



### COMO CHEGAR / HOW TO ARRIVE

**Vindo do Porto:** Na A4, saia em direção a Marco de Canaveses (nº 14), siga pela variante à EN211 e continue pela EN321-1 em direção a Baiaão. Ao Km 5.2 saia na indicação de Centro Hípico de Baiaão/Centro de BTT.

**Vindo de Amarante:** Na EN 101, ao Km 151,5, corte à direita em direção a Baiaão. Ao chegar ao centro da Vila circule pela EN 321-1 e siga a indicação de Centro Hípico de Baiaão/Centro de BTT.

**Coming from Porto:** In the A4 motorway, exit towards Marco de Canaveses (No. 14), take the expressway to the EN211 and continue along EN321-1 towards Baiaão. In the km 5.2, exit at the Baiaão Equestrian Center/MTB Center indication.

**Coming from Amarante:** In the EN 101, at km 151.5, cut right towards Baiaão. Upon arriving to the town center, circulate through the EN 321-1 and follow the Baiaão Equestrian Center/MTB Center indication.

GPS: N: 41° 27.750' W: -7° 99.477'



A Câmara Municipal de Baiaão não se responsabiliza por quaisquer acidentes ocorridos durante a realização dos percursos.  
The Baiaão Municipality takes no liability for accidents that might occur while riding the trails



**123km**  
Trilhos Sinalizados  
Signed Trails



**CENTRO DE BTT**  
MOUNTAIN BIKE CENTRE

**CENTRO HÍPICO DE BAIÃO**  
BAIÃO EQUESTRIAN CENTRE

**BAIÃO**



[www.baixotamega.pt](http://www.baixotamega.pt)  
[www.cm-baiao.pt](http://www.cm-baiao.pt)



**4**

Percursos | Trails

Estação de Serviço para Bicicletas  
Bike Station

**4**

Níveis | Levels

Centro BTT Homologado pela UVP/FPC  
[www.centrosdebtb.pt](http://www.centrosdebtb.pt)

**REGRAS DE CONDUZA NOS TRILHOS**  
**RULES OF THE TRAIL**

- Circule apenas em trilhos
- Não deixe vestígios da sua passagem
- Tenha controlo sobre a sua bicicleta
- Ceda sempre a prioridade
- Nunca assuste os animais
- Planeie antecipadamente o seu percurso
- Tenha atenção à possibilidade de cruzamento com veículos motorizados em caminhos públicos
- Respeite a sinalização específica dos trilhos por razões ambientais
- Respeite o ambiental or maintenance signage

**CONTACTOS ÚTEIS**  
**USEFUL CONTACTS**

**Emergência**  
**Emergency**

**112**

**GNR - Guarda Nacional Republicana**  
Baiaão | Local Police  
☎ 255 540 000

**Bombeiros Voluntários de Baiaão**  
Fire Brigade (Baiaão)  
☎ 255 541 231

**Informação Anti-Venenos**  
Anti Poisoning Information Centre  
☎ 808 250 143

**ONDE DORMIR / PLACES TO SLEEP**

**Informação completa em:**  
Complete information at:  
<http://goo.gl/mjMv1p>

**Posto de Turismo | Tourist Office:**  
☎ 255 540 562

**Posto de Turismo | Tourist Office:**  
☎ 255 540 562

**ONDE COMER / PLACES TO EAT**

**Informação completa em:**  
Complete information at:  
<http://goo.gl/yKtb9k>

**Posto de Turismo | Tourist Office:**  
☎ 255 540 562

**SINALIZAÇÃO DOS PERCursos**  
**TRAIL SIGNAGE**

**NÍVEIS DE DIFICULDADE**  
**GRADES EXPLAINED**

**FÁCIL:** Piso rolante, rijo ou asfaltado e largos. Praticamente plano (declives inferiores a 10%, com média inferior a 5%, sem obstáculos).  
Easy: Rolling, hard packed or asphalt and wide paths. Relatively flat (grade < 10%, with average < 5%, without obstacles).

**MODERADO:** Com pequenos obstáculos (altura < 0,2m) e poucos passagens técnicas e carreiros (declives inferiores a 15%, com média inferior a 10%, piso firme ou estevel).  
Moderate: With small obstacles (height < 0.2m) and few technical and single track sections (grade < 15%, with average < 10%, hard packed surface).

