

Acordar numa aldeia intemporal e eternamente rudimentar. Acordar numa cultura longínqua e impenetrável. Acordar no improvável. Aqui, em Cinfães, pode escapar do mundo. Escolha uma das aldeias tradicionais e apaixone-se pelo equilíbrio da experiência que vai marcar a viagem. Escape pelas histórias que cada espaço museológico oferece e descubra as raízes que motivaram a evolução de um povo, de uma sociedade e de toda uma região.

Wake up in a timeless village. Wake up in the unlikely. Here, in Cinfães, you can be far from the whole world. Choose one of the traditional villages and fall in love with the balance of experiences that will distinguish your trip. Escape through every museum history, and discover the origins of a people, a society, and of an entire region.



ESCAPAR [evade]

Museu Serpa Pinto
Museu Escola
Museu Etnográfico de Nespereira

Aldeia de Vale de Papa
Aldeia de Bustelo da Lage
Aldeia de Boassas

'Escapar do mundo'

Crie, invente, construa e sugira...e inspire-se sempre numa satisfação verdadeiramente natural. Do monte de S. Pedro e Gralheira, epicentro da variedade natural e geológica da brilhante serra de Montemuro, até ao vale da Bestança e vale do Paiva, ex-libris da biodiversidade regional e onde correm selvagens rios com o mesmo nome. Em Cinfães, pode inspirar-se em todo o extenso e multivariado património natural que subsiste em cada e todos os recantos.

Create, imagine, make it up or suggest ... but be inspired by a truly natural satisfaction. From S. Pedro mount and Gralheira, the tops of the natural and geological variety in Montemuro, till Bestança and Paiva valleys, the ex-libris to the iberian biodiversity. In Cinfães, you can be inspired in the highly natural heritage, still remaining in every quarter of land.



INSPIRAR [inspire]

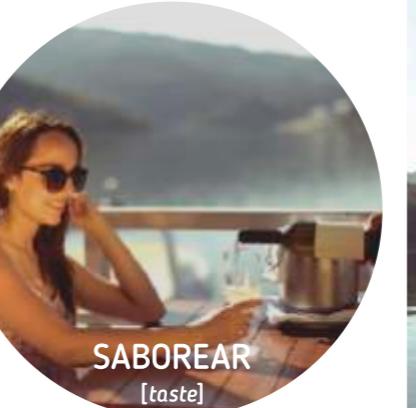
'Espaços para
sentir a natureza'

Vale do Bestança® | Vale do Paiva
Parque de Sampaio e Mourilheira
Parque N. Senhora de Lurdes
Parque do Ladário
Monte de S. Pedro
Monte da Gralheira

Cinfães é terra de valores históricos e mantém, ainda, o rigor gastronómico das culturas milenares que, ainda hoje transportam alguns dos melhores sabores da região. Deve saborear a carne arouquesa (posta/aba), os doces de manteiga (matulos) e as compotas. E pode fazê-lo em qualquer dos restaurantes, ou nos eventos de mostra e promoção.

Em qualquer dos exemplos, deve acompanhar com o fresco vinho verde e, finalizar com um aromado licor.

