



## PERCURSO PEDESTRE DO CASTRO DE S. LOURENÇO

pedra sob a mesma mamoa. Por ser um dos locais de maior interesse, deverá permanecer mais tempo no castro de S. Lourenço. Uma vez aí, poderá visitar as ruínas milenares e imaginar, através dos núcleos reconstruídos, o dia-a-dia das populações castrejas. Mas, se o seu interesse é paisagístico, junto à capela dedicada ao mártir S. Lourenço poderá desfrutar da beleza cénica da orla atlântica e de quase todo o litoral do concelho de Esposende, com especial atenção ao Parque Natural do Litoral Norte e à foz do rio Cávado.

Uma vez no lugar da Abelheira, poderá alongar um pouco mais a visita e contemplar os moinhos de vento e os engenhos d'água que outrora laboraram a moer o milho.

Quanto às muitas lendas que povoam o imaginário popular, poderá não conseguir ver as "mouras encantadas" que se escondem nas mamoas mas, se tiver sorte, encontrará numa grande laje de granito (penedo da Pata do Cavalo) as marcas das ferraduras do cavalo que carregava a N. Sr.ª e o Menino quando estes fugiam dos romanos para o Egipto, ou ainda a "Fonte da Virtude", que o livrará das "maleitas" do pesado fardo do tempo com a água da eterna juventude. Quiçá, não será mesmo esse, o segredo desta caminhada?



## PERCURSO PEDESTRE DO CASTRO DE S. LOURENÇO

Este percurso tem início no castro de S. Lourenço e segue para a descoberta de outros monumentos milenares, marcas da presença do homem em outros tempos anteriores aos castros, que se encontram localizados no planalto de Vila Chã. Não só será a valência monumental, como motivo para esta caminhada, pois há muito mais que apreciar, em termos paisagísticos, naturais e etnográficos.

Seguindo em qualquer direcção, este percurso sinalizado nos dois sentidos irá permitir a passagem por diferentes paisagens que se encontram ao redor da freguesia de Vila Chã. Por entre as matas e florestas de pinheiro-bravo, giestas e urzes, campos agrícolas e vinhedos, e também pela arriba fóssil, há que apreciar a diversidade da fauna, onde coexistem a raposa, o gato-bravo e o javali, o gaio, a águia redonda, a lebre e o esquilo, que fazem o deleite de quem percorre os seus quase 10km. O segredo será fazer este trilho no tempo que a sua observação e a sorte o ditarem.

Pontualmente a arqueologia irá presenteá-lo com alguns dos mais emblemáticos exemplares de monumentos funerários, tais como os dólmenes da Portelagem, do Rapido e o da Cruzinha, sendo este último um dos mais raros e interessantes, por possuir duas estruturas em



Câmara Municipal de Esposende  
253 960 100  
www.cm-esposende.pt  
Portal de Turismo  
www.visitesposende.com

Loja de Turismo de Esposende TPNP  
253 961 354  
www.portoenorte.pt

Linha de Apoio ao Turista  
808 781 212  
Parque Natural do Litoral Norte  
253 965 830

Gabinete Municipal de Protecção Civil  
961 317 339

Bombeiros Voluntários de Esposende  
253 969 110

Hospital de Esposende  
253 969 480

Hospital de Fão  
253 989 300

Guarda Nacional Republicana (GNR)  
253 961 233

Linha de Protecção à Floresta  
117

SOS  
112

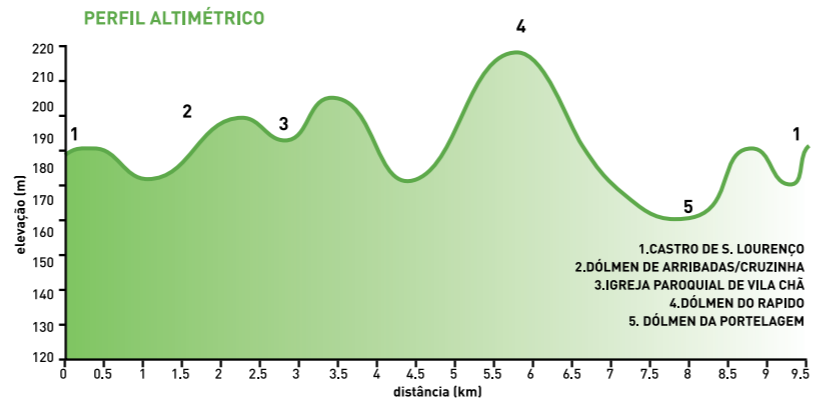
Centro de Informação Antivenenos (CIAV)  
808 250 143

Táxis  
253 964 455

# contactos



mais informações  
e download  
do audioguia:  
[goo.gl/dqIfU](http://goo.gl/dqIfU)



Não saia do percurso marcado e sinalizado.  
Preste atenção às marcações.

