



GR 33 GRANDE ROTA DO ZÉZERE  
GR 12 CAMINHO DO TEJO



## 24 ★ maio ★ 2019

*21h00 / Casa-Memória de Camões*

Palestra “Viagens de aventura e desafios de autonomia”

*22h00 / Junto ao Paineis de Neptuno*

Animação com Pão de Ló DJ Sets e Spots de Bebidas

## 25 ★ maio ★ 2019

*9h00 / Posto de Turismo*

Passeio pedestre 12 km

– Duração média: 3h30

– Dificuldade: média

*15h00 / Zona Histórica de Constância*

Down Hill Urbano

*15h00 / Zona Ribeirinha*

River Challenge: *Canoagem e stand up paddle com desafios*

*18h30 / Junto ao Paineis de Neptuno*

River Sunset, com Rodrigo Simões e Spots de Bebidas

*22h00 / Junto ao Paineis de Neptuno*

Animação com DJ's *I love the 90's* e Spots de Bebidas

## 26 ★ maio ★ 2019

*00h00 / Posto de Turismo*

Passeio pedestre noturno 33 km com degustação

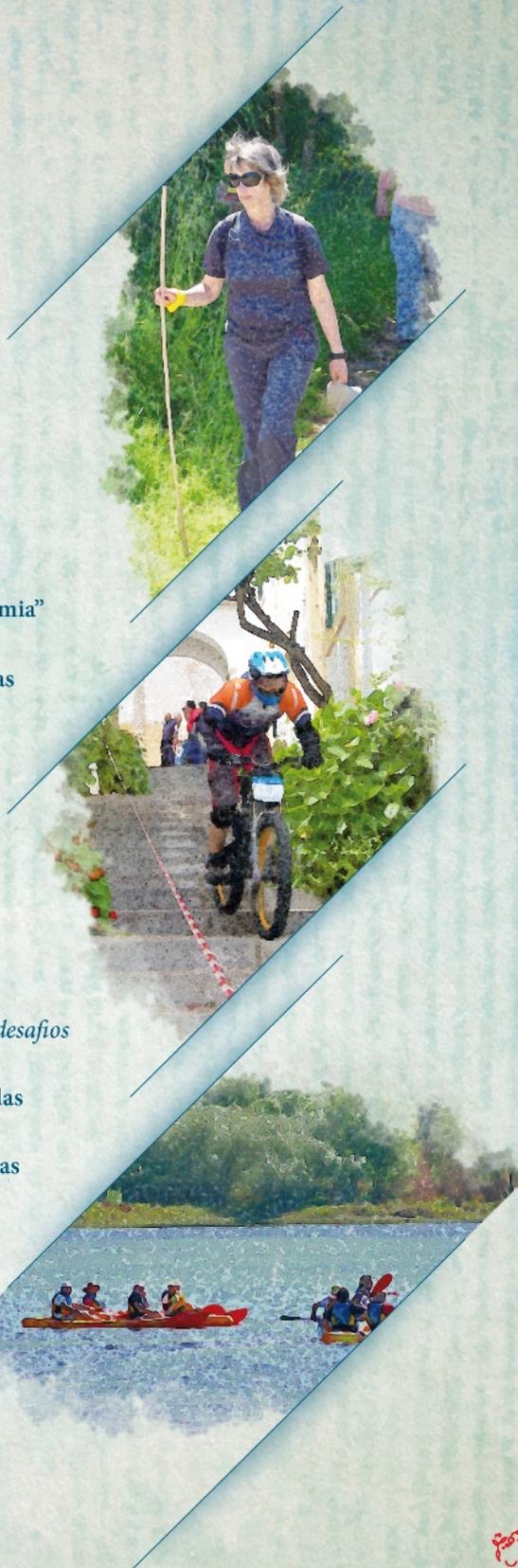
– Duração média: 8h00

– Dificuldade: alta

### VISITAS:

- BORBOLETÁRIO TROPICAL
- CENTRO CIÊNCIA VIVA DE CONSTÂNCIA
- MUSEU DOS RIOS E DAS ARTES MARÍTIMAS
- JARDIM-HORTO DE CAMÕES

+ informação: 249 730 052 / turismo@cm-constancia.pt



CENTRO 2020



O **Festival das Grandes Rotas** surgiu em 2016 como um evento que visa promover o território do concelho de Constância em geral, mas sobretudo e em particular a Grande Rota do Zêzere e a Grande Rota do Tejo, dois percursos marcados que funcionam como equipamentos de cariz turístico para a região centro do país.

**A Grande Rota do Zêzere (GR33)** é um percurso linear, com cerca de 370 km, marcado nos dois sentidos, que acompanha o rio Zêzere entre a sua nascente na Serra da Estrela e a sua foz no rio Tejo em Constância, percorrendo no seu trajeto o território de 13 concelhos.

