



# Caminhos de Santiago Caminho Central Português 2023/24 RECOMENDAÇÕES



4ª Etapa

Ponte de Lima - Cossourado

3 de fevereiro de 2024

Sábado, vamos fazer a nossa 4ª etapa. **Bom caminho!**

- Levar **calçado confortável**: sapatilhas ou botas de caminhada (colocar nos pés uma camada generosa de vaselina para evitar bolhas e meias sem costuras).
- Roupa opcional: levar uma **muda de roupa** para mudar no final da etapa.
- Na mochila: **reforço alimentar** para a caminhada (sandes, ovos cozidos, frutos secos, saladas, fruta, bolachas, água, flor de sal...).
- Almoço volante – levar marmita.
- Importante: realizar uma **hidratação** regular.

A saída de Penafiel é às 6 horas, agradecendo, desde já, a pontualidade.

O autocarro estará na paragem junto ao **Parque Radical**, abaixo da Escola Secundária. Já em Ponte de Lima, partiremos até Cossourado – Igreja de São Bento da Porta Aberta, regressando depois a Penafiel.

O horário de saída previsto de Cossourado – Igreja de São Bento da Porta Aberta para Penafiel será entre as **16h00** e as **16h30**, estando a chegada prevista entre as 18h15 e 18h45.

O **apoio** intercalar do autocarro será na Igreja românica de **São Pedro de Rubiães**. Propomos a realização de um **pic-nic** comunitário, já que vai estar bom tempo.