Evite fazer ruídos e barulhos desnecessários.  
Respeite a propriedade privada.

Feche portões e cancelas.  
Não incomode os animais.

Não recolha plantas, animais ou rochas.  
Não faça fogo.

Evite andar sozinho.  
Guarde o máximo de cuidado nos dias de nevoeiro.

Para sua segurança solicite um guia.  
Não abandone o lixo, leve-o até ao respectivo local de recolha.

SINALÉTICA

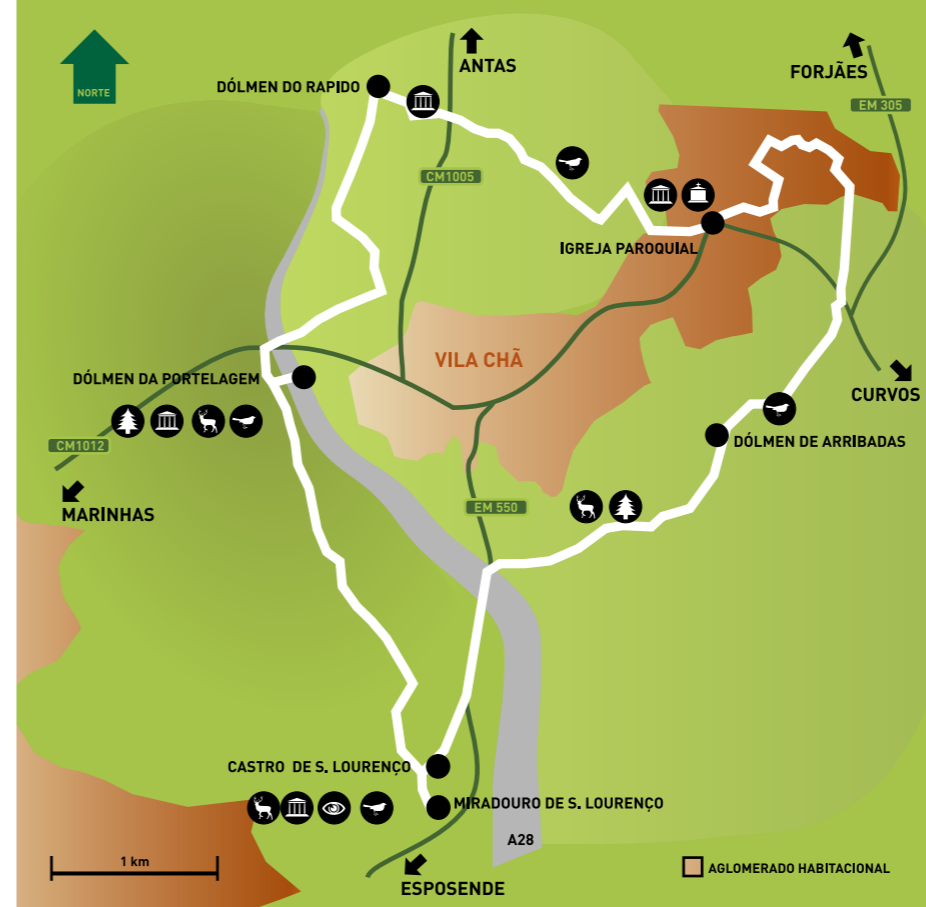
CAMINHO CERTO

CAMINHO ERRADO

MUDANÇA DE DIRECÇÃO

PARA A DIREITA

PARA A ESQUERDA



## Legenda

- observação de animais
- observação de aves
- observação de flora
- património religioso
- património arqueológico
- miradouro

## Ficha Técnica

**Nome do Percurso:** Castro de S. Lourenço  
**Entidade Promotora:** Câmara Municipal de Esposende  
**Localização do Percurso:** Planalto de Vila Chã - Esposende  
**Tipo de Percurso:** Pequena Rota, circular  
**Âmbito do Percurso:** Histórico, Paisagístico e natural  
**Ponto de Partida:** Castro de S. Lourenço  
**Ponto de Chegada:** Castro de S. Lourenço  
**Distância Percorrida:** 9.50 km  
**Duração do Percurso:** 4h00  
**Grau de Dificuldade:** Fácil  
**Cota Mínima Atingida:** 159 metros (Estrada da Abelheira)  
**Cota Máxima Atingida:** 222 metros (Aldeia de Cima)  
**Pontos de interesse:** Castro de S. Lourenço, Capela e Miradouro de S. Lourenço, Dólmén da Cruzinha/Arribadas, Igreja Paroquial de Vila Chã, Dólmén do Rapido e Dólmén da Portelagem.  
**Época Aconselhada:** todo o ano.  
**Material necessário/recomendado:** calçado adaptado ao tipo de terreno, roupa adequada para caminhar e às condições climáticas, chapéu, óculos de sol e protector solar apropriado.