**A Grande Rota do Tejo (GR12 E7)**, designada de Caminho do Tejo, é um percurso, com cerca de 45 km, que se prolonga pelas margens do rio Tejo entre a estação de canoagem de Alvega no concelho de Abrantes e a vila de Constância. Apresenta uma variante que percorre a margem sul do rio, permitindo tornar o percurso circular entre Abrantes e Constância, numa distância com cerca de 70 km. A Grande Rota do Tejo é um percurso que se pretende transeuropeu.

Para além da possibilidade de serem percorridos a pé, estas Grandes Rotas foram projetadas para também poderem ser realizadas de bicicleta ou em canoa. Desta forma, podem ser efetuadas de forma contínua e encadeadas por troços, ou então, em circuitos multimodais, recorrendo a mais do que uma atividade.

Constância assume-se como um território fulcral no desenvolvimento destas Grandes Rotas, já que para além de se localizar no início ou final dos percursos, conforme o sentido em que são percorridos, é o ponto de ligação entre as duas Grandes Rotas.

A edição de 2019 do Festival das Grandes Rotas irá decorrer dias **24, 25 e 26 de maio** em Constância. O Município, em conjunto com agentes económicos locais, irão mais uma vez promover a Grande Rota do Zêzere e a Grande Rota do Tejo (Caminho do Tejo) no território concelhio com a realização de várias atividades nas áreas do turismo, lazer, desporto, cultura e ciência.

Este evento, integrado na estratégia de valorização turística do Médio Tejo, divulga a natureza, a cultura, a história, o património, a gastronomia e promove a saúde e o bem-estar. Centrando-se no turismo ativo, dá visibilidade ao património material e imaterial existente nas regiões do Interior Centro.

Um evento onde os amantes da natureza, desporto, lazer e aventura têm oportunidade de experimentar e vivenciar diversas atividades, desde passeios pedestres, canoagem, BTT, zumba, passando por passeios de barco, observações astronómicas, visitas temáticas e outras aventuras que apelam ao despertar das emoções sob um território ainda por descobrir.

A participação neste evento implica a aquisição do passaporte do IV Festival das Grandes Rotas, que ficará reservado após preenchimento da ficha de inscrição.

O Passaporte é o documento que confirma a inscrição nas atividades do Festival, e deve ser

adquirido pelos participantes no Posto de Turismo de Constância. O Passaporte permite usufruir de ofertas, descontos e promoções nas atividades, assim como nos alojamentos e restauração aderentes.

### [FORMULÁRIO ONLINE DE INSCRIÇÕES](#)

#### [Termo de Responsabilidade](#)

O programa do IV Festival das Grandes Rotas é composto pelas seguintes atividades:

#### **Dia 24 de maio**

##### **21h00 - Auditório Casa-Memória de Camões Abertura do IV Festival das Grandes Rotas**

##### **21h00 - Auditório Casa-Memória de Camões**

##### **Palestra sobre viagens de aventura e desafios em autonomia**

Palestra proferida por Manuel Marques e Bárbara Marques, onde irão partilhar as experiências vividas durante a sua aventura, realizada de bicicleta, nos cerca de 13 000 km que unem o cabo da Roca em Portugal com o cabo Norte na Noruega.

##### **22h00 - Animação com Pão de Ló DJs Sets e Spots de Bebidas**

#### **Dia 25 de maio**

##### **09h00 – Posto de Turismo de Constância**

##### **Passeio pedestre – 12 km**

Percurso linear com início no Parque Ambiental de Santa Margarida e final em Constância. Percorre caminhos florestais, trilhos e atravessa as pontes rodoviárias dos rios Tejo e Zêzere. Algumas partes do percurso estão incluídas na variante sul do Caminho do Tejo – GR12. O município disponibiliza transporte em autocarro do ponto de encontro, Posto de Turismo de Constância, para o início do percurso no Parque Ambiental de Santa Margarida.

Ponto de encontro: Posto de Turismo de Constância

Hora de início: 9h00

Duração: 3h30

Distância: 12 km

Dificuldade: média

Público-alvo: maiores de 10 anos

##### **15h00 - Rio Zêzere**

##### **River Challenge**

Constância é reconhecida nacionalmente como a Meca do Turismo Náutico, no que concerne à prática da canoagem de turismo. Prova disso são os milhares de turistas nacionais e estrangeiros que procuram a vila para aqui iniciar a descida do Tejo ou do Zêzere, após a barragem de Castelo de Bode. A presente edição do Festival pretende lançar o desafio para colocar o maior número de pessoas a descer o Zêzere entre a barragem de Castelo do Bode e

Constância.

### **14h00 – Zona histórica de Constância**

#### **Downhill urbano**

Na sua 3.<sup>a</sup> edição o Downhill Urbano de Constância assume-se cada vez mais como uma aposta ganha no panorama das provas de DHU nacionais. Contando com a participação de atletas oriundos dos mais dispareos pontos do país, a combinação de obstáculos naturais e artificiais, com rampas, muros, paredes e escadarias, associado à beleza desta vila, localizada na foz do Zêzere, conferem ao evento a dinâmica e a espetacularidade que o mesmo persegue.

