

ÉPOCA ACONSELHADA | RECOMMENDED SEASON

PT O percurso pode ser efetuado em qualquer altura do ano, devendo ser tomadas precauções no verão devido às elevadas temperaturas e no inverno devido às baixas temperaturas e à possibilidade de nevoeiros e de queda de neve.

EN *The walking trail may be done any time of the year, although some precautions shall be taken into account considering the high temperatures during the summer season and the low temperatures, fog and snowfall during the winter season.*

CÓDIGO DE CONDUTA | WALKING CODE

PT Seguir apenas pelo trilho sinalizado; Evitar ruídos e atitudes que perturbem a paz do local; Observar a fauna sem perturbar; Não danificar a flora; Não abandonar lixo; Não fazer lume; Não colher amostras de plantas ou rochas; Ser afável com as pessoas que encontrar; Em caso de acidente indique a sua posição utilizando os números no mapa. Tenha em atenção o risco de incêndio florestal.

EN *Follow only signalized tracks; Avoid making noise and disturb local peace and quiet; Watch but do not disturb the animals; Do not damage vegetation, leave waste, make fire, collect plants or rocks; Be kind to people you may meet; In case of accident, inform your position using the numbers on the map. Be aware of the risk of forest fires.*

CONTACTOS ÚTEIS | USEFUL CONTACTS

SOS Emergência | *Emergency SOS: 112*
Câmara Municipal de Mesão Frio | *City Hall of Mesão Frio: (+351) 254 890 100*
Centro de Acolhimento ao Visitante do Douro
Douro Visitor Welcome Center: (+351) 254 890 100
Proteção Civil de Mesão Frio | *Civil protection: (+351) 254 890 100*
GNR de Mesão Frio | *Police: (+351) 254 892 210*

COFINANCIAMENTO | CO-FINANCED BY



Programa
Transformar Turismo
Linha Regenerar e
Valorizar Territórios
Incêndios 2022

Financiamento de projetos em rede para desenvolvimento de produtos turísticos ou de projetos previstos no Programa Transformar Turismo, a realizar nos territórios afetados pelos incêndios de agosto de 2022.

GRANDE ROTA 'PORTA DO DOURO'



PT A Grande Rota “Porta do Douro” está localizada no concelho de Mesão Frio e percorre todas as suas freguesias ao longo de um trajeto linear de 38,6 km. Esta Grande Rota estabelece ligação com cinco Pequenas Rotas, cada uma integrada numa das cinco freguesias do Município, promovendo uma experiência completa de descoberta do território. O percurso tem início no ‘Centro de Acolhimento ao Visitante do Douro’, na Vila de Mesão Frio, ponto de partida também do Trilho de Santo André (PR8 MSF – BAO), e termina no ‘Centro Interpretativo do Barco Rabelo’, no Lugar da Rede, Freguesia de Vila Marim. O percurso desce pela Avenida Conselheiro José Maria Alpoim e pela Rua Dr. Domingos Monteiro, até alcançar o Largo da Independência. Ao sair da Vila de Mesão Frio, segue pela EM518-1 em direção à localidade de Barqueiros, onde o caminheiro pode desfrutar das paisagens ribeirinhas do Douro e onde tem início o “Trilho de Barqueiros” (PR6 MSF – BAO). Continuando para norte, o percurso passa por locais emblemáticos como o Miradouro das Águias e o Miradouro de São Silvestre, e retorna ao centro da Vila de Mesão Frio, junto ao ‘Centro de Acolhimento ao Visitante do Douro’. A rota prossegue em direção à freguesia de Vila Marim, passando pelo Miradouro do Serrado e pelo Miradouro de Donsumil. Em Vila Marim, encontra-se o painel informativo do “Trilho de Vila Marim” (PR7 MSF – PRG), que convida à exploração da freguesia. Saindo de Vila Marim, o caminheiro pode optar por encurtar o percurso através de uma variante que conduz diretamente a Reimonde, ou continuar pelo traçado principal da Grande Rota, passando pelo histórico Castro de

GREAT ROUTE 'DOOR OF THE DOURO'