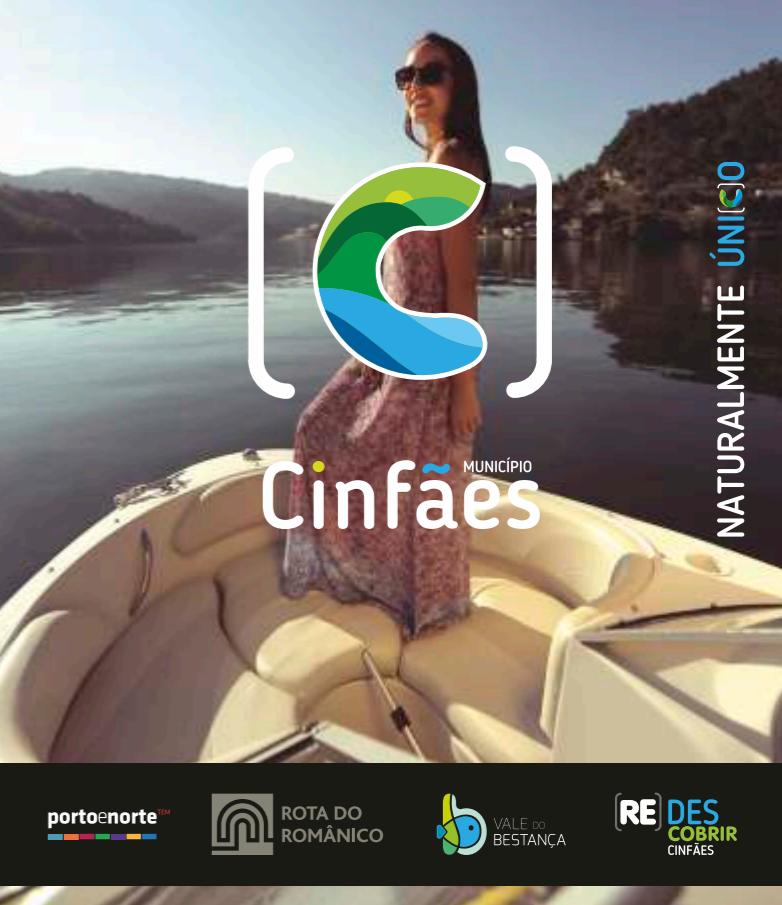
Cinfães is land with values, where the ancient culture and gastronomy still remain, and brought us the best flavours. You can't lose the opportunity to taste Arouquesa steak (cow) and the traditional butter cookies or "matulos" and the compotes. You can do it in any of the restaurants nearby, or in the annual tasting events. Furthermore, you must ask for the greatest 'vinho verde' (wine), and finish every meal with an aromatic liquor.



SABOREAR [taste]

'Uma região de sabores
e doces tentações'

Carne Arouquesa
Doces de Manteiga (matulos)
Compotas
Vinho Verde



Cinfães

REDES
COBRIR
CINFÃES

Um destino temático, uma visão contagiente, e um conjunto de espetáculos e animações que o vão fazer perceber a experiência da viagem de uma outra forma. Em Cinfães, pode ver as marchas de S. João em junho, as mostras de artesanato em julho, e toda a mística das manifestações da cultura popular em agosto. E pode ainda assistir aos melhores espetáculos de música e teatro durante o ano todo, no Auditório Municipal.

Have an exciting sight of the shows and animations that will transform your journey. In Cinfães, you can experience the S. João celebrations in June, the traditional exhibitions and markets in July, and the whole popular events during August. And you can also enjoy the best music and theater performances all year round at the Auditorium.



VER [see]

'Dança, Música,
Teatro, Eventos...'

Auditório Municipal de Cinfães
Academia d'Artes
Douro Green Fest®

Aldeia do Pai Natal
São João - Festas do Concelho
ExpoMontemuro®

Seja por motivações religiosas, espirituosas, mentais ou físicas, Cinfães oferece um conjunto de possibilidades que vão contribuir para o melhor estado em cada um dos conceitos de meditação. E pode escolher vários monumentos religiosos, repletos de história e compromisso nas manifestações da fé, desde os longínquos tempos das ordens medievais; ou escolher pequenas ermidas com magníficos contos e lendas espirituais.

Whether for religious, spiritual, mental or physical motivations, Cinfães has a range of possibilities which will bring you the best state of mind. And you can choose from several monuments from medieval to any other small hermitages, all of them fulfilled with magnificent tales and spiritual legends.



MEDITAR [contemplate]

'Descubra lugares
de equilíbrio...'

Santuário do Monte de S. Pedro
Igreja de Cinfães
Igreja de Ferreiros de Tendais
Santuário Sr. dos Enfermos
Capela de Cádiz
Parque de N. Sra. de Lurdes



VIVER [live]

Viver com qualidade, com paixão, com entusiasmo, com adrenalina... Ou viver tudo numa aventura. Em Cinfães, pode viver experiências que vão desde as viagens de barco no Douro, caminhadas e passeios pelos percursos pedestres do Vale do Bestança ('PR'), incursões pelos imensos trilhos do centro BTT do Montemuro, atividades de exploração e conquista das escarpas do rio Cabrum, ou as mais excitantes experiências de rafting pelo rio Paiva.

