e Pombal). It is worth noting, in this context, that some pierced ceramic containers found in the Roman villa of Rabaçal have been interpreted as cheese-moulds, the predecessors of metal strainers. /

## / Ruínas romanas e Museu Monográfico de Conimbriga (Condeixa-a-Nova)

*Conimbriga* constitui a cidade romana mais conhecida em Portugal. No circuito por esta cidade antiga pode observar as ruínas de vários edifícios, entre eles o fórum, as termas públicas (do tempo do imperador Trajano, 98-117 d.C.) e as casas requintadas de famílias abastadas (*domus*), entre elas a dos Repuxos, onde apreciará o mosaico com uma cena de caça única, com javalis, veados e lebres.

/ GPS: 40.099270, -8.492081

## / PO.RO.S - Museu Portugal Romano em Sicó (Condeixa-a-Nova)

Evidenciando o diálogo profundo entre *Conimbriga* e a região envolvente, o PO.RO.S convida-o a uma autêntica viagem pelo mundo romano, recriando no seu imaginário os principais temas do quotidiano deste grande Império da antiguidade, desde a arquitetura ao urbanismo, desde a escrita à religião, desde o comércio à vida privada, desde as artes bélicas aos banhos públicos. Fá-lo a partir de um discurso didático e um ambiente altamente interativo, com recurso a equipamentos multimédia, maquetes, réplicas e reconstituições ilustradas.

/ GPS: 40.111647, -8.491335

## / Castellum aquae de Alcabideque (Condeixa-a-Nova)

Após a fundação de *Conimbriga*, os Romanos contruíram um aqueduto com cerca de 3 km para dotar a cidade com água. Fizeram-no a partir de Alcabideque. No centro da aldeia, conservam-se as ruínas desta construção singular datável do séc. I, uma torre de captação e elevação de água que abastecia *Conimbriga* através de um canal que corria quase sempre rente ao chão. Troços desse aqueduto podem ser observados nos campos, entre Alcabideque e Condeixa-a-Velha.

/ GPS: 40.106740, -8.465176

## / Roman Ruins and Monographic Museum of Conimbriga (Condeixa-a-Nova)

*Conimbriga* is the best-known Roman town in Portugal. During your tour of this ancient town, you will see the ruins of several buildings, namely the forum, the public baths (dating from Trajan's reign, AD 98-117) and the refined houses of the wealthier families (*domus*), such as the Casa dos Repuxos, with its mosaics depicting a singular hunting scene of wild boars, deer and hares.

/ GPS: 40.099270, -8.492081

## / PO.RO.S - Museum of Roman Portugal, Sicó (Condeixa-a-Nova)

The PO.RO.S illustrates the close connection between *Conimbriga* and its surrounding country: it invites you on a journey through the Roman world, recreating and reimagining the main aspects of everyday life in this great ancient empire, from architecture to urbanism, but also writing and religion, trade and private life, war and public baths. With a didactic approach and a highly interactive environment, it uses multimedia tools, scale models, and illustrated replicas and reconstructions.

/ GPS: 40.111647, -8.491335

## / Castellum aquae of Alcabideque (Condeixa-a-Nova)

When *Conimbriga* was founded, the Romans built a 3 km-long aqueduct to carry water from Alcabideque to the town. This village still houses the ruins of this remarkable construction dating from the 1st century: a water catchment and elevation tower that supplied *Conimbriga*'s water through a channel that ran close to the ground for most of its course. Sections of the aqueduct can still be seen in the fields between Alcabideque and Condeixa-a-Velha.

/ GPS: 40.106740, -8.465176

### / Espaço-Museu e Villa Romana do Rabaçal (Penela)

A villa romana do Rabaçal é uma das quintas rurais abastadas mais conhecidas e escavadas desta região.

Destaca-se pelo seu plano arquitetónico original, em especial pelo seu peristilo de plano octogonal, pelos mosaicos que as salas principais ostentam, sobressaindo aqueles que representam as quatro estações do ano, e ainda pelas suas termas. No Espaço-Museu poderá encontrar os principais objetos descobertos durante as escavações arqueológicas desta villa.