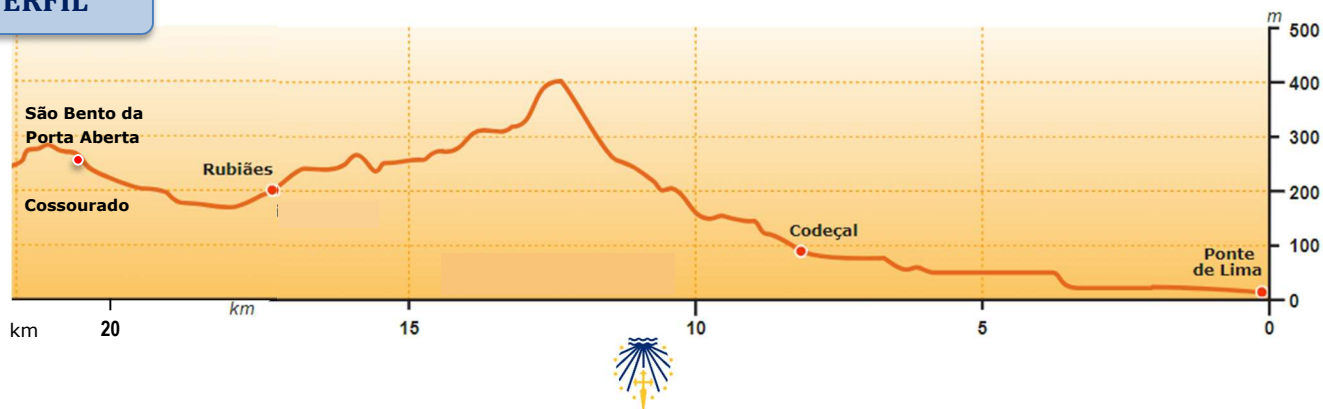
## PERCURSO

22 km

5h30



## PERFIL



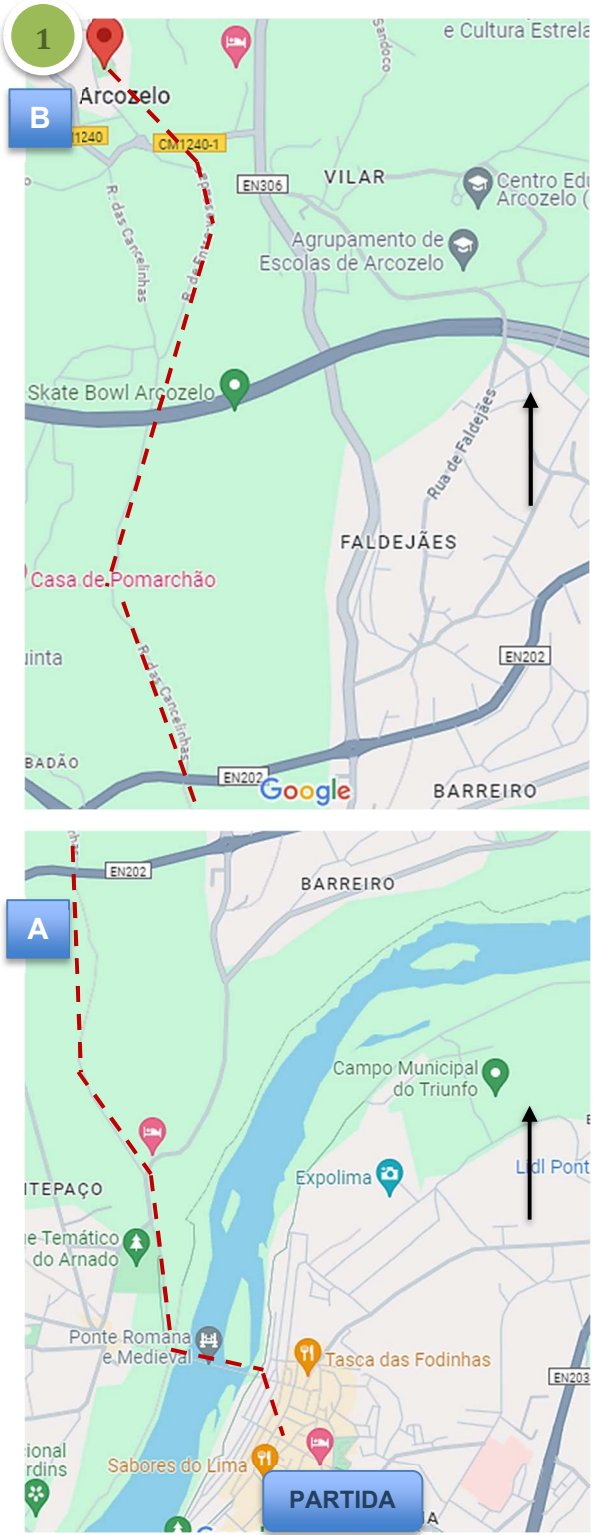


A PERCORRER

Dificuldade : ★★★

Paisagem : ★★★★★

Outra etapa muito interessante, em que nos deparamos com o Alto da Portela Grande de Labruja, a mais importante subida do Caminho Português: ganhamos 315 metros de altitude em 4,2 quilómetros, num percurso arborizado, agradável, e sem a menor dificuldade para os caminhantes (não é o caso dos ciclistas). Por outro lado, a partir do Codeçal, que tem um modesto bar-loja, já não encontramos serviços até Rubiães, onde faremos o pic-nic. Existe o café Castro no final do percurso.

0,0 km	Ponte de Lima	Caminho
2,8 km	<p>Do albergue dos peregrinos, viramos para a primeira rua à direita. Logo a estrada vira de terra. Após pouco mais de 1 km atravessamos a N202.</p> <p>Albergue de Peregrinos de Ponte de Lima</p>  <p>2,0 km - Passamos sob a autoestrada A27 (a distância de 2,0 km é tomada a partir do albergue).</p> <p>0,8 km - Igreja de Santa Marinha, Arcozelo.</p> <p>Igreja de Santa Marinha - Arcozelo</p> 	 <p>O mapa mostra o percurso do Caminho Português em duas partes. A primeira parte, rotulada com '1' e 'B', começa em Ponte de Lima e segue por Arcozelo, passando por Vilar e Faldejaes. A segunda parte, rotulada com 'A', continua de Faldejaes para Barreiro, passando por Itapaço e Sabores do Lima. O percurso é indicado por uma linha tracejada vermelha. Pontos de interesse como o Skate Bowl Arcozelo, a Casa de Pomarchão, o Campo Municipal do Triunfo e a Ponte Romana Medieval são marcados. Uma seta indica a direção do percurso. Um botão 'PARTIDA' está visível no mapa da segunda parte.</p>

2,8 km

## Arcozelo

5,4 km

Seguimos no mesmo sentido, alternando pistas de asfalto e estradas de terra.