Living with quality, passion, enthusiasm, adrenaline ... Live all of it in an adventure. Here, you can live exciting experiences from boat trips in Douro river, to hiking and walking tours in Bestança Valley ('PR'). Or bike excursions through the trails in Montemuro, or any other radical adventures such as canyoning and rafting in Cabrum and Paiva rivers.

'Experiências
[naturalmente] únicas...'

Porto Antigo/Escamarão (Douro)
Centro BTT (Montemuro)
Percursos Pedestres (Bestança)
Centro de Rafting (Paiva)
rio Ardena
rio Cabrum

Encontrar a arte megalítica, celta ou romana. Ou o estilo Românico. Das intervenções milenares nos pontos mais altos do monte de S. Pedro, até às civilizações romanizadas nas encostas dos vales, em Cinfães pode encontrar os mais importantes marcos da evolução civilizacional. E no Românico pode ainda descobrir, admirar, experimentar e compreender um dos estilos de maior influência no património regional dos tempos modernos.

Go and find megalithic, Celtic or Roman art. Or the Romanesque style. There are megalithic remains in S. Pedro mount, and Romanized civilizations on the slope of the valleys. Here, you can find the most important milestones of Human evolution. And in Romanesque one, you either can discover and admire, or try to understand one of the major styles in modern times.



ENCONTRAR [find]

'Viagens na história
e no tempo'

Mosteiro de Tarouquela;
Igreja de S. Cristóvão
Igreja de Escamarão;
Portas de Montemuro
Monte das Coroas;
Núcleo arqueológico de S. Pedro

ALOJAMENTO: [accommodation]

HOTÉIS

PORTO ANTIGO DOURO HOTEL | OLIV. DO DOURO
www.dourohotelportoantigo.com | +351 255 560 150
ARS DURIUM | OLIV. DO DOURO | +351 938 636 246

TURISMO DE HABITAÇÃO

CASA DA VENTOZELA | CINFÃES | +351 255 562 342
CASA DO MONTEMURO | CINFÃES | +351 916 374 379
CASA ALTAMIRA | ESPADANEDO | +351 255 620 020
QUINTA DA CALÇADA | OLIV. DO DOURO | +351 255 563 210

TURISMO RURAL

CERRADO DOS OUTEIRINHOS | CINFÃES | +351 255 561 574
QUINTA DA COSTEIRA | CINFÃES | +351 255 562 292
CASA DO MOLEIRO | FERREIROS | +351 919 355 590
CASA DE REBOLE | OLIV. DO DOURO | +351 916 374 379
QUINTA DA VINHA VELHA | OLIV. DO DOURO | +351 919 047 670
CASA DO LÓIAO | OLIV. DO DOURO | +351 255 561 337
DOURO GREEN | SOUSELO | +351 932 773 412
CASA DE CAMPO DE ENXIDRO | TENDAIS | +351 962 926 336

RESTAURAÇÃO: [restaurants]

CABAZ DO SABOR

CABAZ DO SABOR | CINFÃES
Urb. S. Sebastião, 2 | +351 255 561 019
(41.074123°N; -8.096472°W)

KIBOM

KIBOM | CINFÃES
Rua Major Monteiro Leite, 52 | +351 255 561 710
(41.075478°N; -8.096115°W)

O MEU GATINHO

O MEU GATINHO | CINFÃES
Rua Capitão Salgueiro Maia, s/n | +351 255 563 930
(41.073981°N; -8.087614°W)

PENEDO DE STA. BÁRBARA

PENEDO DE STA. BÁRBARA | CINFÃES
Rua de Sta. Bárbara, s/n | +351 255 563 988
(41.072059°N; -8.086272°W)

RABELO

RABELO | CINFÃES
Rua Capitão Salgueiro Maia, s/n | +351 918 432 650
(41.074069°N; -8.087869°W)