EN *The “Porta do Douro” Long Route is located in the municipality of Mesão Frio and runs through all of its parishes along a linear path of 38.6 km. This Long Route connects with five Short Routes, each integrated within one of the municipality’s five parishes, offering a complete experience of discovering the territory. The route begins at the Douro Visitor Welcome Centre in the town of Mesão Frio, which is also the starting point of the Santo André Trail (PR8 MSF – BAO), and ends at the Rabelo Boat Interpretive Centre, in the locality of Rede, within the Parish of Vila Marim. The route descends along Avenida Conselheiro José Maria Alpoim and Rua Dr. Domingos Monteiro, until reaching Largo da Independência. Leaving the town of Mesão Frio, it follows the EM518-1 road towards the village of Barqueiros, where walkers can enjoy the Douro riverside landscapes and where the “Barqueiros Trail” (PR6 MSF – BAO) begins. Continuing northwards, the route passes emblematic places such as the Águias Viewpoint and the São Silvestre Viewpoint, and then returns to the centre of Mesão Frio, next to the Douro Visitor Welcome Centre. The route then continues toward the parish of Vila Marim, passing by the Serrado Viewpoint and the Donsumil Viewpoint. In Vila Marim, walkers will find*

Cidadelhe em direção à freguesia de Oliveira, onde começa o Trilho de Oliveira (PR2 MSF). O percurso segue em direção à freguesia de Cidadelhe, passando pelo ponto inicial do “Trilho de Cidadelhe” (PR1 MSF) e junto ao ‘Núcleo Interpretativo do Castro’. A rota continua passando pelos lugares do Outeiro, Valcovo e Reimonde, seguindo depois para sul até à localidade da Rede, junto à margem do Rio Douro, terminando no ‘Centro Interpretativo do Barco Rabelo’. Aqui finda a jornada pela Grande Rota “Porta do Douro” (GR69), uma experiência única de imersão na paisagem, cultura e Património de Mesão Frio. Mesão Frio é um concelho encantador, conhecido pela sua beleza natural e paisagens deslumbrantes, localizado em plena Região Demarcada do Douro, onde se insere a paisagem transformada do Alto Douro Vinhateiro inscrita como Património Mundial da Humanidade pela UNESCO. Mesão Frio destaca-se pela produção de Vinho do Porto, com vinhedos que se estendem ao longo das encostas do Rio Douro. O percurso da Grande Rota é rico em História e Cultura, refletida nas suas igrejas, capelas e casas antigas que adornam a vila e algumas aldeias circundantes. A Igreja de São Nicolau, em Mesão Frio, é um exemplo da arquitetura religiosa local, com detalhes harmoniosos que remetem a épocas passadas. O Castro de Cidadelhe remonta à Idade do Ferro e explora trilhos por onde legiões romanas passaram. Existem, ainda, vários Pelourinhos espalhados pelo Concelho, que também remetem a épocas anteriores à fundação de Portugal. Além da sua herança cultural, a região oferece diversas atividades ao ar livre que permitem explorar a natureza exuberante e a fauna diversificada. Os vários Miradouros ao longo dos percursos proporcionam vistas panorâmicas incríveis sobre o vale do Douro. A gastronomia também é um ponto forte, com pratos típicos que destacam os sabores da terra, como o famoso anho assado com arroz de forno e a típica ‘Marrã’, a primeira carne saída da matança do porco frita na própria banha. As festas e romarias locais, como a Feira Anual de Santo André (de 30 de novembro a 08 de dezembro), são momentos de celebração que reúnem a comunidade e atraem visitantes. Com um ambiente tranquilo e acolhedor, Mesão Frio é um destino perfeito para quem procura escapar da agitação das grandes cidades e desfrutar de um pouco da autenticidade e da beleza do interior do Norte de Portugal e da Região Demarcada do Douro.