**DIFÍCIL:** Com diversos obstáculos, drops (altura < 0,5m), passagens técnicas e subidas desafiantes (declives máximos > 15% com média interior a 15%, piso com muitas variações). Precisa de bom controlo de técnicas BTT e bicicletas de qualidade.  
Difficult: With several obstacles, drops (height < 0.5m), technical sections and challenging climbs (max. grade > 15%, wide range of surface types). Needs good off-road riding skills & fitness and good mountain bikes.

**MUITO DIFÍCIL:** Bastante técnico com obstáculos grandes e grandes subidas (declives máximos > 20%, piso imprevisível). 50% para praticantes com bastante experiência e elevada preparação, com bicicletas de qualidade.  
Very difficult: A lot technical with large & unavoidable features (height > 0.5m) and big climbs (max. grade > 20%, unpredictable trail surface). Only for expert and fit mountain bikers with quality off-road mountain bikes.

**14**

Percorso circular com início e fim no centro de BTT. Segue em direção à Vila de Baiaão, passando o Campo de Jogos de Baiaão. Corta à esquerda para o caminho de terra batida em direção ao lugar de Outorça, de onde sobe até ao planalto da Serra do Castelo em direção a Gestação e a Teixeira, atravessando depois a Aldeia de Várzea, subindo à Capela da Senhora do Socorro em Teixeira. Cruza o Marão pela encosta virada a Sul, seguindo depois em direção a Loivos do Monte pela EN321, cortando para o lado da Aboboreira, até ao seu planalto. Percorso de difícil execução e aconselha-se uma boa preparação técnica e física para a sua realização. Possui ligação ao percurso preto do Centro de BTT de Amarante.

Circular route that begins and ends at the MTB Center. It starts off towards the left through a dirt road toward Outorça from where it proceeds to the left through a dirt road toward Outorça from where it crosses the Marão Gestação and Teixeira (village) to climb to the Capela da Senhora do Socorro (chapel). From here it crosses the Marão through the south slope and then goes toward Loivos do Monte through the dirt road of Aboboreira until its plateau. It's a very difficult trail and good technical preparation is recommended to complete it. It has a connection to the Amarante MTB Center black route.

**13**

Percorso circular com início e fim no Centro de BTT. Segue em direção à Vila de Baiaão, passando o Campo de Jogos de Baiaão. Corta à esquerda para o caminho de terra batida em direção ao lugar de Outorça, de onde sobe até ao planalto da Serra do Castelo em direção a Cha de Arcas. Desce à Aldeia de Loivos do Monte, cruzando a EN321 e seguindo depois pelo lado da Aboboreira, até ao seu planalto. Percorso de difícil execução.

Circular route that begins and ends at the MTB Center. This trail leaves from the MTB Center going toward Baiaão, passing next to the Campo de Jogos de Baiaão (stadium). Turn left into a dirt road in the direction of Outorça from where it climbs to the plateau of Serra do Castelo (mountain-tans) until Cha de Arcas. Going down to Loivos do Monte it will cross the road EN321 following the dirt road of Aboboreira. This is a difficult route that demands a good preparation.

**12**

Percorso circular com início e fim no Centro de BTT. Segue em direção a nordeste, pelo estradado da Meia Encosta, subindo depois em direção à Capela da Sra. da Guia, atravessando o planalto da Serra da Aboboreira, pontuado por vários monumentos megalíticos. Acessível a todos os praticantes da modalidade.

Circular route that begins and ends at the MTB Center. This route runs north-eastward, by the dirt road of Meia Encosta, then it climbs toward the Capela da Sra. da Guia (chapel), crossing the plateau of Serra da Aboboreira (mountains) passing by a number of megalithic monuments. Accessible to all practitioners of this kind of sport.

**11**

Percorso linear com início e fim no Centro de BTT. Passa em Almoftrela e vai até à Aldeia da Aboboreira, ponto de onde se regressa pelo mesmo caminho. Acessível a todos os praticantes da modalidade. Este percurso possui uma secção em comum com o percurso preto do Centro de BTT de Marco de Canaveses.