VARANDA DE CINFÃES

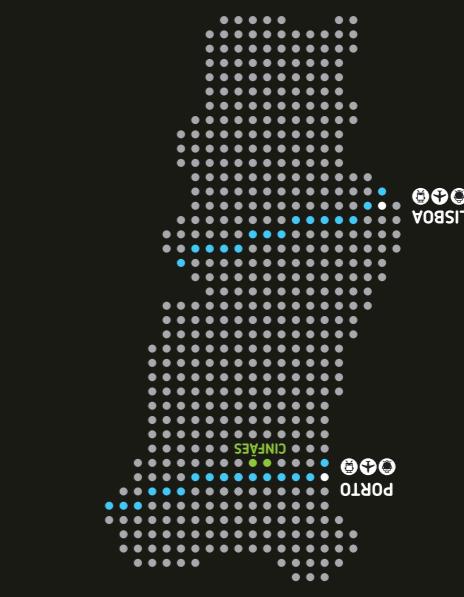
VARANDA DE CINFÃES | CINFÃES
Rua Gen. Humberto Delgado, 22 | +351 255 561 236
(41.074272°N; -8.094019°W)

CAETANO S. | ESPADANEDO

CAETANO S. | ESPADANEDO
Lugar da Presinha | +351 255 640 478
(41.076672°N; -8.207705°W)

CARVALHA | TRAVANCA

CARVALHA | TRAVANCA
Lugar da Carvalha, s/n | +351 255 689 232
(41.038392°N; -8.228619°W)



www.redescobrirCINFÃES.pt
INFO@REDESCOPRIRCINFÃES.PT



Cinfães

HISTÓRIA E IDENTIDADE



Cinfães situa-se na margem esquerda do rio Douro, a menos de 1 hora das cidades do Porto, Vila Real e Viseu.

É território de fundação multissecular, com uma história que chega a atingir 5 milénios de ocupação. Desde os povos pré-celtas, que deixaram monumentos megalíticos, e Romanos, que desenvolveram civilizações e redes viárias, os povos foram, mais recentemente, evoluindo de acordo com as transformações associadas à ordem da Igreja.

Daqui saiu D. Egas Moniz, enquanto senhor de Ribadouro, e por estas terras passou D. Afonso Henriques - 1.º rei de Portugal, que repartiu a infância pelas redondezas.

Mas recentemente, as condições de navegabilidade do rio Douro e a importante localização de Porto Antigo, a par da liberalização das produções agropecuárias, vieram trazer cada vez mais Senhores ao território. E, entre famílias poderosas e bons trabalhadores, nasceu o General Alexandre Serpa Pinto. Daqui saiu para descobrir e inventariar África, e aqui voltou para passar o conhecimento ao mundo.

Com o conjunto de marcas dos tempos, o canal do rio Douro potencia hoje as melhores experiências de chegada. A serra de Montemuro, espaço de excelência para os bovinos da raça aroquesa, é hoje um dos locais com maior presença da ruralidade. O Vale do Bestança e o Vale do rio Paiva, com belezas ímpares, exibem ainda formas naturais repletas de verdes prados, ribeiras e riachos, bem como as mais verdadeiras amostras da biodiversidade ibérica - numa envolvente repleta de encantos protegidos à invasão.

Por tudo o que lhe está associado, Cinfães é, como diz o poeta: "a amena região onde em favores os Deuses se esmeram" (J. Saraiva)

HISTORY | IDENTITY

Cinfães is placed on the left side of Douro river, not far from Oporto, Vila Real and Viseu (less than an hour).

It is a land with a multisecular foundation, and its history reaches over than 5 millennium of occupation. This territory has had the influence from pre-Celtic culture, who left megalithic monuments, and from the Romans, who developed civilizations and roadways. And, more recently, from the catholic Church.

From here came D. Egas Moniz, Ribadoura's Lord, and with him, D. Afonso Henriques – the 1st king of Portugal, who spent his childhood nearby this lands.

But more recently, the good conditions to navigate the Douro river, and the important location of Porto Antigo (main harbour), as well as the freedom to seed and growth in this land, have brought more and more Lords to the region. And, among those powerful families and great workers, General Alexandre Serpa Pinto was born. From here he went out to discover and describe Africa, and here he came back to report the knowledge to all the world.

In the course of time, Douro river gives, nowadays, one of the best arrival experiences. The Montemuro mountains, an excellence area for Aroquesa cattle breed, is actually one of the major rustic places. Bestança and Paiva valleys, which are stunning unique beauties, also show natural green meadows and streams, as well as the most authentic species from the Iberian biodiversity.