**0,9 km** - Ponte do Arco da Geia, no rio Labruja. Atravessámo-lo.

Ponte do Arco da Geia – rio Labruja

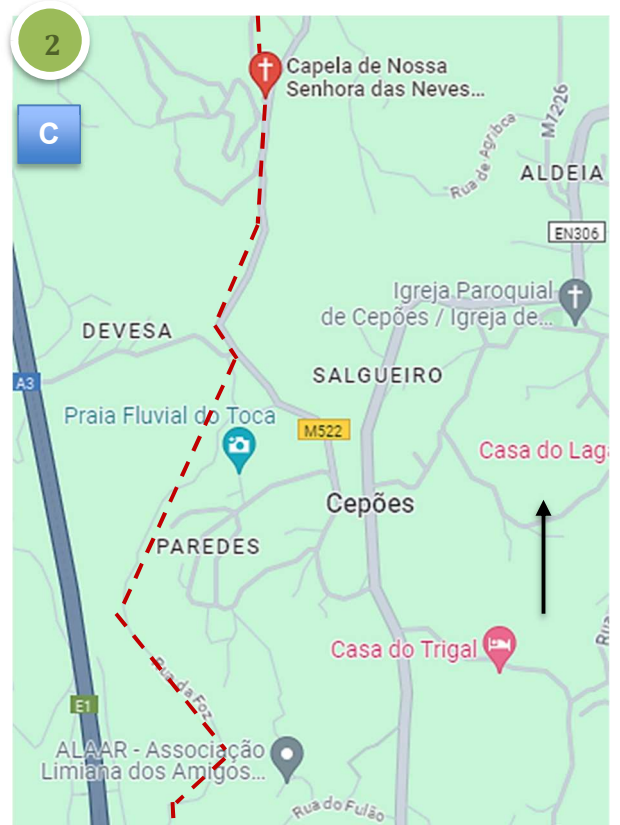


**1,4 km** - Bar Palácio das Trutas (um pouco caro, aberto a partir das 7h), às margens do Rio Labruja. Pouco depois atravessamos, sob os viadutos, até 3 vezes a autoestrada A3, e o rio Labruja novamente por uma passarela.

**1,2 km** - Com uma curva à direita afastamo-nos da autoestrada e, assim, avançamos por um dos mais belos troços de todo o Caminho, acompanhados pelo rio Labruja, que mantemos à nossa direita. Finalmente, chegamos à estrada M522 e seguimos à esquerda.

**1,9 km** - Codeçal (85 metros acima do nível do mar); bar e, em frente a ele, a bela ermida de Nossa Senhora das Neves.

Ermida de Nossa Senhora das Neves



8,2 km	Codeçal	

<p>8,2 km</p> <p>4,2 km</p>	<p><b>Codeçal</b></p> <p>Aqui começamos a subida ao Alto da Portela Grande de Labruja. Pegamos a rua morro acima, entre a barra e a ermida, continuando no asfalto.</p> <p><b>1,7 km</b> - estrada M522. Seguimos para a esquerda por 120 metros para deixá-la à direita. Passamos pela bela Fonte das Três Bicas, e atravessamos a estrada M522 novamente para continuar a subida.</p> <p><b>0,8 km</b> - Saímos do asfalto para pegar um bucólico caminho arborizado à direita. (neste ponto, os ciclistas que não quiserem subir a estrada devem seguir a estrada M522 até entrarem na N201 - podem então regressar à estrada virando à direita no Curtinho). Mais adiante, chegamos a uma pista de terra batida que seguimos à direita. Depois de 500 metros, tomamos um caminho à esquerda e, um pouco mais acima, atravessamos outra pista. A subida está a endurecer.</p> <p><b>1,2 km</b> - Cruz dos Franceses (325 metros acima do nível do mar). Há uma placa em memória de um peregrino que morreu num acidente de avião! Mais acima, cruzamos outra pista e continuamos em um trecho pedregoso, com uma inclinação</p>	
-----------------------------	--	--