#### **Horário**

14:00/15:00 Treinos Livres;

15:30 – 1<sup>a</sup> Descida;(Ordenação realizada pela ordem de inscrição)

17:00 – 2<sup>a</sup> Descida;(Ordenação realizada do pior tempo para o melhor)

18:30 – Entrega de Prémios;

#### **PRÉMIOS MONETÁRIOS**

Geral:

1<sup>o</sup> Prémio: 150€

2<sup>o</sup> Prémio: 120€

3<sup>o</sup> Prémio: 100€

4<sup>o</sup> Prémio: 75€

5<sup>o</sup> Prémio: 60€

6<sup>o</sup> Prémio: 45€

7<sup>o</sup> Prémio: 35€

8<sup>o</sup> Prémio: 25€

9<sup>o</sup> Prémio: 15€

10<sup>o</sup> Prémio: 5€

#### **Troféu "A Caminho do Tejo" conjuntamente com a autarquia abrantina**

1.<sup>o</sup> Prémio: 200€

2.<sup>o</sup> Prémio: 100€

3.<sup>o</sup> Prémio: 50€

Inscrições em <http://pageless.net/sportchip/Eventos/downhill-urbano-const-ncia/17>

**18h30 – River Sunset com Rodrigo Simões e Spots de Bebidas**

**22h00 – Animação com DJs I Love the 90's e Spots de Bebidas**

#### **Dia 26 de maio**

##### **00h00 – Posto de Turismo de Constância**

##### **Passeio pedestre noturno com degustação – 33 km**

Nesta 4.<sup>a</sup> edição do Festival das Grandes Rotas desafiamos todos os pedestrianistas a

percorrer uma distância condizente com um percurso de grande rota, mais de 30 km. E porquê 33 km? Pois 33 é o número de registo da Grande Rota do Zêzere – GR33. Para além da particularidade da distância, este passeio pedestre tem outras particularidades, ser realizado durante a noite e podermos ver o nascer do sol de um ponto estratégico, com a degustação de produtos regionais a servir de pequeno-almoço. Trata-se de um percurso circular com início e final em Constância, percorrendo alguns troços do Caminho do Tejo-GR12 e da Grande Rota do Zêzere-GR33.

Ponto de encontro: Posto de Turismo de Constância

Hora de início: 00h00

Duração: 8h00

Distância: 33 km

Dificuldade: elevada

Público-alvo: maiores de 14 anos



O **Festival das Grandes Rotas** surgiu em 2016 como um evento que visa promover o território do concelho de Constância em geral, mas sobretudo e em particular a Grande Rota do Zêzere e a Grande Rota do Tejo, dois percursos marcados que funcionam como equipamentos de cariz turístico para a região centro do país.

**A Grande Rota do Zêzere (GR33)** é um percurso linear, com cerca de 370 km, marcado nos dois sentidos, que acompanha o rio Zêzere entre a sua nascente na Serra da Estrela e a sua foz no rio Tejo em Constância, percorrendo no seu trajeto o território de 13 concelhos.

**A Grande Rota do Tejo (GR12 E7)**, designada de Caminho do Tejo, é um percurso, com cerca de 45 km, que se prolonga pelas margens do rio Tejo entre a estação de canoagem de Alvega no concelho de Abrantes e a vila de Constância. Apresenta uma variante que percorre a margem sul do rio, permitindo tornar o percurso circular entre Abrantes e Constância, numa distância com cerca de 70 km. A Grande Rota do Tejo é um percurso que se pretende transeuropeu.

Para além da possibilidade de serem percorridos a pé, estas Grandes Rotas foram projetadas para também poderem ser realizadas de bicicleta ou em canoa. Desta forma, podem ser efetuadas de forma contínua e encadeadas por troços, ou então, em circuitos multimodais, recorrendo a mais do que uma atividade.

Constância assume-se como um território fulcral no desenvolvimento destas Grandes Rotas, já que para além de se localizar no início ou final dos percursos, conforme o sentido em que são percorridos, é o ponto de ligação entre as duas Grandes Rotas.

A edição de 2018 do Festival das Grandes Rotas irá decorrer dias **18, 19 e 20 de maio** em Constância. O Município, em conjunto com agentes económicos locais, irão mais uma vez promover a Grande Rota do Zêzere e a Grande Rota do Tejo (Caminho do Tejo) no território concelhio com a realização de várias atividades nas áreas do turismo, lazer, desporto, cultura e ciência.

Este evento, integrado na estratégia de valorização turística do Médio Tejo, divulga a natureza, a cultura, a história, o património, a gastronomia e promove a saúde e o bem-estar. Centrando-se no turismo ativo, dá visibilidade ao património material e imaterial existente nas regiões do Interior Centro.

Um evento onde os amantes da natureza, desporto, lazer e aventura têm oportunidade de experimentar e vivenciar diversas atividades, desde passeios pedestres, canoagem, BTT, zumba, passando por passeios de barco, observações astronómicas, visitas temáticas e outras aventuras que apelam ao despertar das emoções sob um território ainda por descobrir.