/ GPS: 40.030388, -8.454739

### / Complexo Monumental de Santiago da Guarda (Ansião)

Monumento nacional desde 1978, o projeto de musealização do Complexo decifra o monumento de forma interativa. Único exemplar da arquitetura manuelina do concelho, o Complexo assenta sobre as ruínas de uma villa romana, dos séculos IV e V. Na parte residencial da villa destacam-se os pavimentos em mosaicos policromáticos, merecendo destaque o painel de grandes dimensões exposto em parede na área de acolhimento e os diferentes achados arqueológicos exibidos ao longo da exposição, entre eles um pote meleiro.

/ GPS: 39.948066, -8.480403

### / Museu Municipal de Alvaiázere

Assumindo um papel capital na preservação e divulgação da identidade alvaiazerense, o Museu Municipal apresenta na sua exposição de arqueologia um conjunto de peças que permitem ilustrar a história da ocupação romana neste concelho, em especial do sítio arqueológico da Rominha, mesmo junto à atual vila de Alvaiázere e que poderá estar na sua origem.

Este território de Alvaiázere integraria já a civitas com capital em *Seilium* (Tomar).

/ GPS: 39.822207, 8.377278

### / Roman Museum and Villa of Rabaçal (Penela)

The Roman villa of Rabaçal is one of the best known and most thoroughly excavated wealthy country estates of this region. It stands out by its original architectonic layout, especially the octagonal plan of the peristyle, the mosaics that decorate its main rooms, particularly those that illustrate the four seasons, and its baths. The objects you will see on display at the museum were found during the archaeological excavations of the villa.

/ GPS: 40.030388, -8.454739

### / Monumental Complex of Santiago da Guarda (Ansião)

The musealization project of the Complex – listed as national monument since 1978 – opted for an interactive display of the monument. A unique example of Manueline architecture in the municipality stands on the ruins of a Roman villa from the 4th-5th centuries. Apart from the polychromatic mosaic floors shown on the residential section of the villa, a large wall panel, in the foyer, deserves special mention, as well as the diverse archaeological findings on show, namely the honey pot.

/ GPS: 39.948066, -8.480403

### / Municipal Museum, Alvaiázere

In accordance with the Municipal Museum's fundamental role in the preservation and dissemination of the identity of Alvaiázere, its archaeological section includes a collection of pieces illustrating the history of the Roman occupation of this municipality, in particular those found at the archaeological site of Rominha, which is very near the present-day small town of Alvaiázere and may have been at its very origin. The territory of Alvaiázere is thought to have included the *civitas* that had *Seilium* (Tomar) as its capital.

/ GPS: 39.822207, 8.377278

### / Centro Interpretativo do Espaço Muralhado de Soure

Este Centro foi a concretização de um trabalho que tem vindo a ser desenvolvido desde os anos 80 do século XX, altura em que as obras do largo do castelo colocaram a descoberto vestígios arqueológicos surpreendentes. Ocupando a antiga Casa da Flávia, este espaço foi desenhado enquanto solução de preservação *in situ* dos vestígios arqueológicos identificados (designadamente da necrópole medieval), funcionando atualmente como montra arqueológica, incluindo da Época Romana, que aqui merece destaque.

/ GPS: 40.057010, -8.625794

### / Castle of Soure Interpretation Centre

This Centre is the outcome of the work developed since the 1980s, when works on the castle square uncovered some remarkable archaeological remains. It occupies the space of the former popular restaurant known as Casa da Flávia (Flavia's House), and was specifically designed for the preservation *in situ* of the identified archaeological remains (namely those coming from the medieval necropolis). Nowadays it serves as showcase for this local archaeological collection, which includes a Roman section.

/ GPS: 40.057010, -8.625794

# PARA APROVEITAR EM FAMÍLIA / PLANNING A FAMILY TRIP



/ O Maciço de Sicó apresenta solos secos e áridos, sobressaindo na paisagem a vinha e a oliveira, espécie símbolo de resistência e longevidade, com exemplares milenares. Este Maciço justifica que a viagem seja realizada com tempo, para que possa apreciar a envolvente e beneficiar da quantidade e diversidade de propostas na natureza que aqui encontra. O **Canhão Fluvicársico do Rio dos Mouros** (Condeixa-a-Nova), no limite sul de Conimbriga, configura um ótimo caminho pedestre de entrada no Vale do Rabaçal. Num vale encaixado, com ver-