And everything in a non-invasive environment.

For all that has been presented, Cinfães became "the kindest region where the Gods had transced themselves in favours". (J. Saraiva)

CONTACTOS ÚTEIS

LOJA INTERATIVA DE TURISMO | +351 255 561 051



CÂMARA MUNICIPAL | +351 255 560 560

EMERGÊNCIA: 112

GNR (CINFÃES): +351 255 560 030 | (SOUSELO): +351 255 690 030

BOMBEIROS (CINFÃES): +351 255 561 567 | (NESPEREIRA): +351 256 955 445

CENTRO DE SAÚDE (CINFÃES): +351 255 561 275 | (SOUSELO): +351 255 696 135

ADRIMAG: +351 255 940 350 | DOLMEN: +351 255 521 004

Área: 239,29km²
Freguesias: 14 - Cinfães, Espadanedo, Ferreros de Tendas, Fornelos, Moimenta, Nespereira, Oliveira do Douro, Santiago de Paões, São Cristóvão de Nogueira, Souselo, Tarouquela, Tendas, Travanca e União das freguesias de Alhões, Bustelo, Gralheira e Ramires
População: 20.427 habitantes (Censos 2011)
Ponto mais alto: 1381m - Pico do Talegre (Serra do Montemuro)

ONDE IR | O QUE VER

- Vila de Cinfães
 - 1 Igreja Matriz de Cinfães
 - 2 Museu Serpa Pinto
 - 3 Jardim e Estátua de Serpa Pinto
 - 4 Forca Medieval
- Vale do Bestança
 - 5 Porto Antigo
 - 6 Centro de Interpretação do Vale do Bestança
 - 7 Aldeia de Boassas
 - 8 Castro do Monte das Coroas
 - 9 Igreja de Ferreiros de Tendas
 - 10 Ponte de Covelas
 - 11 Moinhos de Enxidrô
 - 12 Frigas da Penavilheira
 - 13 Eiras da Laje
 - 14 Miradouro de Teixeirô
- Vale do Douro
 - 15 Foz do rio Cabrum
 - 16 Queda de Água do Rio Sampaio
 - 17 Barragem de Carrapateiro
 - 18 Igreja Românica de S. Cristóvão de Nogueira
 - 19 Mosteiro de Tarouquela
 - 20 Areal da Granja
 - 21 Igreja Românica de Escamarão, cais e Rio Paiva
- Serra do Montemuro
 - 22 Alto da Pena
 - 23 Aldeia da Gralheira
 - 24 Penedo da Saúde
 - 25 Aldeia de Vale de Papas
 - 26 Pedra Nalga
 - 27 Aldeia de Bustelo
 - 28 Cascata da Ribeira de Tendas
 - 29 Capela de S. Pedro do Campo
 - 30 Geiformas graníticas de S. Pedro do Campo
 - 31 Parque Megálico de S. Pedro
 - 32 Minas da Fraga da Venda
 - 33 Pico do Talegre
 - 34 Parque do Ladário
 - 35 Escola Museu de Vilar do Peso
 - 36 Senhora do Castelo
 - 37 Parque de Nossa Senhora de Lurdes
 - 38 Museu Etnográfico de Nespereira
 - 39 Cascata das Golas

AVENTURA | BTT

Trilhos de BTT
Centro de BTT do Montemuro - Porta da Gralheira

PV41 Percurso Verde - 41
 Circular | 9,7km | 1h-1h30m | Dificuldade baixa | Subida acumulada: 194m
 ↗ Antiga escola primária da Gralheira (41° 0'28.4"N 7° 58.270"W)

PA42 Percurso Azul - 42
 Circular | 15,7km | 1h30m-2h | Dificuldade média | Subida acumulada: 330m
 ↗ Antiga escola primária da Gralheira (41° 0'28.4"N 7° 58.270"W)

PV43 Percurso Vermelho - 43
 Circular | 39km | 5h-5h | Dificuldade alta | Subida acumulada: 1.320m
 ↗ Antiga escola primária da Gralheira (41° 0'28.4"N 7° 58.270"W)

