



PERCURSO PEDESTRE

## TRILHO DAS CANGOSTAS

A riqueza patrimonial é bastante diversificada e encontra-se espalhada por todo o caminho, dando diversos motivos para que se façam agradáveis paragens para apreciar e compreender, admirar e levar algumas fotografias para casa, para partilhar e para mais tarde recordar.

Contam-se diversos locais de interesse, entre os quais destacamos a Pontelha D'Amaro, e o belo solar da Quinta de Filipe, com a bela imagem em granito de Nossa Senhora da Cabeça, datada do princípio do século passado. Ao atravessarmos a mata da Peneirada poderemos apreciar o passeio por entre este verde bosque e deixarmo-nos embalar pela brisa e pelos cheiros bem característicos deste tipo de local. Não deixe, porém, de usar outros sentidos; ouvir o chilrear dos muitos pássaros e do barulho do vento nas copas das árvores, como som de fundo que o acompanhará por quase todo o caminho até à Quinta de Belinho. Aproveite que está junto à milenar aldeia, da Cidade de Belinho, que sepulta as ruínas de uma típica aldeia castreja, para apreciar uma boa merenda, antes de iniciar o regresso.

Poderá ainda aproveitar a viagem e ir até ao menir de Antas, situado numa pequena colina sobranceira à Igreja de Antas, para apreciar este tipo de monumento, humilde vestígio das primeiras ocupações humanas por estas paragens.

1ª edição - 2016



WWW.VISITESPOSENDE.COM

ESPOSENDE



PERCURSO PEDESTRE

## TRILHO DAS CANGOSTAS



PR  
3  
EPS

RIO NEIVA

ESPOSENDE  
câmara municipal



Cangosta é uma palavra muito utilizada no arcaísmo bracarense, quer dizer caminho pedestre estreito com trajeto irregular em terra batida ou não, na região periférica de uma povoação, entre muros e sebes mal edificadas, agarradas pelo revestimento de ervas daninhas e plantas agrestes.

O Trilho das Cangostas, na freguesia de Antas, concelho de Esposende é um percurso pedestre denominado de pequena Rota (PR), que se finda no mesmo local de início cuja marcação e sinalização obedece às normas internacionais. Poderá ser feito por famílias, num belo passeio de apenas 12km, com um misto de paisagem e património. Pretende-se relembrar neste trilho, a palavra "Cangosta", aplicada a caminhos que percorremos neste passeio pela freguesia de S. Paio de Antas. O nosso percurso tem início na parte mais alta da freguesia e irá desenrolar-se até bem junto das margens do rio Neiva, atravessando duas zonas de matas.

Este pequeno percurso consegue ter um pouco de todas as mais-valias que se pode ter e desejar!

Câmara Municipal de Esposende  
253 960 100  
www.cm-esposende.pt

Freguesia de Antas (S.Paio)  
253 872 160

Portal de Turismo  
www.visitesposende.com

Centro de Informação Turística de Esposende  
253 961 354  
www.portoenorte.pt

Gabinete Municipal de Proteção Civil  
961 317 339

Bombeiros Voluntários de Esposende  
253 969 110

Hospital de Esposende  
253 969 480

Guarda Nacional Republicana (GNR)  
253 989 110

Linha de Proteção à Floresta  
117

SOS Emergências  
112

Centro de Informação Antivenenos (CIAV)  
808 250 143

Táxis  
253 982 073 | 253 964 455

# contactos



mais informações  
e download do track:  
<http://goo.gl/22qxxo>

Visite o Portal de Turismo  
([www.visitesposende.com](http://www.visitesposende.com)) e  
acompanhe-nos no nosso App  
(Esposende Turismo) disponível  
para Android e IOS



## SINALÉTICA

- ponto de partida e chegada
- caminho errado
- caminho certo
- virar à esquerda
- virar à direita

## LEGENDA

- observação de fauna
- observação de aves
- observação da flora
- património religioso
- património edificado/arqueológico



## Ficha Técnica

Nome do Percurso: Trilho das Cagostas  
Entidade Promotora: Município de Esposende  
Localização do Percorso: concelho de Esposende; freguesia de Antas, S. Paio  
Tipo de Percorso: Pequena Rota (PR) e circular e fechada  
Âmbito do Percorso: histórico, paisagístico e Cultural  
Ponto de Partida/Chegada: Barque das merendas de Azevedo, no lugar de Azevedo  
Distância Percorrida: 11.70km  
Duração do Percorso: 4h30  
**Grau de Dificuldade:** Médio/Baixo  
Cota mínima atingida: 9m (Peneirada)  
Cota máxima atingida: 222m (Bouça de Vila Nova - Caixa de Água)  
Pontos de Interesse: Menhir de Antas, Igreja Paroquial de S. Paio de Antas, cruzeiro da Igreja, Inscrição Medieval da Igreja de Antas, Mamoa de Agra de Antas, Quinta de Filipe, Paul das Feiticeiras, Fonte da Barragueira, Calçada da Oliveira, pé de cruzeiro da Capela de N.ª Sr.ª da Agra, Capela de N.ª Sr.ª dos Remédios, Quinta de Belinho, cruzeiro e capela de N.ª Sr.ª do Rosário, Alminhas da Quinta de Belinho e Suvidade de Belinho.  
Época Aconselhada: todo o ano (dependente das condições meteorológicas).  
**Cartografia:** Carta Militar de Portugal - Instituto Geográfico do Exército, escala de 1:25 000, nº 54.  
Material necessário/recomendado: patilhas/botas de montanha e roupa adequada a caminhar no campo/natureza e às condições atmosféricas do dia.

## Recomendações

Não saia do percurso marcado e sinalizado.  
Evite fazer ruído e barulhos desnecessários.  
Respeite a propriedade privada.  
Não incomode os animais.  
Não recolha plantas, animais ou rochas.  
Não faça fogo.  
Evite andar sozinho.  
Não abandone o lixo, leve-o até ao respetivo local de recolha.

