



(1) Figueira da Foz > (2) Aveiro > (3) Luso > (4) Curia > (5) Covilhã > (6) Manteigas > (7) Termas de Monfortinho > (8) Parque Natural do Tejo Internacional > (9) Meandro del Melero > (10) Valle del Ambroz > (11) Jerte > (12) La Vera > (13) Las Villuercas > (14) Barragem de Cijara > (15) Barragem de La Serena > (16) Barragem de Orellana > (17) Termas romanas na localidade de Alange > (18) Lago artificial do Alqueva > (19) Parque Natural do Vale do Guadiana > (20) Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina > (21) Reserva Natural das Lagoas de Santo André e da Sancha > (22) Reserva Natural do Estuário do Sado

ROTA DA ÁGUA

Iniciamos a nossa rota da água na **(1) Figueira da Foz**, junto à espectacular foz do rio Mondego. Percorrendo a costa em direção a norte chegamos a **(2) Aveiro**, a Veneza portuguesa, construída sobre uma rede de canais e onde é imprescindível visitar as suas praias da Costa Nova e da Barra.

A Região Centro esconde no seu interior um paraíso da água: localidades termais como o **(3) Luso** ou a **(4) Curia** abrem caminho para a Serra da Estrela, a mais imponente zona montanhosa de Portugal continental, com uma grande oferta de empreendimentos turísticos termais na **(5) Covilhã** ou em **(6) Manteigas**. Na Serra da Malcata, perto de localidades como Penamacor ou da peculiar aldeia de Monsanto, encontramos as **(7) Termas de Monfortinho**, junto à fronteira espanhola.

As águas que banham o **(8) Parque Natural do Tejo Internacional** são o ponto de encontro da Extremadura, do Alentejo e da Região Centro. O rio transforma-se em fronteira natural entre os dois países, num espaço de grande valor natural e cuja paisagem pode ser admirada a partir do barco *Varanda do Tejo*, que realiza percursos com paragens em Lentiscais, Cedillo, Herrera de Alcántara e Santiago de Alcántara.

A rota entra na Extremadura e continua para norte: a comarca de Las Hurdes recebe-nos com as suas ribeiras, quedas de água, grutas com gravuras e pinturas rupestres, e onde é imprescindível visitar o **(9) Meandro del Melero**. Dirigindo-nos para leste, chegaremos ao **(10) Valle del Ambroz**, com a conhecida

Rio Ambroz. Hervás



Praia da Comporta

localidade balneária de Baños de Montemayor, Hervás e o seu bairro judeu, as ruínas romanas de Cáparra e Guijo de Granadilla.

No sopé da Serra de Gredos encontram-se dois dos vales mais conhecidos da Extremadura: o de **(11) Jerte**, com a sua Garganta de los Infernos e a espetacular paragem de Los Pilonés; e **(12) La Vera**, uma comarca cheia de gargantas, cascatas e piscinas naturais.

A rota da água prossegue, atravessando **(13) Las Villuercas** e Guadalupe, até chegar às barragens da cabeceira do Guadiana: **(14) Cijara**, **(15) La Serena** (a maior de Espanha) e **(16) Orellana**, que dispõe da única praia espanhola de água doce com bandeira azul. Rio abaixo, nas imediações de Mérida, encontramos a barragem romana de Proserpina, o Parque Natural de Cornalvo e as **(17) Termas romanas na localidade de Alange**.

No nosso trajeto até ao Alentejo chegamos ao grande **(18) lago artificial do Alqueva**, o maior da Europa, que oferece múltiplas possibilidades de turismo náutico: casas “flutuantes”, aluguer de barcos e cruzeiros para descobrir este mar rodeado de azinheiras. Partindo de diferentes cais de embarque na parte espanhola (Villareal e Cheles) ou na portuguesa (Monsaraz, Amieira e o cais de Moura), pode tirar-se partido deste espaço único na Europa, que proporciona a estas regiões 1160 quilómetros de costa interior.

O rio leva-nos rumo a sul até chegar ao **(19) Parque Natural do Vale do Guadiana**, junto a Mértola, onde se pode observar um dos acidentes geológicos mais espetaculares deste rio singular: o Pulo do Lobo.

Deixando para trás Ourique, junto ao Castro da Cola, e passando pelo Barranco de Santa Clara-a-Velha, dirigimo-nos até ao **(20) Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina**, um enclave salpicado de praias virgens junto à Zambujeira do Mar ou Vila Nova de Milfontes, que também inclui o percurso final do rio Odemira.

Percorrendo a costa atlântica para norte, encontraremos a **(21) Reserva Natural das Lagoas de Santo André e da Sancha**, onde a existência de água doce e salgada dá origem a um conjunto diversificado de ecossistemas aquáticos e ribeirinhos.

Continuando pela costa em direção a norte, chegamos à **(22) Reserva Natural do Estuário do Sado**, em cujas proximidades se encontram praias de enorme beleza, como as de Pego, Carvalhal, Comporta ou Tróia, frente à Serra da Arrábida.