the information board for the “Vila Marim Trail” (PR7 MSF – PRG), which invites further exploration of the parish. Leaving Vila Marim, walkers can choose to shorten the route by taking a variant that leads directly to Reimonde, or continue along the main path of the Long Route, passing by the historic Castro de Cidadelhe toward the parish of Oliveira, where the Oliveira Trail (PR2 MSF) begins. The route continues toward the parish of Cidadelhe, passing the starting point of the “Cidadelhe Trail” (PR1 MSF) and the Castro Interpretive Centre. It then continues through the localities of Outeiro, Valcovo, and Reimonde, before heading south to Rede, near the banks of the Douro River, and ending at the Rabelo Boat Interpretive Centre. This is where the journey along the “Porta do Douro” Long Route (GR69) concludes, a unique experience of immersion in the landscape, culture, and heritage of Mesão Frio. Mesão Frio is a charming municipality known for its natural beauty and stunning landscapes, located in the heart of the Douro Demarcated Region, where the transformed landscape of the Alto Douro Wine Region is recognized as a UNESCO World Heritage Site. Mesão Frio stands out for its Port wine production, with vineyards stretching along the slopes of the Douro River. The Long Route is rich in history and culture, reflected in the churches, chapels, and old houses that adorn the town and some of the surrounding villages. The Church of São Nicolau, in Mesão Frio, is an example of local religious architecture, featuring harmonious details that reflect past eras. The Castro de Cidadelhe dates back to the Iron Age and includes trails once used by Roman legions. There are also several pillars spread throughout the municipality, which also date back to periods prior to the foundation of Portugal. In addition to its cultural heritage, the region offers a variety of outdoor activities that allow visitors to explore its lush nature and diverse wildlife. The many viewpoints along the routes provide incredible panoramic views over the Douro Valley. Gastronomy is also a highlight, with traditional dishes that showcase local flavours, such as the famous roasted lamb with oven-baked rice and the typical Marrã, the first cut of pork from the traditional pig slaughter, fried in its own fat. Local festivals and pilgrimages, such as the Annual Santo André Fair (from November 30 to December 8), are moments of celebration that bring together the community and attract visitors. With a peaceful and welcoming atmosphere, Mesão Frio is a perfect destination for those seeking to escape the hustle and bustle of large cities and enjoy the authenticity and beauty of Portugal’s northern countryside and the Douro Demarcated Region.




GR 69 GRANDE ROTA 'PORTA DO DOURO'




Entidade Promotora:
Promotor:




Entidade Apoiantes:
Supporter:



Coordenação técnica e implementação:
Coordination and implementation:



Percursos pedestres registados e homologados por:
Walking trail certified by:



Descarregue a app
Download the app
Feel Nature



PERCursos PEDESTRES DE MESÃO FRIO

GR 69

GRANDE ROTA 'PORTA DO DOURO'

TIPO DE PERCURSO | TYPE OF TRAIL



DISTÂNCIA | DISTANCE

38,6 km

DURAÇÃO | DURATION

13 h 20 min.

