

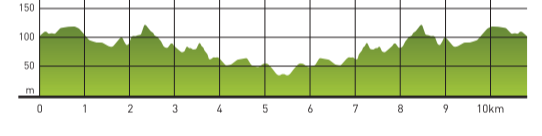
**CENTRO DE BTT  
MOUNTAIN BIKE CENTRE  
VALONGO**

4 NÍVEIS / LEVELS

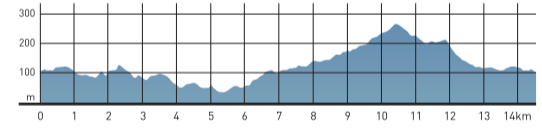
153 KM TRILHOS SINALIZADOS / SIGNED TRAILS

ESTACÃO DE SERVIÇO PARA BICICLETAS / BIKE STATION

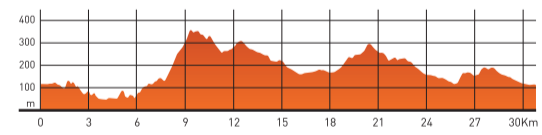
**1** DISTÂNCIA / DISTANCE 10,8 km / 6,7 mi / TEMPO / TIME 1h - 1h30  
DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 245 m / 804 ft



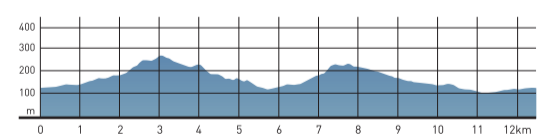
**2** DISTÂNCIA / DISTANCE 14,5 km / 9 mi / TEMPO / TIME 1h30 - 2h  
DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 330 m / 1083 ft



**3** DISTÂNCIA / DISTANCE 30,7 km / 19 mi / TEMPO / TIME 3h - 3h30  
DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 824 m / 2700 ft




**4** DISTÂNCIA / DISTANCE 12,4 km / 7,7 mi / TEMPO / TIME 1h30 - 2h  
DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 315 m / 931 ft



**5** DISTÂNCIA / DISTANCE 35,6 km / 22 mi / TEMPO / TIME 3h30 - 4h  
DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 932 m / 3058 ft



**6** DISTÂNCIA / DISTANCE 49 km / 30,4 mi / TEMPO / TIME 4h - 5h  
DESNÍVEL ACUMULADO / POSITIVE CLIMBING 1190 m / 3904 ft



- PONTOS DE INTERESSE / POINTS OF INTEREST**
- 1 - Rio Ferreira / Ferreira river
  - 2 - Aldeia de Couce / Village of Couce
  - 3 - Marco "Parque Paleozóico" / "Paleozoic Park" Mark
  - 4 - Miradouro / Viewpoint
  - 5 - Marco Geodésico de Santa Justa / Geodesic landmark
  - 6 - Capela de Santa Justa / Chapel
  - 7 - Cruzeiro de Santa Justa / Cross
  - 8 - Centro de Interpretação Ambiental / Environmental Interpretation Centre
  - 9 - Zona de Lazer de S. Lázaro, Ponte Romana, capela, moinho / Recreational Area
  - 10 - Mina / Mine
  - 11 - Parque da Cidade / City Park
  - 12 - Gruta Natural / Natural Cave
  - 13 - Extração Mineira / Mining Extraction
  - 14 - Sanatório / Sanatory
  - 15 - Fojo das Pombas / Wolf Trap
  - 16 - Moinho / Watermill
  - 17 - Capela da Srª das Chãs / Chapel
  - 18 - Capela de São Bartolomeu / Chapel
  - 19 - Marco Geodésico de Quintarei / Geodetic landmark
  - 20 - Miradouro / Viewpoint
  - 21 - Ribeiro de Fontelhas / Fontelhas Stream
  - 22 - Serra de Pias / Parapente / Paragliding
  - 23 - Ponte Romana / Roman bridge
  - 24 - Capela do Sanatório / Sanatory Chapel
  - 25 - Igreja de São Martinho do Campo / Church
  - 26 - Minas de Terrafeita / Terrafeita's Mines
  - 27 - Ponte Romana / Roman bridge
  - 28 - Moinho / Watermill
  - 29 - Ponte Romana / Roman bridge
  - 30 - Igreja Matriz / Parish Church
  - 31 - Pelourinho de Sobrado / Pillory

**LEGENDA / KEY**

- Percurso de BTT / Mountain Bike routes
- Estrada alcatroada / Paved Road
- Curso de água / Water Line
- Fonte / Water source
- Alojamento / Accommodation
- Restaurante / Restaurant
- Mini-mercado / Market
- Café / Coffeehouse
- Loja de Bicicletas / Bike shop