A participação neste evento implica a aquisição do passaporte do III Festival das Grandes Rotas, que ficará reservado após preenchimento da ficha de inscrição.

O Passaporte é o documento que confirma a inscrição nas atividades do Festival, e deve ser adquirido pelos participantes no Posto de Turismo de Constância. O Passaporte permite usufruir de ofertas, descontos e promoções nas atividades, assim como nos alojamentos e restauração aderentes.

### [Apresentação BTL 2018](#)

### [FORMULÁRIO ONLINE DE INSCRIÇÕES](#)

### [Termo de Responsabilidade](#)

O programa do III Festival das Grandes Rotas é composto pelas seguintes atividades:

#### **Dia 18 de maio**

**20h30 - Auditório Casa-Memória de Camões**  
**Abertura do III Festival das Grandes Rotas**

**21h00 - Auditório Casa-Memória de Camões**

### **Palestra**

Palestra sobre viagens de aventura e desafios em autonomia, onde os oradores irão partilhar as suas experiências e responder a algumas dúvidas sobre como preparar uma dessas viagens. Seguramente terá interesse para todos aqueles que gostam de uma boa estória de aventuras e particularmente para todos que se sentem tentados a aceitar um desafio e partir em busca dessa realização.

**Oradores:** Adnilo Chande, José Real (CLAC) e Diogo Simões (CLAC)

### **Dia 19 de maio**

#### **9h30 – Rio Zêzere**

##### **Canoagem**

Constância é reconhecida nacionalmente como a Meca do Turismo Náutico, no que concerne à prática da canoagem de turismo. Prova disso são os milhares de turistas nacionais e estrangeiros que procuram a vila para aqui iniciar a descida do Tejo ou do Zêzere, após a barragem de Castelo de Bode. A presente edição do Festival pretende lançar o desafio para colocar o maior número de pessoas a descer o Zêzere entre a barragem de Castelo do Bode e Constância.

#### **14h00 – Zona histórica de Constância**

##### **Downhill urbano**

DOWNHILL URBANO ou DHU, é uma variante do Downhill disputada dentro de cidades que são privilegiadas com um relevo acidentado. Os circuitos combinam obstáculos naturais e artificiais, como rampas, muros e escadarias. A migração do evento dos circuitos de terra para as ruas da cidade serviu para divulgar melhor a modalidade, pois o público passou a acompanhá-lo mais de perto, interagindo mais com a prova, o que conseqüentemente atraiu a atenção de mais pilotos e da imprensa mundial. Esta será a 2.ª edição a decorrer em Constância.

### **Horário**

14:00/15:00 Treinos Livres;

15:30 – 1ª Descida;(Ordenação realizada pela ordem de inscrição)

17:00 – 2ª Descida;(Ordenação realizada do pior tempo para o melhor)

18:30 – Entrega de Prémios;

### **PRÉMIOS MONETÁRIOS**

#### **Geral:**

1º Prémio: 180€

2º Prémio: 140€

3º Prémio: 120€

4º Prémio: 90€

5º Prémio: 70€

6º Prémio: 50€

7º Prémio: 40€

8º Prémio: 30€

9º Prémio: 20€

10º Prémio: 10€

Troféu "A Caminho do Tejo" conjuntamente com a autarquia abrantina

1.º Prémio: 200€

2.º Prémio: 100€

3.º Prémio: 50€

Inscrições em <https://www.bttmanager.com/Eventos/dh-urbano-const-ncia/353>

**Data limite de inscrições:** 18 de maio

### **18h30 – Junto ao painel de Neptuno**

#### **Aula de Zumba**

O Zumba é exercício físico aeróbico, baseado em movimentos de diversos tipos de músicas latinas, como o merengue, a cumbia, a salsa, o reggaeton, entre outros.

### **20h00 – Junto ao Monumento a Camões**

#### **3 horas de resistência urbana noturna em BTT**

O BTT Urbano não é mais do que a realização de um percurso de cariz urbano em cima de uma bicicleta de BTT, onde diversas componentes do espaço urbano se tornam obstáculos desafiantes e atrativos para o participante. O estímulo para a procura da superação, sustentada pela apropriação do tecido urbano e onde a componente física, técnica do binómio homem/máquina, revelam-se como fatores de elevada importância. O Clube Estrela Verde será, a par da autarquia, responsável pela iniciativa e pelo desenho do percurso, com aproximadamente 2 km, que percorrerá as ruas da vila numa noite que, esperamos, seja cheia de cor.