ALTITUDE | MIN-MAX

50m 706 m

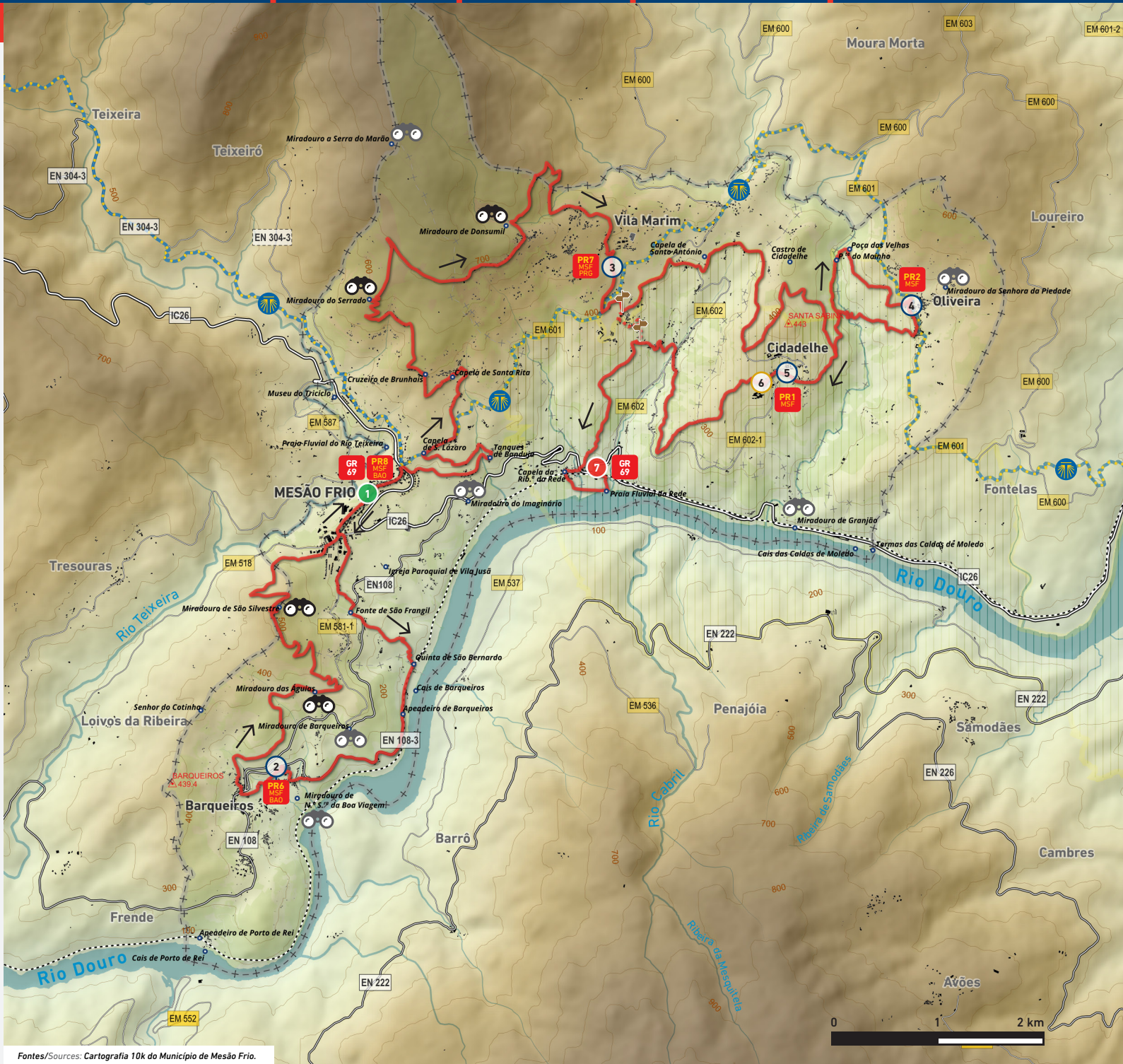
DESNÍVEL ACUMULADO | CUMULATIVE GAP

+1682 m -1909 m

LEGENDA | CAPTION

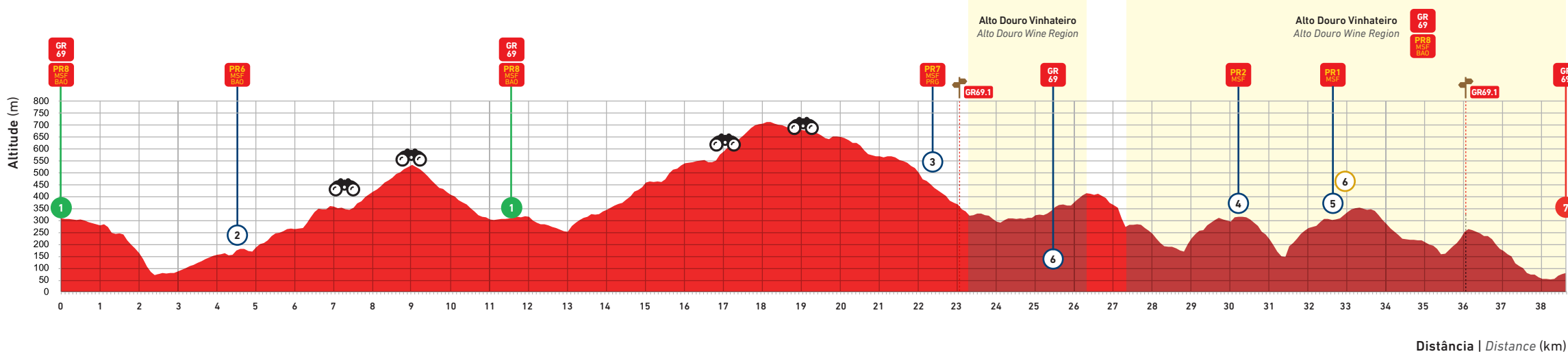
- GR 69** Grande Rota 'Porta do Douro'
Great Route 'Door of the Douro'
- Variante**
Variant
- Sentido Recomendado**
Recommended direction
- Alto Douro Vinhateiro**
Alto Douro Wine Region
- CAMINHO PORTUGUÊS DE SANTIAGO** Caminho de Torres
Torres Way (Way of St. James)
- Linha Ferroviária do Douro**
Douro Railway Line
- 1** **MESÃO FRIO** (Centro de Acolhimento ao Visitante do Douro)
MESÃO FRIO (Douro Visitor Welcome Center)
Início da GR69
Start of GR69
41° 9' 33" N, 7° 53' 29" W
Painel informativo | Information panel
GR 69 Grande Rota 'Porta do Douro' | Great Route 'Door of the Douro'
- Painel informativo** | Information panel
PR8 MSF-BAO Trilho de Santo André | Santo André Trail
- 2** **BARQUEIROS** (Igreja Paroquial)
BARQUEIROS (Parish Church)
Painel informativo | Information panel
PR6 MSF-BAO Trilho de Barqueiros | Barqueiros Trail
- 3** **VILA MARIM** (Junta de Freguesia)
VILA MARIM (Parish Council)
Painel informativo | Information panel
PR7 MSF-PRG Trilho de Vila Marim | Vila Marim Trail
- 4** **OLIVEIRA** (Junta de Freguesia)
OLIVEIRA (Parish Council)
Painel informativo | Information panel
PR2 MSF "Trilho de Oliveira" | Oliveira Trail
- 5** **CIDADELHE** (Junta de Freguesia)
CIDADELHE (Parish Council)
Painel informativo | Information panel
