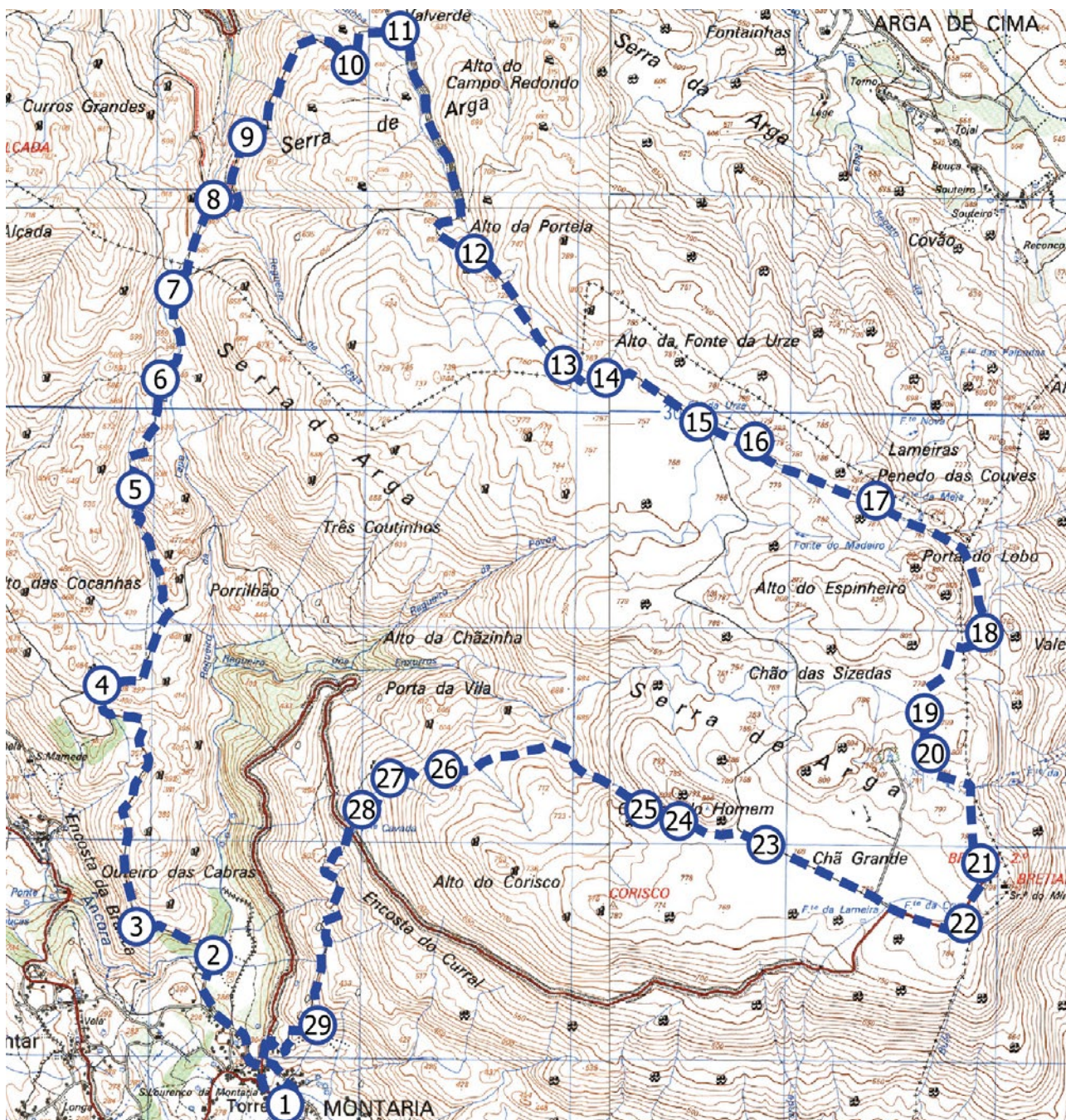


---

## Trilho da Montanha Sagrada





■ Trilho da Montanha Sagrada

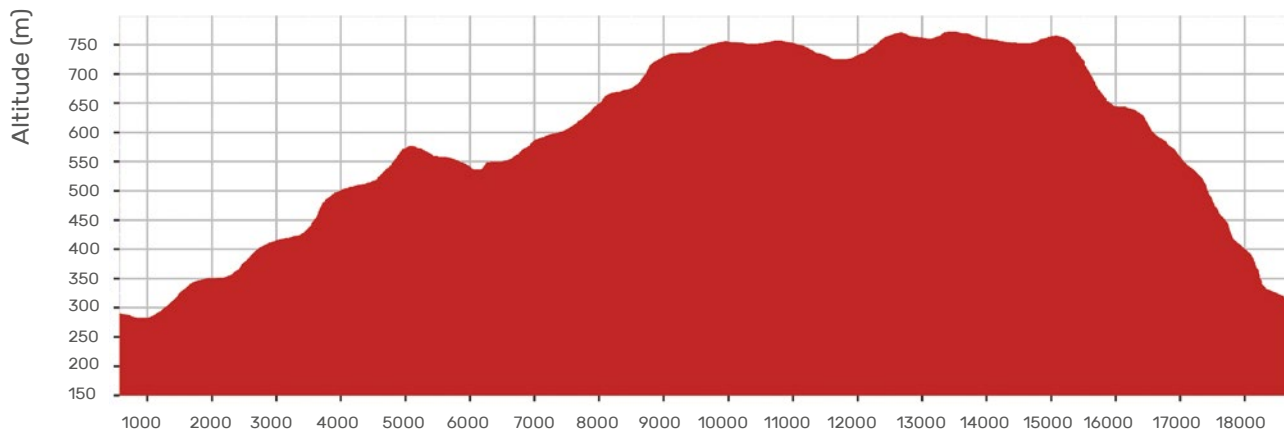
0 300 600m



#### Pontos de interesse

- |  |   |
|--|---|
| 1 Igreja e Cruzeiro Paroquiais de São Lourenço da Montaria<br>Fauna ripícola | 16 Fonte da Urze  |
| 2 Socalcos de Trás-Âncora  | 17 Penedo das Couves  |
| 3 A chã e a encosta granítica  | 18 Aves de rapina   |
| 4 Vale apertado entre paredes de granito                                     | 19 Caos de blocos e cogumelos de abrasão eólica;<br>Chão das Sizedas                          |
| 5 Linha de água com marmitas de gigante; Caminho com<br>macela e tormentelo  | 20 Planura granítica ligeiramente saliente  |
| 6 Vale do Regueiro da Lapa; Multiformas graníticas                           | 21 Chã Grande; Santuário de Nossa Senhora da<br>Conceição do Minho;                           |
| 7 Crista granítica multiforme, do tipo tor;                                  | 22 Pequena plantação de bétulas com<br>narcisos-trombeta; Avifauna de montanha                |
| 8 Salamandra-lusitânica  | 23 Charcos temporários de reprodução de anfíbios  |
| 9 Vale do Regueiro da Figa   | 24 Matos com cervunais; Habitat de répteis  |