#### **Horário**

Abertura Secretariado: 18h30

Início: 20h00

Fim: 23h00

#### **PRÉMIOS**

Troféus

Inscrições em <https://www.bttmanager.com/Eventos/prova-de-resistencia-em-btt/354>

Data limite de inscrições: 18 de maio

### **Dia 20 de maio**

#### **9h00 – Posto de Turismo de Constância**

#### **Passeio pedestre com degustação – 31 km**

Nesta 3.ª edição do Festival das Grandes Rotas desafiamos todos os pedestrianistas a percorrer uma distância condizente com um percurso de grande rota, mais de 30 km. Este passeio pedestre terá início no Parque Ambiental de Santa Margarida e final em Constância, percorrendo alguns troços municipais do Caminho do Tejo-GR12 e da Grande Rota do Zêzere-GR33 e outros locais com elevado interesse patrimonial, sobretudo ao nível natural. De modo a garantir um ponto de abastecimento e divulgar a gastronomia local, durante o percurso teremos

um momento para degustação de produtos regionais. O município disponibiliza transporte em autocarro do ponto de encontro, Posto de Turismo de Constância, para o início do percurso no Parque Ambiental de Santa Margarida.

**Ponto de encontro:** Posto de Turismo de Constância

Duração: 8h00

Distância: 31 km

Dificuldade: elevada

Público-alvo: maiores de 12 anos

### **9h30 – Posto de Turismo de Constância**

#### **Passeio pedestre – 10 km**

Percurso circular com início junto ao Posto de Turismo de Constância, percorrendo uma parte do Caminho do Tejo – GR12 e uma parte da Grande Rota do Zêzere – GR33. Para além do contacto com as zonas ribeirinhas dos rios Tejo e Zêzere e a sua envolvente florestal, o pedestrianista terá oportunidade de conhecer a mais antiga ponte do concelho (ponte de Santo Antoninho) e as conheiras (vestígios de exploração de ouro pelos Romanos).

**Ponto de encontro:** Posto de Turismo de Constância

Hora de início: 9h30

Duração: 3h00

Distância: 10 km

Dificuldade: média

Público-alvo: maiores de 10 anos

### **21h30 – Praça Alexandre Herculano**

#### **Fado na Praça**

Espetáculo musical de encerramento do III Festival das Grandes Rotas com Amarelo e convidados. O Fado na Praça teve a 1.<sup>a</sup> edição em 2014 no âmbito dos Mercados Ribeirinhos, e como teve grande aceitação do público, a autarquia fez uma edição o ano passado, integrado no Festival das Grandes Rotas. É um espetáculo que marca a união mágica entre o Património Imaterial da Humanidade, o Fado, e a beleza do universo material da arquitetura urbana e rural.

**Atividades a decorrer em paralelo durante o festival (dias 19 e 20 de maio):**

### **VISITAS CULTURAIS E CIENTÍFICAS nos equipamentos culturais do concelho:**

#### **Passeios de Barco**

10h00 | 11h00 | 15h30 | 17h30 | 18h30

#### **Visitas ao Borboletário Tropical**

10h00 | 11h00 | 12h00 | 14h00 | 15h00 | 16h00 | 17h00

#### **Visitas ao Jardim-Horto de Camões**

10h00 > 13h00 | 14h00 > 18h00

#### **Visitas ao Museu dos Rios e das Artes Marítimas**

10h00 > 13h00 | 15h00 > 19h00

#### **Visitas ao Centro Ciência Viva / Parque de Astronomia**

Sábado: 15h00 > 19h00 e das 21h00 > 23h00

Domingo: 15h00 > 19h00

## MOSTRA DE ARTESANATO E PRODUTOS REGIONAIS



## SEMANA DO TURISMO ATIVO / II FESTIVAL DAS GRANDES ROTAS

A **Semana do Turismo Ativo** é um evento que integra o **II Festival das Grandes Rotas** e irá decorrer de 9 a 17 de setembro em Constância, através do qual o Município de Constância, em conjunto com agentes económicos locais, promove a Grande Rota do Zêzere e a Grande Rota do Tejo (Caminho do Tejo), com a realização de várias atividades nas áreas do turismo, lazer, desporto, cultura e ciência.

Este evento de cariz promocional, integrado na estratégia de valorização turística do Médio Tejo, divulga a natureza, a cultura, a história, o património, a gastronomia e promove a saúde e o bem-estar.

Centrando-se no turismo ativo e, em particular, no turismo náutico, dá visibilidade ao património material e imaterial existente nas regiões do Interior Centro.

A participação neste evento implica a aquisição do **passaporte** da Semana do Turismo Ativo e II Festival das Grandes Rotas que ficará reservado após preenchimento da **ficha de inscrição**.

O **Passaporte** é o documento que confirma a inscrição nas atividades da Semana do Turismo Ativo e do Festival, e deve ser adquirido pelos participantes no Posto de Turismo de Constância. O Passaporte permite usufruir de ofertas, descontos e promoções nas atividades, assim como nos alojamentos e restauração aderentes.

Durante o evento irão decorrer algumas atividades de participação livre, onde não é necessária a aquisição do passaporte. Consulte o programa.

