

CONSELHOS PARA A CAMINHADA

- Recolha previamente informação atualizada sobre o percurso
- Consulte a previsão meteorológica para o dia da caminhada
- Use calçado próprio para terreno irregular de terra batida
- Não use calçado com menos de duas semanas de uso intenso. Preferível botas impermeáveis e semi-rígidas
- Use roupa leve e larga, para não restringir movimentos. Tenha atenção com a época do ano e as camadas a vestir
- A mochila deve estar bem ajustada, provida de bebida não açucarada ou não alcoólica, além de alimentação mínima para repor calorias. Prever espaço extra para guardar roupa em excesso de calor por atividade física.
- Levar pequeno estojo de primeiros socorros; saco para lixo; chapéu e protetor solar
- Não caminhe só, leve sempre companhia e informe sempre alguém do trilho que vai fazer e hora prevista de chegada
- Se possível leve um telemóvel consigo. Em caso de fortes chuvas, ventos e queda de granizo e/ou neve não faça o percurso ou volte para trás pelo mesmo caminho
- Não corra riscos

Percursos pedestre PR



Caminho certo | Caminho errado | Para a esquerda | Para a direita

CUIDADOS ESPECIAIS E NORMAS DE CONDUTA

- Seguir apenas pelo trilho sinalizado
- Não aproximar-se das margens do Rio
- Evite ruídos e atitudes que perturbem o meio
- Não danificar a flora
- Não deixar lixo ou outros vestígios da sua passagem
- Não fazer lume
- Se é fumador, não deite as beatas no chão, guarde-as para colocar no caixote do lixo
- Não destrua ou modifique a sinalética
- Ser afável com as pessoas que encontre no local

Contactos úteis:

Câmara Municipal
de Caminha - **258 710 300**

Junta de Freguesia de
Vilar de Mouros - **934 843 058**

Guarda Nacional
Republicana Caminha - **258 719 030**

Comando Local da Polícia
Marítima de Caminha - **258 100 343**

EMERGÊNCIA 112



TRILHO DAS
AZENHAS DO COURA

TRILHOS
VILAR
DE
MOUROS

FAUNA

Vislumbra-se a presença do Pato-real, Pilrito-comum, Maçarico, Garça-vermelha, Águia-pesqueira, Borrelho, Estorno, Lagartixa-de-bocage, Lontra, Rouxinol-pequeno-dos-caniços, Felosa-poliglota, Pardal-montês, Chapim-rabilongo, etc.

FLORA

Carvalho, Castanheiro, Pinheiro bravo, Sobreiro, Eucalipto, Plátano, Tojo, Urze, Giesta, Mimosa, Salgueiro, Azevinho, Medronheiro, etc.

PERCURSO

O Trilho das Azenhas do Coura é um percurso circular, com ponto de partida na ponte medieval, o ícone histórico da freguesia e da região. Passa, de seguida, pelo Largo Dr. António Barge, conhecido por ser o local onde se realiza o mítico festival de Vilar de Mouros, o mais antigo festival de música de Portugal. Durante o percurso é possível conhecer quatro azenhas, moinhos de água, exemplos da engenharia hidráulica tradicional e excelentes exemplos do nosso património rural, conectando-nos com o passado agrícola da região.

O Trilho das Azenhas do Coura combina beleza natural, património histórico e bem-estar. É ideal para quem deseja explorar a diversidade ecológica e cultural da região. Este trilho oferece uma experiência memorável e enriquecedora, perfeita para um dia de caminhada e contemplação.



PONTOS DE INTERESSE

1 - Ponte Medieval	41°53'15"N 8°47'21"W
2 - Azenha do Tio Luis	41°53'21"N 8°47'00"W
3 - Azenha Nova	41°53'38"N 8°46'28"W
4 - Azenha dos Rodetes	41°53'38"N 8°46'28"W
5 - Azenha de Maria Braga	41°53'38"N 8°46'28"W



PR2 VDM

Trilho das Azenhas do Coura

<https://trilhos.jf-vilardemouros.pt/pr2>



CLASSIFICAÇÃO DO TRILHO

Adversidade do Meio

2 (Moderado)

Orientação

1 (Fácil)

Tipo de Piso

2 (Moderado)

Esforço Físico

2 (Moderado)

Distância

5,48Km (ida e volta)

Tempo

2h15 (ida e volta)

Tipo de Percurso

Circular

Desnível acumulado

(subida) 177,5m

(descida) -177,5 m

Altitude máxima

27m

Altitude mínima

4m