PV44 Percurso Preto - 44
 Circular | 54,5km | 4h-5h | Dificuldade elevada | Subida acumulada: 1.892m
 ↗ Antiga escola primária da Gralheira (41° 0'28.4"N 7° 58.270"W)

Centro de BTT do Montemuro - Porta de Alhões

PV45 Percurso Preto - 45
 Circular | 25,82km | 2h30-3h | Dificuldade elevada | Subida acumulada: 1.078m
 ↗ Eira da Laje, Bustelo

PP46 Percurso Preto - 46
 Circular | 36,89km | 5h-4h | Dificuldade elevada | Subida acumulada: 858m
 ↗ Nespereira (41° 0'11.49"N 7° 9'38.44"W)

Centro de BTT da Ribeira de Tendas - Porta de Nespereira

PP47 Percurso Preto - 47
 Circular | 23,82km | 2h30-3h | Dificuldade elevada | Subida acumulada: 1.078m
 ↗ Eira da Laje, Bustelo

PP48 Percurso Preto - 48
 Circular | 32,89km | 5h-4h | Dificuldade elevada | Subida acumulada: 41m
 ↗ Nespereira (41° 0'11.49"N 7° 9'38.44"W)

Percurso de ligação
 Linear | 3,2km | 30min | Dificuldade baixa | Subida acumulada: 41m
 ↗ Eira da Laje, Bustelo

NATUREZA | TRAIL

Percursos Pedestres

PR1 Caminho do Prado
 Circular | 6,7km | 2h35 | Dificuldade baixa | +236m
 ↗ Aldeia de Vila de Muros (Largo da Nogueira)

PR2 Rota do Vale
 Lineal | 18,8km (37,6km ida e volta) | 5h/10h | Dificuldade média/baixa | +1237m
 ↗ Aldeia de Vila de Muros (Largo da Nogueira) | Capela das Portas do Montemuro

PR3 Vale de Aveloso
 Circular | 10,7km | 3h30 | Dificuldade média/baixa | +429m
 ↗ Freguesia de Tendas

PR4 Encostas da Serra
 Circular | 8,1km | 2h30 | Dificuldade baixa | +354m
 ↗ Eira da Laje, Bustelo

PRS Caminho das Portas
 Circular | 5,4km | 2h | Dificuldade baixa | +246m
 ↗ Parque de Lazer de Alhões

PR5 Caminho da Vila
 Linear | 2,7km | 1h | Dificuldade baixa | +428m
 ↗ Loja de Turismo de Cinfães | Centro de Interpretação Ambiental do Vale do Bestança

Escala Museu de Vilar do Peso
 Circular | 6,7km | 2h30 | Dificuldade baixa | +354m
 ↗ Centro de Interpretação do Vale do Bestança

Estação da Biodiversidade "Caminhos do Vale do Bestança"
 Início: Largo da Nogueira, Vila de Muros
 Extensão: 3km

O QUE FAZER

Recreio e lazer

Parques, jardins e espaços de lazer

Douro Green | Souselo
 Rua José Correia Sales, 5/N
 ↗ +351 255 698 237
 ↗ douro-green-house-pt.book.direct

Quinta da Costeira | Cinfães
 Calçada de Medeados, 158
 ↗ +351 255 563 096
 ↗ www.casadacosteira.com

Quinta da Vinha Velha | Oiv. Douro
 Rua de Finges, 348
 ↗ +351 914 504 698
 ↗ www.quintadavinavelha.com

ARS DURIUM Douro Hotel
 Quinta do Lorde, s/n, Oliveira do Douro
 ↗ +351 938 636 246

Cais turísticos

Cais de Porto Antigo
 Cais de Escamara

Turismo no Espaço Rural

Casa de Campo
Casa de Campo de Enxidrô | Tendas
 Oliveira do Douro
 ↗ +351 962 926 336
 ↗ +351 254 877 571
 ↗ www.casacalcadada.com

Museu Serpa Pinto
 +351 255 560 571

Museu Etnográfico de Nespereira
 +351 256 955 394
 ↗ nespereirafolk@gmail.com

Casa do Lôdano | Boassas
 +351 255 561 337
 ↗ www.casalodaoturismo.com.pt

Casa do Moleiro| Pelisqueira
 +351 255 024 532
 ↗ www.casadademontemuro.pt

Quinta da Corteira dos Outeirinhos | Cinfães
 Rua Major Monteiro Leite, nº 67
 +351 255 561 574
 ↗ www.cerradodoseuteirinhos.pt