PR1 MSF Trilho de Cidadelhe | Cidadelhe Trail
- 6** **Núcleo interpretativo do Castro de Cidadelhe**
Interpretive Centre of the Castro of Cidadelhe
- 7** **REDE** (Centro Interpretativo do Barco Rabelo)
REDE (Rabelo Boat Interpretive Centre)
Fim da GR69
End of GR69
41° 9' 40" N, 7° 51' 58" W
Painel informativo | Information panel
GR 69 Grande Rota 'Porta do Douro' | Great Route 'Door of the Douro'

Carta Militar de Portugal, M888
folha n°. 126; 1/25000. IGeoE
Military Charter of Portugal, M888
sheet no 126; 1/25000. IGeoE



Fontes/Sources: Cartografia 10k do Município de Mesão Frio.

PERFIL DE ALTIMETRIA | GRADIENT PROFILE



SINALÉTICA | WALKING TRAIL SIGNAGE

GR GRANDE ROTA
LONG DISTANCE WALKING TRAIL

PR PEQUENA ROTA
SHORT DISTANCE WALKING TRAIL



Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR)
decorrendo, temporariamente,
pelo traçado de uma
Grande Rota (GR)

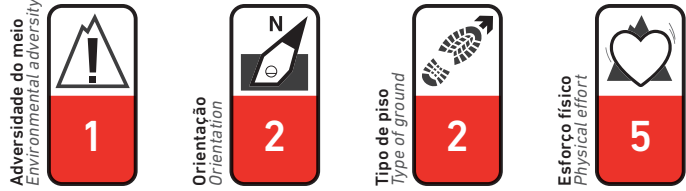
**Walking Trail belonging
to a Short Distance Walking Trail
(PR) that temporarily crosses
a Long Distance Walking Trail (GR)**

GRAU DE DIFICULDADE | GRADING

MUITO DIFÍCIL | VERY DIFFICULT

PT O grau de dificuldade é representado por 4 símbolos diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil).

EN The difficulty level is represented by 4 different symbols each of them ranges from 1 (the easiest) to 5 (the most difficult).



Calculado de acordo com | Calculated according to: Mide (Método de informação Excursiones)