[Programa da Semana do Turismo Ativo e II Festival Das Grandes Rotas](#)

[Ficha de Inscrição "Semana do Turismo Ativo e II Festival Das Grandes Rotas" - Formulário Online](#)

[Termo de Responsabilidade](#)

[FOTOPAPER: Concurso de Fotografia](#)

[FOTOPAPER: Roadbook](#)

### **Passeio Pedestre Interpretativo da Estação da Biodiversidade da Ribeira da Foz | 8 km (9 de setembro)**

Percurso circular com início no Parque Ambiental de Santa Margarida e passagem pela Estação da Biodiversidade da Ribeira da Foz. As estações da biodiversidade encontram-se em locais de elevada riqueza específica e paisagística, representativa dos habitats característicos da área, sendo compostas por pequenos percursos pedestres, sinalizados no terreno através de painéis informativos sobre as riquezas biológicas que podem ser observadas pelos visitantes. No caso da ribeira da Foz trata-se de um curso de água com uma impressionante galeria ripícola, que chega mesmo a formar um pequeno bosque.

Local de Encontro: Ecoteca do Parque Ambiental de Santa Margarida | Hora de início: 9h00 | Hora prevista do final: 12h30 | Dificuldade: média

### **COLOUR BTT – II Rota do Tejo em Bicicleta |17 km (10 de setembro)**

A atividade Colour BTT visa fundamentalmente a humanização e a promoção local e regional

do designado "Caminho do Tejo", Grande Rota 12 e Europeia 7. A atividade consiste num passeio de bicicleta, aberta à população em geral e às famílias, onde os participantes poderão decorar as suas bicicletas com luzes e todo o tipo de acessórios brilhantes/refletores, roupas fluorescentes, pinturas no corpo, etc., de forma a causar um efeito brilhante no escuro! Para além do material, colocado à disposição pela organização, solicitamos que os participantes possam também trazer algumas luzes identificadoras, máscaras, pinturas, t-shirt's refletoras, ou outros apetrechos, que possam dar mais cor à iniciativa.

A concentração será pelas 20 horas, junto ao Pavilhão Desportivo Municipal de Constância, para se dar início à preparação e decoração das bicicletas. Esta é uma atividade de cariz lúdico e destina-se às famílias, a ciclistas e pessoas que gostem de andar de bicicleta e tenham interesse em participar numa atividade com muita luz e muita diversão à mistura!

Local de Encontro: Pavilhão Desportivo de Constância | Hora de início: 20h00 | Hora prevista do final: 21h45 | Dificuldade: média

Links interessantes que podem consultar!

<https://vimeo.com/35805563>

<https://vimeo.com/20376278>

<https://www.youtube.com/watch?v=RKgZp5F1OWc>

### **ZUMBA COLOUR PARTY (10 de setembro)**

A atividade Zumba Colour Party tem como objetivo a promoção da atividade física e será orientada por agentes devidamente qualificados.

A atividade consiste numa aula de Zumba, onde os participantes poderão levar roupas fluorescentes ou qualquer acessório brilhante e fluorescente e efetuarem pinturas no corpo com tintas glow de forma a causar um efeito brilhante no escuro!

O seu início será às 21 horas e 30 minutos na Praça Alexandre Herculano em Constância, onde os participantes na aula, se devem concentrar um pouco mais cedo, para iniciarmos as pinturas no corpo com tintas adequadas.

Esta é uma atividade de cariz lúdico-desportivo e destina-se a todas as famílias e pessoas que gostem de dançar e tenham interesse em participar numa atividade com muita cor, muita música e muita diversão.

Local: Praça Alexandre Herculano | Hora de início: 21h30 | Hora prevista do final: 23h00

Links interessantes que podem consultar!

<https://www.youtube.com/watch?v=gseDzpihN3w>

<https://www.youtube.com/watch?v=eJcvXngXOvw>

<https://www.youtube.com/watch?v=XEubHKuQtfc>

<https://www.youtube.com/watch?v=t-S-MeA2GdM>

### **Colóquio "Grandes Rotas e Desenvolvimento Local" (15 de setembro)**

O colóquio "Grandes Rotas e Desenvolvimento Local" pretende ser um fórum de discussão sobre percursos pedestres em geral e as Grandes Rotas em particular e o seu papel como equipamentos que poderão contribuir para o desenvolvimento local e regional. Teremos oradores que nos virão contar a sua experiência em projetos de implementação e gestão de Grandes Rotas e outros percursos pedestres que são neste momento referências a nível nacional.

Local: Casa-Memória de Camões | Hora de início: 10h00 | Hora do final: 17h30

### **GR33 Passeio Pedestre com Degustação | 20 km (16 de setembro)**

Percurso linear com início na Aldeia do Mato, concelho de Abrantes, e final em Constância. Este passeio pedestre decorre pela Grande Rota do Zêzere (GR33), acompanhando o rio até à sua foz. O passeio terá um ponto de paragem para uma degustação dos sabores ribeirinhos. Ao realizar este percurso o pedestrianista tem oportunidade de contactar com as paisagens características do vale do Zêzere. Tratando-se de um percurso linear a organização disponibilizará transporte em autocarro do Posto de Turismo de Constância para o início do percurso na Aldeia do Mato

Local de Encontro: Posto de Turismo de Constância | Hora de início: 7h30 | Hora prevista do final: 14h30 | Dificuldade: elevada

### **Passeio Pedestre (variante margem sul GR12) | 12 km (16 de setembro)**

Percurso circular com início no Parque Ambiental de Santa Margarida, acompanhando um pouco da variante sul do Caminho do Tejo (GR12). Este passeio pedestre percorre antigos caminhos utilizados pelas populações da freguesia de Santa Margarida nas suas deslocações a pé entre as várias localidades.