/ The vine and the olive tree – the second, a symbol of endurance and longevity, of which there are millenary specimens – predominate in the dry and arid soils of the Sicó Mountain Range. Take your time, in this journey, to fully appreciate what nature has to offer here. The **Fluvial Karst Canyon of Rio de Mouros** (Condeixa-a-Nova), at the southern limit of *Conimbriga*, offers a fine walking trail to start your visit of the Rabaçal Valley. In this enclosed valley, with its 50m-high steep slopes, you will be impressed by the large number of pit caves and caves, by the wa-

tentes de 50 m de desnível, é sobretudo impressionante pela quantidade de algares e grutas que atravessa, pela sua cascata e por acompanhar o leito do rio, ora inteiramente seco no verão, ora torrencial nos invernos rigorosos. Outro fenómeno geológico profundamente diferenciador de Sicó são as **“Buracas do Casmilo”** (Condeixa-a-Nova), abrigos rochosos com diâmetro e profundidade impressionantes e que configuram um percurso pedestre imperdível, pela sua riqueza geológica e botânica, mas sobretudo para todos os amantes do montanhismo, espeleologia e escalada. Estas atividades são também apreciadas no imponente percurso do **Canhão do Vale dos Poios** (Pombal), avassalador pelas vertentes

terfall, and by the fact that the path follows the course of the river, dried up in the summer and with a torrential flow, in harsh winters. The **“Buracas do Casmilo”** (Condeixa-a-Nova) is another highly distinctive geological event of Sicó. With their geological and botanical value, these rocky shelters of an impressive diameter and depth offer another opportunity for a not-to-be-missed hiking trail, but most of all for trekking, mountain climbing and caving enthusiasts. These activities are also possible in the imposing **Vale dos Poios Canyon** (Pombal), with its overwhelming slopes. For speleology enthusiasts, the **CISED** (Interpretation Centre of the Speleological System of Dueça, in Penela) offers several experiences, amongst which

< Buracas do Casmilo  
(Condeixa-a-Nova)  
© Município de Condeixa-a-Nova  
-----  
Mancha de  
Carvalho Cerquinho  
(Alvaiázere) >  
© ADCMMM