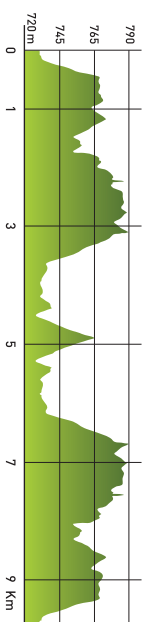
Linear route that begins and ends at the MTB Center. It passes by Almoftrela and goes to the Aldeia da Aboboreira (village) where it turns back along the same trail. Accessible to all practitioners of this kind of sport. This trail shares a section with the Marco de Canaveses MTB Center black route.

**PERCursos / TRAILS**

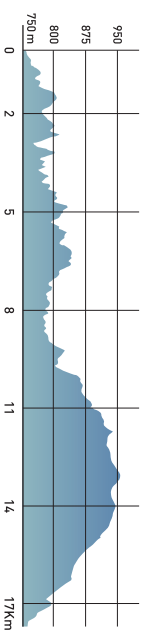


## ALTIMETRIA / ALTIMETRY

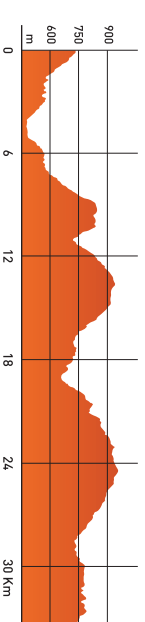
**11** DISTÂNCIA | DISTANCE: 9,74 km / 6,05 mi  
ACUMULADO SUBIDA | POSITIVE CLIMBING: 190 m / 623 ft  
TEMPO | TIME: 1:00 → 1:30



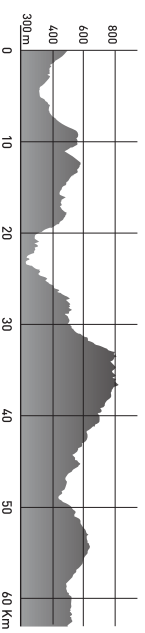
**12** DISTÂNCIA | DISTANCE: 17,44 km / 10,85 mi  
ACUMULADO SUBIDA | POSITIVE CLIMBING: 598 m / 1961 ft  
TEMPO | TIME: 1:30 → 2:00



**13** DISTÂNCIA | DISTANCE: 32,86 km / 20,42 mi  
ACUMULADO SUBIDA | POSITIVE CLIMBING: 1170 m / 3839 ft  
TEMPO | TIME: 3:00 → 4:00



**14** DISTÂNCIA | DISTANCE: 41,74 km / 26,00 mi  
ACUMULADO SUBIDA | POSITIVE CLIMBING: 2778 m / 9114 ft  
TEMPO | TIME: 5:00 → 6:00