Centro de Interpretação do Vale do Bestança
 Início: Largo da Nogueira, Vila de Muros
 Extensão: 3km

Estação da Biodiversidade "Caminhos do Vale do Bestança"
 Início: Largo da Nogueira, Vila de Muros
 Extensão: 3km

Casa Altamira | Lavra, Espadanedo
 +351 255 620 020
 ↗ www.casaaltamira.com.pt

Cais turístico

Grotas de Aldeia de granito

ONDE FICAR

Hotel

Douro Hotel Porto Antigo
 Rua do Cais, 675, Oliveira do Douro
 ↗ +351 255 560 150
 ↗ www.hotelportoantigo.com.pt

Quinta da Corteira | Cinfães
 Calçada de Medeados, 158
 ↗ +351 255 563 096
 ↗ www.casadacosteira.com

Quinta da Vinha Velha | Oiv. Douro
 Rua de Finges, 348
 ↗ +351 914 504 698
 ↗ www.quintadavinavelha.com

ARS DURIUM Douro Hotel
 Quinta do Lorde, s/n, Oliveira do Douro
 ↗ +351 962 926 336
 ↗ +351 254 877 571
 ↗ www.casacalcadada.com

Cais turístico

Cais de Porto Antigo
 Cais de Escamara

Turismo de Habitação

Casa da Quinta da Calçada
 Oliveira do Douro
 ↗ +351 254 877 571
 ↗ www.casacalcadada.com

Museus e Centros de Interpretação

Museu Serpa Pinto
 +351 255 560 571

Museu Etnográfico de Nespereira
 +351 256 955 394
 ↗ nespereirafolk@gmail.com

Casa do Lôdano | Boassas
 +351 255 561 337
 ↗ www.casalodaoturismo.com.pt

Casa do Moleiro| Pelisqueira
 +351 255 024 532
 ↗ www.casadademontemuro.pt

Quinta da Corteira dos Outeirinhos | Cinfães
 Rua Major Monteiro Leite, nº 67
 +351 255 561 574
 ↗ www.cerradodoseuteirinhos.pt

Centro de Interpretação do Vale do Bestança
 Início: Largo da Nogueira, Vila de Muros
 Extensão: 3km

Estação da Biodiversidade "Caminhos do Vale do Bestança"
 Início: Largo da Nogueira, Vila de Muros
 Extensão: 3km

Casa Altamira | Lavra, Espadanedo
 +351 255 620 020
 ↗ www.casaaltamira.com.pt

Cais turístico

Grotas de Aldeia de granito

PONTOS DE INTERESSE

Alojamento

Restaurantes

Câmara Municipal

Loja interativa de Turismo

Auditório

Estação de caminhos de ferro

Artesanato

Recreio e lazer

Moinho

Piscina municipal

Cais turístico

Sítio arqueológico

NATUREZA E VIDA SELVAGEM

Melro-das-rochas

Guarda-rios

Melro-d'água

Águia-de-asa-redonda

Tartaranhão-azulado

Garça-real

Borboleta-apatura-pequena

Lontra

Vaca-aroquesa

Lobo-íbérico

Râ-castanha

Vibora-cornuda

Lagarto-de-água

Truta

Salamandra-lusitânica

LEGENDA

Povoações:

- H** Sede de Concelho
- R** Sede de Freguesia
- (** Povoações
- C** Lugares

Vias:

- Estradas Nacionais
- Outras Vias
- Hidrografia
- Caminho de ferro

Percursos Pedestres:

- Ponto de partida
- Ponto de chegada

Trilhos de BTT:

- Percorso Verde 41
- Percorso Azul 42
- Percorso Vermelho 43
- Percorso Preto 44, 45, 46
- Percorso de ligação

ONDE FICAR:

- Ponto de partida
- Ponto de chegada

Áreas Classificadas:

- Sítios da Rede Natura 2000: - Serra do Montemuro; Rio Paiva