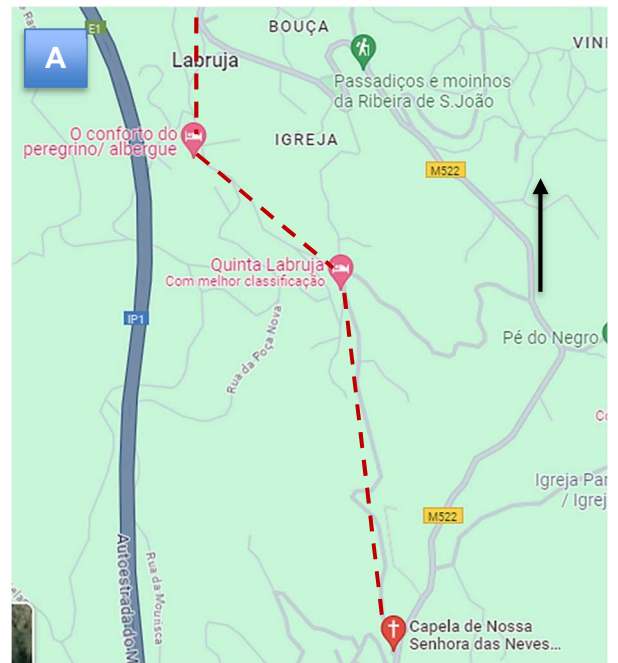
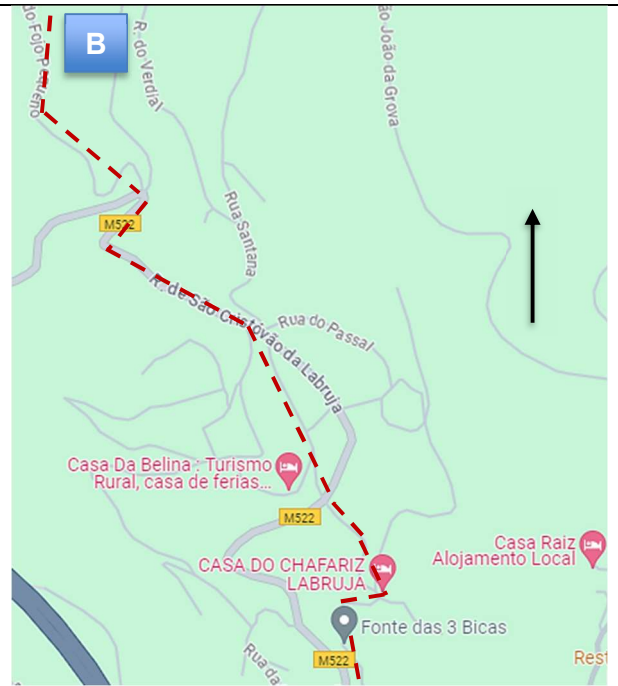
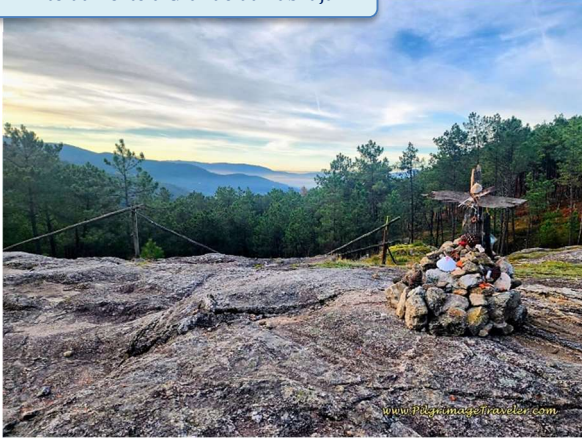
ainda mais íngreme. É aqui que os ciclistas terão de carregar a bicicleta nos ombros.

Cruz dos Franceses



0,5 km - Alto da Portela Grande de Labruja (400 metros acima do nível do mar).

