

caminhada na Serra do Gerês

Páscoa no Gerês

com o Clube PT

De 10 a 12 Abril 2009

PROGRAMA

"Páscoa no Gerês" - 10 a 12 de Abril 2009

- **10 Abril** (sexta-feira): até às 18h:00h - **Recepção no Parque de Cerdeira** (Campo do Gerês) (transporte dos participantes até ao local a cargo de cada um)
 - **20h:00** - Jantar no Restaurante do Parque
- **11 Abril** (sábado): 08h:30 - Pequeno Almoço 09h30 - Transporte do Grupo até Junceda (início do trilho)
 - **Programa mais exigente:**
Passeio Pedestre "**Pé de Cabril**" - 12 Km
 - **Programa mais fácil:**
Passeio Pedestre "**Silha dos Ursos**" - 5 Km
 - **20h:00** - Jantar no Restaurante do Parque
- **12 Abril** (Domingo) - 09h:30 - Pequeno Almoço
 - **Saída (fim dos serviços)**

Solicite Ficha de Inscrição

Reúna a família ou junte um grupo de amigos e venha visitar o Gerês com o Clube PT!

Depois é só optar: um percurso mais fácil ou mais exigente. No alojamento cabe a si igualmente decidir:

Conforto (aquecimento, mini-cozinha, TV) = apartamentos T1 ou T2s

Grupos - de 4 ou 8 = Camaratas

Mais económico - Campismo ou Caravanismo

Ou ainda:

Pousada da Juventude: Quartos Duplos



O Programa inclui:

Alojamento na opção escolhida;
Enquadramento logístico - monitoria das atividades por guias locais;
2 pequenos almoços;
1 almoço tipo pic-nic;
2 jantares;
Seguro de acidentes pessoais no passeio pedestre.

o Clube PT propõe-lhe:

Fim de semana no Gerês

desta vez com dois Programas de níveis distintos para as caminhadas:

- **Programa A** - com nível de dificuldade: mais Exigente
- **Programa B** - nível de dificuldade: mais Fácil

O **Parque Nacional Peneda-Gerês (PNPG)**, um autêntico museu natural, dá guarida a espécies vegetais únicas no continente, como o Lírio do Gerês e o Feto do Gerês. Nas zonas de altitude, representando vestígios de uma flora pós-glaciar, ocorrem espécies de formações alpinas, como zimbro e a erva-divina, acompanhados do teixo e dos bosques de bétula ou vidoeiro. As encostas sujeitas à influência atlântica cobrem-se de carvalho-negral, carvalho-roble e matas de azevinho. Mas a variedade climática do PNPG permite ainda a existência de vegetação tipicamente mediterrânica que, nas encostas e vales mais quentes e abrigados, surge exuberante sob a forma do sobreiro, do medronheiro e do loureiro-português. Somando-se a este conjunto, existe ainda a flora medicinal e aromática, sob a forma de ervas, arbustos ou pequenas árvores, salientando-se o arando, a carqueja, a carrasca, a erva-de-S. Roberto, o pilriteiro, o hepéricão ou erva-de-S. João, a camomila, a malva e o morangueiro-bravo.



A actividade que agora propomos dá ao participante a possibilidade de conviver com esta realidade.

De **10 a 12 de Abril** venha com o **Clube PT - ZCS** desfrutar de um fim de semana diferente com base no **Parque de Cerdeira**

- **Campo de Gerês** - **Terras de Bouro** - **GPS 41° 45' 46" N - 8° 11' 25"**





caminhada na Serra do Gerês

Páscoa no Gerês

De 10 a 12 Abril 2009

com o Clube PT

Alojamentos:

- Todas as reservas estão sujeitas ao número de vagas e a confirmação prévia por parte do Clube PT.
- Alojamentos no Parque Cerdeira:
 - Bungalow **T1** : quarto casal e sofa-cama na sala;
 - Bungalow **T1L**: c/maior área, quarto casal e sofa-cama na sala
 - Bungalow **T2** : quarto casal + quarto 2 camas e sofa-cama sala.
 - Todos os Bungalows estão equipados com WC, aquecimento, cozinha e TV.
- Alojamentos na Pousada da Juventude:
 - A Pousada fica a cerca de 1 Km do Parque de Cerdeira

Equipamento Aconselhado:

Botas de média montanha; calças impermeáveis; casa-co "polar"; blusão impermeável ou corta-vento; meias fortes; gorro; luvas;
 Bastão de caminhada; pequena mochila - máquina fotográfica ou vídeo; binóculos; cantil (min.0,75l); óculos de sol;
 Suplementos alimentares (sumos, bolachas, chocolates etc.).

Inscrições / Informações:

Para se inscrever, solicite a **Ficha de Inscrição** ao Clube PT (Lisboa)

Local: Lisboa - R. Andrade Corvo nº 9, R/C Esq.
 Tel: 2131947 50 Tlm: 964400449 email:
zcs@clubept.pt

- A Organização poderá alterar os percursos ou cancelar os programas em função da condição física dos participantes e/ou das condições meteorológicas.

Preços:

Alimentação e actividade: Sócios: 41 euros
 Familiares ou amigos: 46 euros
 (por pessoa, só alimentação e actividade)

+ Alojamentos (preço por noite):

- Opção 1 - em Bungalow **T1** de 2 pessoas: € 57,50
- Opção 2 - em Bungalow **T1L** de 2 pessoas: € 67,50
- Opção 3 - em Bungalow **T2** de 3 pessoas: € 92,50
- Opção 4 - em Bungalow **T2** de 4 pessoas: € 105,00
- Opção 5 - em Camarata - beliche de 2 a 4 pessoas: € 12 (pax)
- Opção 6 - em Tenda ou Caravana (dos participantes): a calcular
- Opção 7 - Pousada Juventude - Quarto 2 Pax: € 40,00
- Opção 8 - Pousada Juventude - Bungalow 4Pax: € 90,00

Outras Opções possíveis de estudar caso a caso.

Passeio Pedestre "**Pé de Cabril**" - 12 Km

Partida e chegada do Parque de Cerdeira. Transporte até Junceda.

Percurso circular: iniciamos a etapa até aquele que é o sítio mais altaneiro da Serra do Gerês – o Pé de Cabril (1234m). Uma das maiores fragas desta serra, de cujo cume é possível contemplar uma ampla paisagem sobre as cumeadas das serras de Arga, Peneda, Soajo, Amarela, Gerês, Cabreira, Larouco e às vezes o mar...

A Descida é feita passando pela casa florestal de Junceda e depois até ao Parque de Cerdeira.

o Clube PT propõe-lhe:

Fim de semana no Gerês

Faça-se sócio, beneficie logo das vantagens de sócio!

É simples, é só Ligar-se a www.clubept.pt (inscrição online)

Grandes Viagens

Clube PT - 2009
Tome nota...

Feriados de Junho: 6 a 14

"Cuba Colonial"

Havana, Pinar del Rio, Cienfuegos, Trinidad, Guama e Varadero.

9 dias (circuito base de 6 a 14 Jun)
Opção mais 6 dias em Varadero (extensão tudo incluído).

Programa a divulgar em breve

Feriado de Outubro:

"China Maravilhosa"

Pequim, Xian, Cruzeiro no Rio Yangtze, Shangai e Suzhou.

13 dias