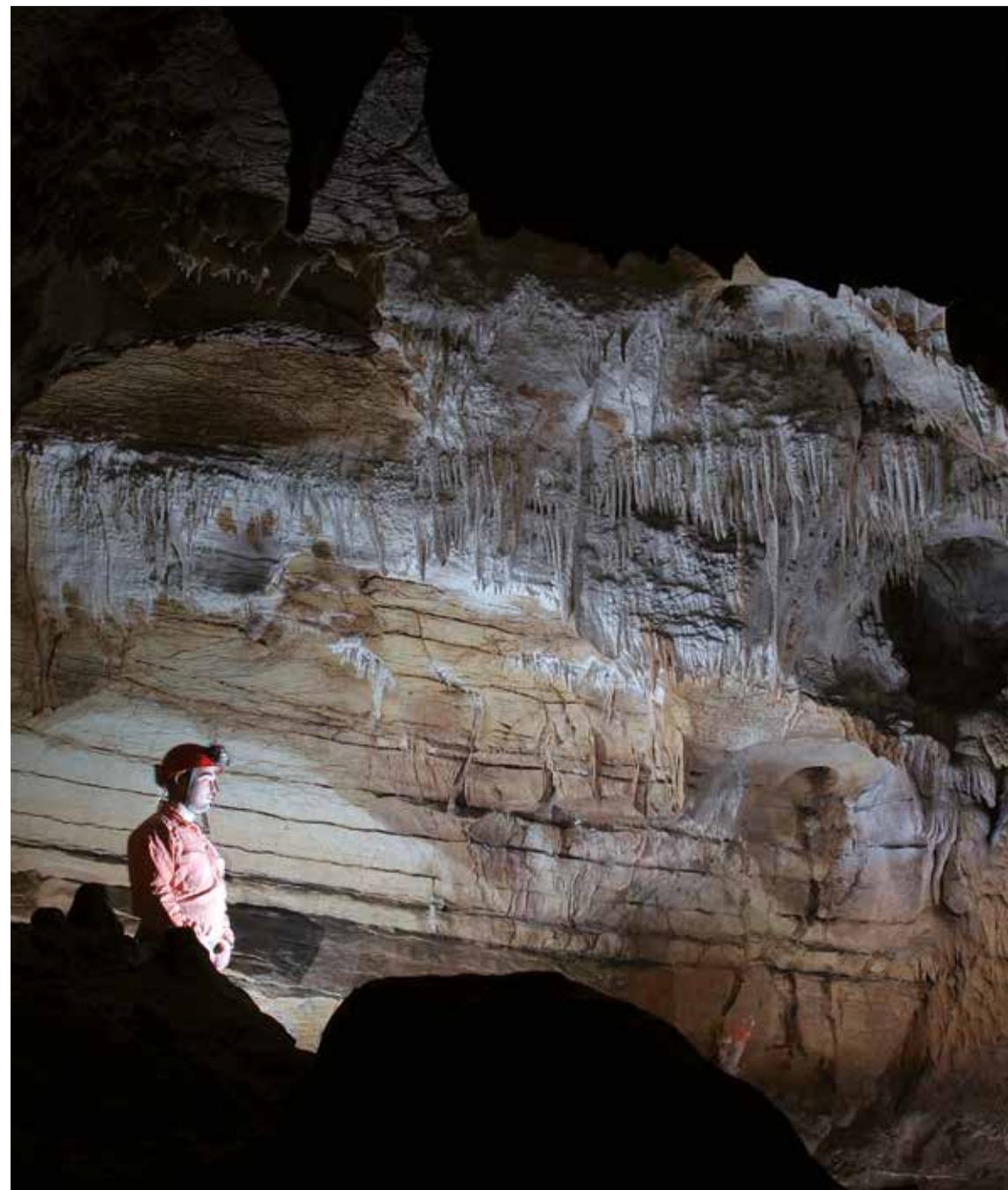


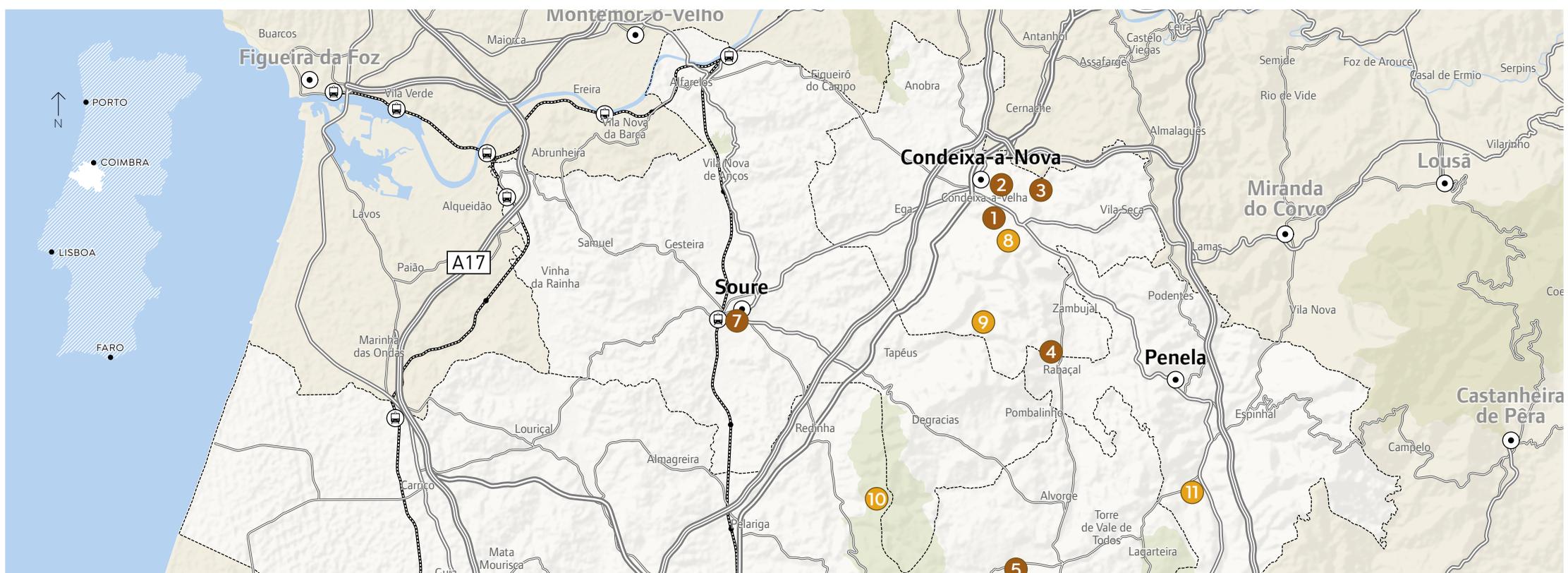


escarpadas que lhe conferem grande imponência. Para os apaixonados da espeleologia, o **CISED** (Centro de Interpretação do Sistema Espeleológico do Dueça, em Penela) propõe diferentes experiências, com destaque para a visita à gruta do Soprador do Carvalho, a mais extensa do Maciço. Este território integra flora diversificada, com árvores autóctones como o carvalho cerquinho, a azinheira ou o sobreiro. O **Parque Ecológico de Algarinho, Gramatinha e Ariques** (Penela, Ansião e Alvaiázere) concentra a maior mancha de carvalho cerquinho da Península Ibérica. Nesta mancha encontra mais de oitocentas espécies vegetais e animais, entre as quais vários endemismos, como as orquídeas selvagens que tornam a paisagem deste Maciço única. Este roteiro é também muito propício a degustações à mesa. Para além do queijo Rabaçal é imperativo mencionarmos neste território o **azeite de Sicó**, parte integrante dos pratos mais característicos desta região, como o cabrito assado no forno, confeccionado em Condeixa-a-Nova, Penela e Soure, ou os pratos à base do chicharo, tão característicos de Ansião e de Alvaiázere. O azeite é também rei em muitas receitas da doçaria regional, desde os biscoitos do Louriçal (Pombal) ou de Soure às escarpadas de Condeixa-a-Nova, desde as lesmas doces de Ansião ao pão de canela de Penela... /

▲ Biscoitos de Azeite (Pombal e Soure)  
Olive oil biscuits (Pombal / Soure)  
© ADCMMM

the visit to the cave of the Soprador do Carvalho, the largest one in the mountain range. The area has a diverse flora, including native species such as the Portuguese oak, holm oak and cork oak. The **Ecological Park of Algarinho, Gramatinha and Ariques** (Penela, Ansião and Alvaiázere) houses the largest patch of Portuguese oak of the Iberian Peninsula. There are over 800 vegetal and animal species, amongst which several endemic species, such as the wild orchids that make this landscape so unique. Table pleasures are not to be left out of this itinerary. Like Rabaçal cheese, the **olive oil of Sicó** is a must. It is an essential element of the typical dishes of this region, such as the roast kid of Condeixa-a-Nova, Penela and Soure, or the dishes based on "chicharo" (grass pea), typical of Ansião and Alvaiázere. The olive oil is also used in regional confectionery, from the Louriçal crackers and Soure biscuits (Pombal) to the "escarpadas" of Condeixa-a-Nova, from the "lesmas doces" of Ansião to the cinnamon bread of Penela... /

