



O Caminho do Tejo é um percurso GR (Grande Rota) que percorre os concelhos de Constância e Abrantes. Apresenta um percurso linear principal com cerca de 45 km, entre Constância e Alvega e uma variante que permite fechar o percurso principal, tornando-o circular. O traçado, marcado nos dois sentidos segundo as normas da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal, acompanha o rio Tejo e desenvolve-se maioritariamente em caminhos agrícolas e florestais de terra batida.

Ao longo do percurso aparecem vários equipamentos de apoio, nomeadamente, espaços de lazer e de repouso, parques de campismo, estações de caminho-de-ferro e estações de caravanismo.

Para além da possibilidade de ser percorrido a pé, o percurso foi idealizado para também poder ser realizado de bicicleta.

A marcação deste percurso também permite que o rio Tejo seja percorrido em canoa, de forma autónoma, por praticantes medianamente experientes. Estão identificados os locais em que o acesso ao rio está facilitado, nomeadamente a Estação de Canoagem de Alvega, o Parque Ribeirinho Aquapolis, a rampa de acesso do Açude Insuflável de Abrantes, o Cais de Constância a Norte e a Sul.

Em Constância, o Caminho do Tejo interceta a Grande Rota do Zêzere, permitindo a realização de troços dos dois percursos.

[CAMINHO DO TEJO GR12E7 - FOLHETO](#)