| 10 Prado-juncal; Aves de matos e zonas rochosas                              | 25 Vista panorâmica entre o Alto do Corisco e o<br>Outeiro do Homem; Turfeira com insetívoras |
| 11 Modelado granítico com vale em forma de V e<br>zona de nascentes          | 26 Vale do Rio Âncora   |
| 12 Vale do Ribeiro do Corguinha  | 27 Casa Florestal   |
| 12 Pseudoestratificação granítica  | 28 Biótopos higroturfosos pioneiros e duas espécies<br>de insetívoras.                        |
| 13 Chã de São João   | 29 Vista para a Montaria  |
| 14 Pastagem da Chã de São João com arnica<br>e Carex durieui                 |   |

Nome do percurso: Trilho da Montanha Sagrada  
Tipo de trilho: Circular  
Extensão: 18.719 m  
Grau de dificuldade: Difícil  
Tempo de duração: 7 h  
Início e fim: Montaria (41°47'28.17"N, 8°43'43.22"W)



Perfil altimétrico da Montanha Sagrada

Distância (m)

O Trilho da Montanha Sagrada desenvolve-se, essencialmente, pelas encostas e topos da Serra d'Arga. No início do percurso avistam-se o vale do Rio Âncora e os largos socacos suportados por muros de pedra de Trás-Âncora, os pomares e os olivais, as ramadas e as frondosas matas que tudo rodeiam.