Local de Encontro: Ecoteca do Parque Ambiental de Santa Margarida | Hora de início: 8h30 | Hora prevista do final: 13h00 | Dificuldade: média

### **GR12 Passeio Pedestre com Degustação | 20 km (17 de setembro)**

Percurso linear com início no Parque Tejo – Centro de Acolhimento e Interpretação do Tejo em Abrantes e final em Constância. Este passeio pedestre decorre pela variante sul do Caminho do Tejo (GR12) até ao Tramagal, passando depois para a margem norte, onde segue pelo traçado principal da GR12 até Constância. A travessia do rio Tejo será realizada nos barcos ainda utilizados pelos pescadores locais e o passeio terá um ponto de paragem para uma

degustação dos sabores do rio. Ao realizar este percurso o pedestrianista tem oportunidade de contactar com as paisagens ribeirinhas do Tejo e a cultura que aí se vive. Tratando-se de um percurso linear a organização disponibilizará transporte em autocarro do Posto de Turismo de Constância para o início do percurso em Abrantes.

Local de Encontro: Posto de Turismo de Constância | Hora de início: 7h30 | Hora prevista do final: 14h30 | Dificuldade: média

### **Passeio Pedestre (variante margem norte GR12) | 10 km (17 de setembro)**

Percurso circular com início junto ao Posto de Turismo de Constância que percorre uma pequena parte do Caminho do Tejo (GR12). Para além do contacto com a zona ribeirinha do rio Tejo e a sua paisagem envolvente, o pedestrianista terá oportunidade de conhecer a mais antiga ponte do concelho (ponte de Santo Antoninho) e as conheiras (vestígios de exploração de ouro realizada pelos Romanos).

Local de Encontro: Posto de Turismo de Constância | Hora de início: 9h00 | Hora prevista do final: 12h30 | Dificuldade: baixa



O **Festival das Grandes Rotas** é um evento que irá decorrer dias 29 e 30 de abril e 1 de maio em Constância, através do qual o Município de Constância, em conjunto com agentes económicos locais, promove a Grande Rota do Zêzere e a Grande Rota do Tejo (Caminho do Tejo) no território concelhio, com a realização de várias atividades nas áreas do turismo, lazer, desporto, cultura e ciência.

Um evento onde os amantes da natureza, desporto, lazer e aventura têm oportunidade de experimentar e vivenciar diversas atividades, desde passeios pedestres, canoagem, Colour BTT, passando por passeios de barco, observações astronómicas, visitas temáticas e outras aventuras que apelam ao despertar das emoções sob um território ainda por descobrir.

Este evento implica a aquisição do passaporte do Festival das Grandes Rotas.

O **Passaporte do Festival das Grandes Rotas** é o documento que confirma a inscrição nas atividades do Festival, e deve ser levantado pelos participantes no Posto de Turismo. O Passaporte permite usufruir de ofertas, descontos e promoções nas atividades, assim como

nos alojamentos e restauração aderentes.

**Inscrições a partir de dia 15 de março de 2016.**

[Programa do Festival das Grandes Rotas](#)

[Ficha de Inscrição "Festival Das Grandes Rotas" - Formulário Online](#)

[Termo de Responsabilidade](#)

### **PASSEIO PEDESTRE DE 20 KM**

Percurso circular com início junto ao Posto de Turismo de Constância, percorrendo a totalidade da Grande Rota do Zêzere – GR33 no concelho de Constância e uma parte do Caminho do Tejo – GR12. A ligação da GR33 à GR12 é realizada pela aldeia de Montalvo. Ao realizar este percurso o pedestrianista tem oportunidade de contactar com algumas das paisagens mais características da região, como as zonas ribeirinhas do Zêzere e Tejo, a charneca e a lezíria.

Ponto de Encontro: Posto de Turismo | Hora de início: 8h30 (o secretariado abre às 8h00) | Hora prevista do final: 15h30 | Dificuldade: Elevada

### **PASSEIO PEDESTRE DE 10 KM**

Percurso circular com início junto ao Posto de Turismo de Constância, percorrendo uma parte da Grande Rota do Zêzere – GR33 e uma parte do Caminho do Tejo – GR12. Para além do contacto com as zonas ribeirinhas dos rios Tejo e Zêzere e a sua envolvente florestal, o pedestrianista terá oportunidade de conhecer a mais antiga ponte do concelho (ponte de Santo Antoninho) e as concheiras (vestígios de exploração de ouro pelos Romanos).