Alto da Portela Grande da Labruja



12,4 km

Alto da Portela Grande de Labruja

12,4 km	<b>Alto da Portela Grande de Labruja</b>	
3,7 km	<p>Acabamos em uma pista de terra. Seguimos para a esquerda por 50 metros para iniciar a descida à direita.</p> <p><b>2,0 km - Agualonga:</b> atravessamos uma estrada local e continuamos ao longo de um trecho de vinhedos. Atravessamos mais duas pistas de asfalto e, mais adiante, saímos para a N301 (espelho convexo na curva da estrada). Atravessamos e, 300 metros mais adiante, chegamos à N201 em São Roque.</p> <div data-bbox="252 817 566 869" data-label="Caption"> <p>Igreja Matriz de Agualonga</p> </div>  <p><b>1,7 km - São Roque (N201),</b> junto ao alojamento Repouso do Peregrino.</p>	 
16,1 km	<b>São Roque</b>	

1,3 km

Siga a N201 à direita; Depois de 270 metros, deixamos em um caminho à direita. E assim, através de uma bela floresta, descemos para o albergue dos peregrinos. Na descida, saímos para uma pista de asfalto; A 100 metros à esquerda, fora da estrada, encontra-se a igreja românica de São Pedro de Rubiães. **PIC-NIC**



1,3 km - Rubiães, albergue de peregrinos.

Igreja românica de São Pedro de Rubiães



17,4 km

**Rubiães**

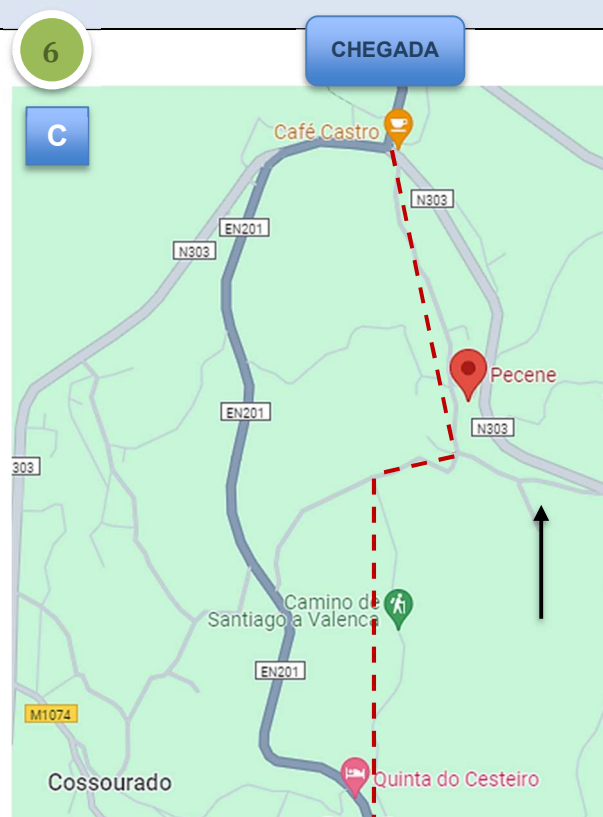
Do albergue vamos pela estrada N201; deixamo-lo a 300 metros, numa curva à esquerda de quase 180 graus.

**0,9 km** - Ponte Romano-Medieval de Rubiães no Rio Coura. Pouco depois cruzamos a mesma N201 (na altura de uma barra) para cortá-la numa curva e sair novamente. Seguimos por 230 metros até pegar uma estrada local à direita.