Nos altos da serra encontram-se as mais vastas chãs, escassamente arborizadas e onde frequentemente se avistam manadas de garranos a pastar; a de São João e a Grande, entre as quais se eleva o Alto do Espinheiro, o ponto mais alto da serra, culminando a 825 metros de altitude. Da primeira brotam de duas fontes – da Urze e do Madeiro – as águas que formarão a jusante o Rio Âncora; da segunda obtém-se um vasto panorama sobre o vale do Rio Lima e a sua planície aluvionar.

A maior parte do percurso atravessa áreas de planalto, linhas de cume e topos de encosta, por entre uma extensa paisagem granítica digna de contemplação. Esta aparente monotonia visual é contrabalançada pela observação de inúmeras formas rochosas, vigorosos vales, linhas de água em zonas de falha e veigas em planalto.

Apesar de predominar o granito, em encostas voltadas a oeste, observam-se quartzodiorito, com tonalidade bem mais clara que as demais rochas. Localmente, também se observam litologias geologicamente recentes, na forma de depósitos de vertente. Nas áreas contíguas ao trilho, merece referência o património histórico-mineiro, particularmente no vale do Regueiro da Lapa (bacia hidrográfica do rio Âncora) onde existem indícios de antigas explorações minerais de estanho e de ouro.

Na litologia granítica do início do percurso dominam os matos secos de tojo-arnal (*Ulex europaeus*) e os prados secos com gramíneas típicas de solos pobres. Debaixo dos grandes blocos graníticos que pontuam ao longo do trilho, desenvolvem-se plantas que aproveitam a sombra providenciada pelas pedras. Depois da subida chega-se às chãs, que possuem um solo ácido com bastante matéria orgânica e onde ocorrem diversos tipos de habitat típicos de solos mais húmidos. Na descida para São Lourenço da Montaria ocorre uma turfeira, a única em bom estado na Serra d'Arga, e onde crescem pequenos arbustos de *Erica tetralix*, centenas de orvalhinhas (*Drosera rotundifolia* e *Drosera intermedia*) e *Carex durieui*, uma planta endémica muito ameaçada pelo desaparecimento do seu habitat.



Vista sobre a chã do Penedo das Couves

A grande diversidade de fauna vai desde espécies dos meios aquáticos como a truta (*Salmo trutta*), a lontra (*Lutra lutra*), o melro-de-água (*Cinclus cinclus*), o lagarto-de-água (*Lacerta schreiberi*) ou a salamandra-lusitânica (*Chioglossa lusitanica*), até um conjunto diversificado de aves associadas aos ambientes de montanha como o falcão-peregrino (*Falco peregrinus*), a águia-cobreira (*Circaetus gallicus*), o tartaranhão-caçador (*Circus pygargus*), o cuco-rabilongo (*Clamator glandarius*) ou o torcicolo (*Jynx torquilla*). Na montanha, destacam-se ainda os anfíbios associados a charcos temporários, como o sapo-corredor (*Epidalea calamita*), répteis como a cobra-de-pernas-tridáctila (*Chalcides striatus*), e os mamíferos como o lobo (*Canis lupus*) e o garrano (*Equus caballus celticus*).

Quanto ao património, destaca-se a Igreja Paroquial da Montaria e a Capela de Nossa Senhora da Conceição, bem como os cruzeiros Paroquial e de Nossa Senhora do Carmo. Após o Vale do Regueiro da Fiska é possível aceder, saindo do trilho, ao Mosteiro de São João d'Arga. Na Chã Grande, o destaque é para o pequeno nicho que encerra, no seu interior, a imagem tosca da Senhora do Minho.

Após a descida do Outeiro do Homem é possível aceder às ruínas da antiga casa do guarda-florestal. De arquitetura rústica e implantada num local estratégico, esta habitação possuía divisões amplas e uma cozinha composta por uma grande lareira com chaminé e, mais afastados, o armazém, a casa do forno e os currais da criação. No final do percurso encontram-se, nas proximidades do lavadouro público da Montaria, os Moinhos do Lavadouro, três construções toscas, de pedra solta, de meados do século XVIII.