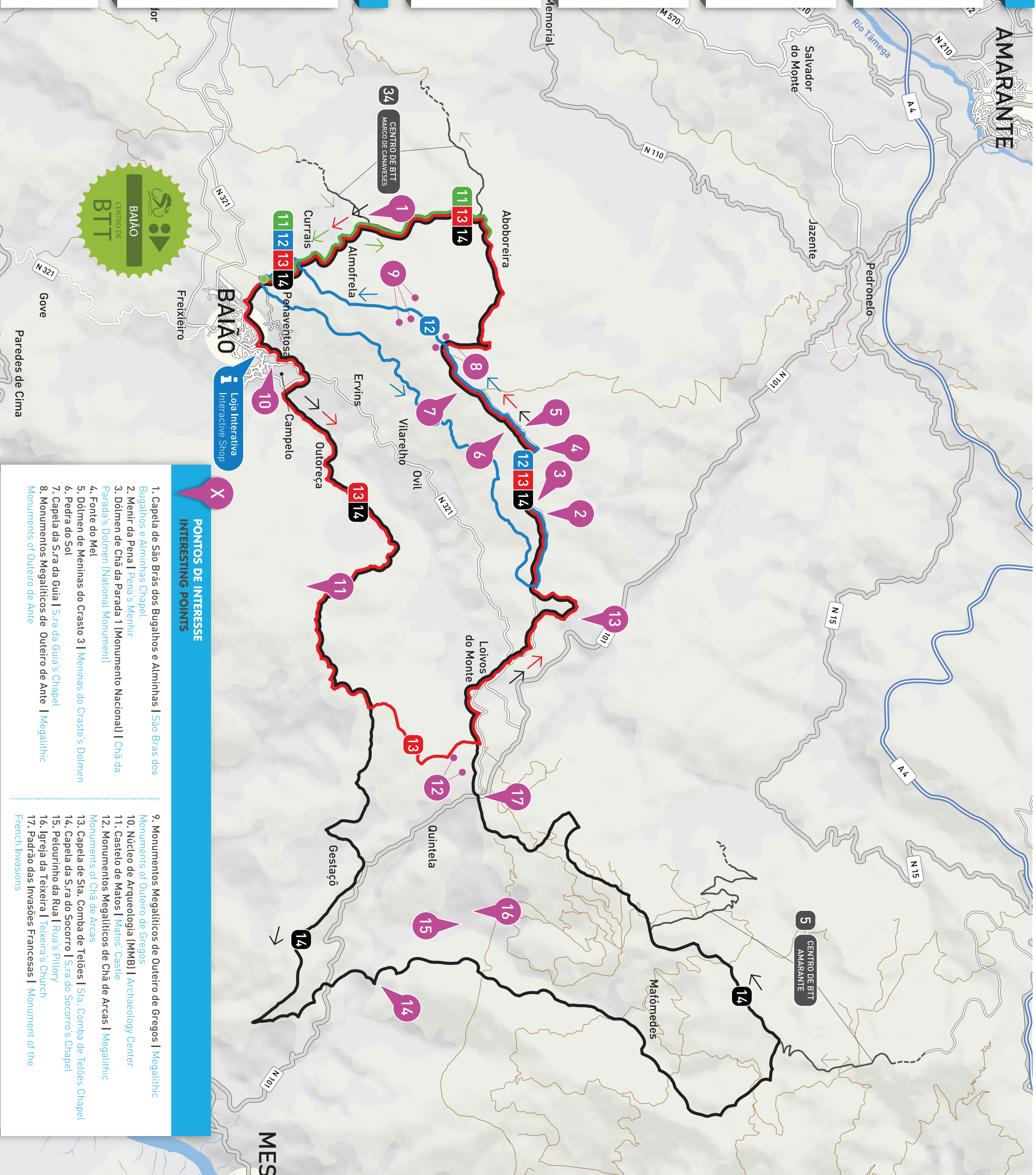
## LEGENDA / LEGEND

- ESTRADA PRINCIPAL  
MAIN ROAD
- ESTRADA SECUNDARIA  
SECONDARY ROAD
- ESTRADA DE TERRA  
UNPAVED ROAD
- CURSO DE AGUA  
WATER LINE



Coordenação Técnica: **A92**  
CONSULTING

Design: [www.polidesignstudio.com](http://www.polidesignstudio.com) | Infografia: [www.estudionomada.com](http://www.estudionomada.com)



## PONTOS DE INTERESSE INTERESTING POINTS

1. Capela de São Brás dos Bugalhos e Alminhas | São Bras dos Bugalhos e Alminhas Chapel
2. Menir da Penal | Pena's Menhir
3. Dólmen de Chã da Parada 1 (Monumento Nacional) | Chã da Parada's Dolmen (National Monument)
4. Fonte do Mel
5. Dólmen de Meninas do Crasto 3 | Meninas do Crasto's Dolmen
6. Pedra do Sol
7. Capela da S.ra da Guia | S.ra da Guia's Chapel
8. Monumentos Megalíticos de Outeiro de Ante | Megalithic Monuments of Outeiro de Ante
9. Monumentos Megalíticos de Outeiro de Gregos | Megalithic Monuments of Outeiro de Gregos
10. Núcleo de Arqueologia (MMA) | Archaeology Center
11. Castelo de Matos | Matos' Castle
12. Monumentos Megalíticos de Chã de Arcas | Megalithic Monuments of Chã de Arcas
13. Capela de Sta. Comba de Telões | Sta. Comba de Telões Chapel
14. Capela da S.ra do Socorro | S.ra do Socorro's Chapel
15. Pelourinho da Rua | Rua's Pillory
16. Igreja da Teixeira | Teixeira's Church
17. Padrão das Invasões Francesas | Monument of the French Invasions