Ponte Romano-Medieval de Rubiães



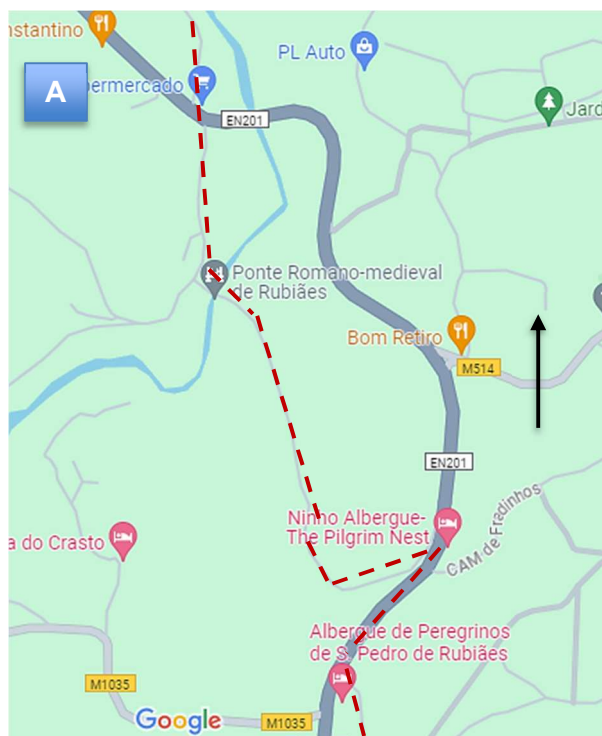
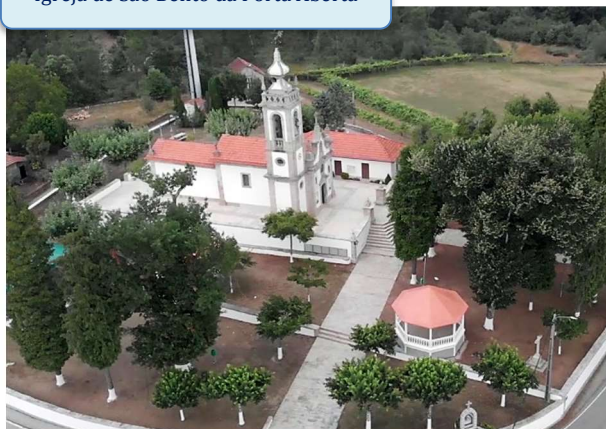
4,4 km



1,3 km - Desvio à esquerda ao longo de uma rua de paralelepípedos. Mais adiante, viramos à direita; passamos por Pecene, ao lado da capela de Nossa Senhora do Alívio, continuando no mesmo sentido.

2,2 km - São Bento da Porta Aberta, santuário setecentista. Há o café Castro.

Igreja de São Bento da Porta Aberta



21,8 Km

Igreja São Bento da Porta Aberta - Cossourado





**As datas das etapas podem sofrer alterações.**

No preço de todas as etapas está incluída a viagem de autocarro de ida e volta.

No fim de semana com duas etapas: o custo do alojamento será enviado mais tarde.

**IMPORTANTE:** Obter na Segurança social o Cartão Europeu de Seguro de Doença (para as etapas de Espanha).

<b>Etapa</b>	<b>Data</b>	<b>Trajeto</b>		<b>Distância</b>
<b>1</b>	<b>18 de novembro</b>	Porto (Sé)	Vairão/Vilarinho	27 km
<b>2</b>	<b>13 de janeiro</b>	Vilarinho	Barcelinhos/Barcelos	27 km
<b>3</b>	<b>27 de janeiro</b>	Barcelos	Ponte de Lima	34 Km
<b>4</b>	<b>3 de fevereiro</b>	Ponte de Lima	Cossourado	22 Km
<b>5/6</b>	<b>9 de março</b>	Cossourado	Tui	18 km
	<b>10 de março</b>	Tui	Mós - Rua/ Redondela	28 km
<b>7/8</b>	<b>13 de abril</b>	Redondela	Pontevedra - Poio	21 km
	<b>14 de abril</b>	Poio - Combarro	Armentera	24 km
<b>9/ 10</b>	<b>25 maio</b>	Armentera (ruta da pedra e da auga)	Vila Nova de Arousa (costa)	23 km
	<b>26 maio</b>	Vila Nova de Arousa /Pontecesures lança 1h 30m	Pontecesures (2,5km) Padron / A Esclavitud	lança 1h30m 19,6km
<b>11/12</b>	<b>15 de junho</b>	Padrón / A Esclavitud	Santiago de Compostela	24 km
	<b>16 de junho</b>	Santiago de Compostela	Missa do Peregrino às 12h	