Ponto de Encontro: Posto de Turismo | Hora de início: 9h30 (o secretariado abre às 8h00) | Hora prevista do final: 13h30 | Dificuldade: Média

### **COLOUR BTT**

A atividade Colour BTT visa fundamentalmente a humanização e a promoção local e regional do designado "Caminho do Tejo", Grande Rota 12 e Europeia 7. Integrada no Festival das Grandes Rotas, que irá decorrer em Constância nos próximos dias 29, 30 de abril e 1 de maio a iniciativa enquadra-se dentro do plano de promoção, das duas grandes rotas que tem o seu início e o seu fim na confluência do Rio Zêzere com o Rio Tejo.

A atividade consiste num passeio de bicicleta, aberta à população em geral e às famílias, onde os participantes poderão decorar as suas bicicletas com luzes e todo o tipo de acessórios brilhantes/refletores, roupas fluorescentes, pinturas no corpo, etc., de forma a causar um efeito brilhante no escuro! Para além do material, colocado à disposição pela organização, solicitamos que os participantes possam também trazer algumas luzes identificadoras, máscaras, pinturas, t-shirt's refletoras, ou outros apetrechos, que possam dar mais cor à

iniciativa.

A concentração será pelas 20 horas, junto à igreja de Montalvo, para se dar início à preparação e decoração das bicicletas aproveitando os últimos raios de luminosidade. Depois, pelas 20 horas e 30 minutos tem início o Colour BTT, que percorrerá a Rua Annes de Oliveira e seguirá depois para sul, onde irá entroncar com o Caminho do Tejo, até ao seu final em Constância.

Esta é uma atividade de cariz lúdico e destina-se às famílias, a ciclistas e pessoas que gostem de andar de bicicleta e tenham interesse em participar numa atividade com muita luz e muita diversão à mistura!

Links interessantes que podem consultar!

- <https://vimeo.com/35805563>
- <https://vimeo.com/20376278>
- <https://www.youtube.com/watch?v=RKgZp5F1OWc>

### **COLOUR ZUMBA**

A atividade Colour Zumba tem como objetivo a promoção da atividade física e serve como um complemento da atividade Colour BTT onde esta será orientada por agentes devidamente qualificados.

A atividade consiste numa aula de Zumba, onde os participantes poderão levar roupas fluorescentes ou qualquer acessório brilhante e fluorescente e efetuarem pinturas no corpo com tintas glow de forma a causar um efeito brilhante no escuro!

O seu início será às 21 horas e 30 minutos na Praça Alexandre Herculano em Constância, onde os participantes na aula, se devem concentrar um pouco mais cedo, para iniciarmos as pinturas no corpo com tintas adequadas.

Esta é uma atividade de cariz lúdico-desportivo e destina-se a todas as famílias e pessoas que gostem de dançar e tenham interesse em participar numa atividade com muita cor, muita música e muita diversão.

Links interessantes que podem consultar!

- <https://www.youtube.com/watch?v=gseDzpihN3w>
- <https://www.youtube.com/watch?v=eJcvXngXOvw>
- <https://www.youtube.com/watch?v=XEubHKuQtfc>
- <https://www.youtube.com/watch?v=t-S-MeA2GdM>

### **PASSEIO PEDESTRE DE 14 KM**

Percurso linear entre o Parque Ambiental de Santa Margarida e a vila de Constância, percorrendo alguns troços da variante sul do Caminho do Tejo – GR12. De modo a valorizar o passeio pedestre, o percurso traçado irá descer, a partir do Parque Ambiental, em direcção ao

vale da ribeira da Foz, de modo a que o pedestrianista possa contemplar toda a riqueza natural desta ribeira. A aproximação a Constância é realizada fora do traçado da GR12, por um trilho mais técnico que percorre as margens dos rios Tejo e Zêzere. Tratando-se de um percurso linear a organização disponibilizará transporte em autocarro do Posto de Turismo de Constância para o início do percurso no Parque Ambiental.

Ponto de Encontro: Posto de Turismo | Hora de início: 8h30 (o secretariado abre às 8h00) | Hora prevista do final: 13h30 | Dificuldade: Elevada (percurso desníveis acentuados)

### **PASSEIO PEDESTRE DE 7 KM**

Percurso linear entre o Parque Ambiental de Santa Margarida e a vila de Constância, percorrendo a variante sul do Caminho do Tejo – GR12. A aproximação a Constância é realizada fora do traçado da GR12, por um trilho mais técnico que percorre as margens dos rios Tejo e Zêzere. Este é um passeio pedestre adequado para todos aqueles que se pretendem iniciar na modalidade. Tratando-se de um percurso linear a organização disponibilizará transporte em autocarro do Posto de Turismo de Constância para o início do percurso no Parque Ambiental.

Ponto de Encontro: Posto de Turismo | Hora de início: 9h30 (o secretariado abre às 8h00) | Hora prevista do final: 13h00 | Dificuldade: Baixa

[Promoções dos operadores turísticos](#)

[Informações úteis](#)

Para mais informações, por favor preencha este [formulário](#).

[Roteiro do Azulejo](#)

[Roteiro Cultural da Água](#)

[Roteiro do Património Natural](#)

[Percursos Pedestres de Observação e Interpretação da Natureza](#)