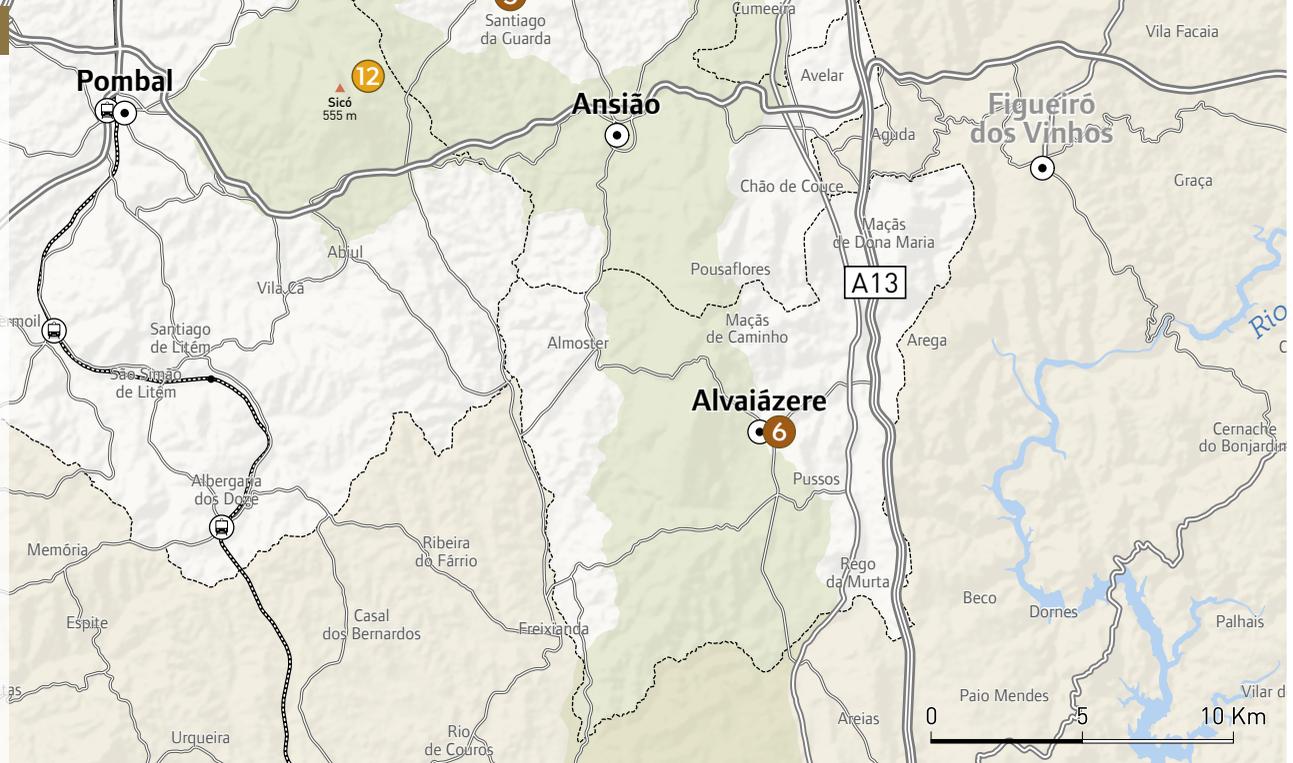




PONTOS DE INTERESSE / POINTS OF INTEREST

- 1 – Ruínas romanas e Museu Monográfico de Conimbriga (Condeixa-a-Nova) / Roman Ruins and Monographic Museum of Conimbriga
- 2 – P.O.R.O.S - Museu Portugal Romano em Sísó (Condeixa-a-Nova) / P.O.R.O.S - Museum of Roman Portugal, Sísó
- 3 – Castellum aquae de Alcibideque (Condeixa-a-Nova) / Castellum aquae of Alcibideque
- 4 – Espaço-Museu e Villa Romana do Rabaçal (Penela) / Roman Museum and Villa of Rabaçal (Penela)
- 5 – Complexo Monumental de Santiago da Guarda (Ansião) / Monumental Complex of Santiago da Guarda
- 6 – Museu Municipal de Alvaiázere / Municipal Museum, Alvaiázere
- 7 – Centro Interpretativo do Espaço Muralhado de Soure / Castle of Soure Interpretation Centre
- 8 – Canhão Fluviocárstico do Rio dos Mouros (Condeixa-a-Nova) / Fluvial Karst Canyon of Rio de Mouros
- 9 – “Buracas do Casnilo” (Condeixa-a-Nova)
- 10 – Canhão do Vale dos Poios (Pombal) / Vale dos Poios Canyon
- 11 – CISED (Centro de Interpretação do Sistema Espeleológico do Dueça, Penela) / CISED (Interpretation Centre of the Speleological System of Dueça, Penela)
- 12 – Parque Ecológico de Algarinho, Gramatinha e Ariques (Penela, Ansião e Alvaiázere) / Ecological Park of Algarinho, Gramatinha and Ariques (Penela, Ansião and Alvaiázere)

- Locais a visitar / Places to visit
- Para aproveitar em família / Planning a family trip



---

/ A elaboração deste roteiro partiu da obra **“De Roma a Portugal, do Império ao Reino | Uma viagem de 1500 anos pela região de Coimbra”**, pelo que a sua leitura é aconselhada antes de partir em viagem.

Pela diversidade patrimonial existente neste roteiro e pela sua irregular distribuição no território, sugere-se que o roteiro seja apreendido de forma integral antes de partir. Ou seja, para racionalizar os km que percorre é importante ter noção do todo antes de iniciar a sua descoberta.

Esta proposta é suficientemente enriquecedora para justificar uma estada de duas noites neste território, um fim-de-semana prolongado que deve ser planeado para beneficiar da pluralidade de ofertas de alojamento disponíveis na região.

/ This guide is based on the book **“From Rome to Portugal, from Empire to Kingdom | A 1500-year journey through the region of Coimbra”**. Its reading is therefore advised prior to your journey

Considering the range and variety of heritage sites covered, as well as their irregular distribution throughout the region, we recommend the reading of this itinerary before you start, mapping out your route in advance, in order to fully enjoy your visit.

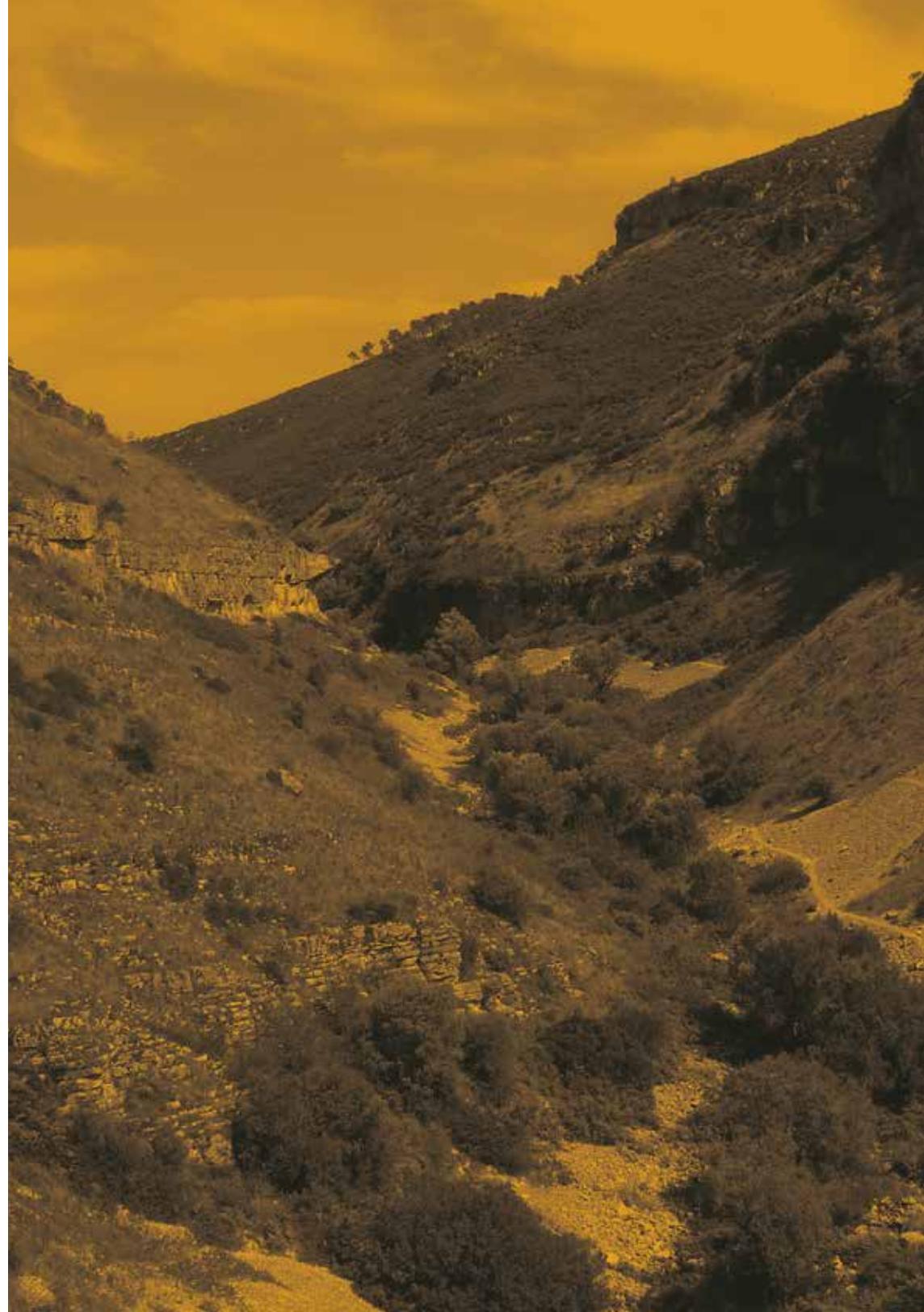
The visit outlined here is worth a two-night stay or an extended weekend in the region. Good advance planning will guarantee a better enjoyment of the diversity of accommodation on offer in the region.

---

Promotores / Promoters:



CASTELOS E MURALHAS DO  
**MONDEGO**





Cofinanciado por / Cofinanced by:

**CENTRO** **20**/**20**

**PORTUGAL**  
**2020**



**UNIÃO EUROPEIA**  
Fundo Europeu  
de Desenvolvimento Regional