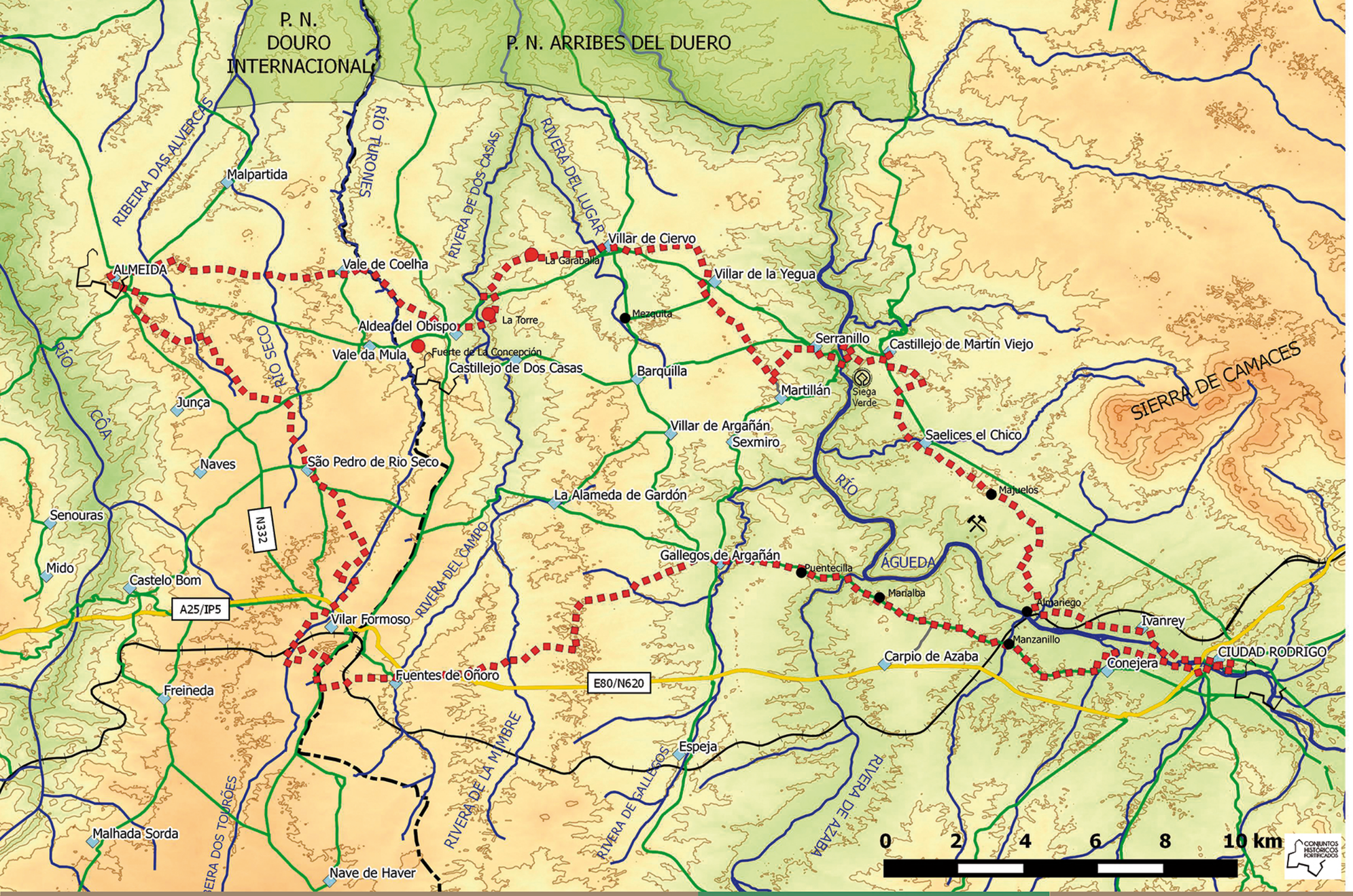


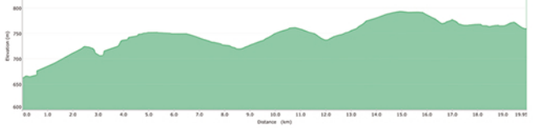
1. Almeida - Villar de Ciervo, 18.5 km.

2. Villar de Ciervo - Sælices el Chico, 19,5 km.

3. Sælices el Chico - Ciudad Rodrigo, 16,5 km.

4. Ciudad Rodrigo - Gallegos de Argañán, 17,2 km.

5. Gallegos de Argañán - Vilar Formoso, 20 km.



6. Vilar Formoso - Almeida, 18,9 km.

Paneles interpretativos y señales direccionales

Varios paneles te acercan a los principales recursos naturales y culturales que puedes observar junto al sendero. Las señales verticales te ayudarán a orientarte y algunas de ellas contienen un mapa con el punto exacto donde te encuentras, para que sepas lo que has recorrido y lo que te queda.

Painéis interpretativos e sinais de direcção

Encontrará vários painéis próximos dos principais recursos naturais e culturais que pode observar junto do caminho. Os sinais verticais irão ajudá-lo a orientar-se e alguns deles contêm um mapa com a sua localização exacta, para que saiba o que já percorreu e o que ainda falta percorrer.

FICHA TÉCNICA

Longitud total: 110 km.
Tiempo total a pie: 6 días - 19 h.
Tiempo total en bici: 1 ó 2 días – 9h.
Sendero circular. A pie, en bici o a caballo.
Dificultad media (MIDE 2): Desnivel bajo con longitud larga. Camino en su mayoría ancho.
Equipo recomendado: Lleva botas, agua potable y gorro.
Épocas recomendadas: Todo el año. No se recomienda en días de lluvia intensa. Mucha precaución en invierno con heladas severas y/o nieve.

FICHA TÉCNICA

Extensão total: 110 km.
Tempo total a pé: 6 dias – 19 h.
Tempo total de bicicleta: 1 ou 2 dias – 9 h.
Caminho circular: a pé, de bicicleta ou a cavalo.
Dificuldade média (MIDE 2): Percurso longo com declives pouco acentuados e caminhos amplos na sua generalidade.
Equipamento recomendado: Levar botas, água potável e gorro.
Épocas recomendadas: Durante todo o ano. Não recomendado em dias de chuva intensa. Atenção redobrada no Inverno, com geada e/ou neve forte.

Alojamientos y alimentación, restaurantes, bares y otros servicios

Ciudad Rodrigo, Almeida, Vilar Formoso y algunos pueblos que el sendero atraviesa cuentan con numerosos restaurantes y bares, donde podrás degustar platos típicos de estas tierras. En las localidades al pie del sendero puedes encontrar supermercados y tiendas donde adquirir comida y bebida, así como recuerdos, libros sobre los recursos de interés turístico y artesanía regional. También hay tiendas de artículos deportivos para senderismo y cicloturismo.

Alojamento e alimentação, restaurantes e bares e outros Serviços

Ciudad Rodrigo, Almeida, Vilar Formoso e algumas aldeias que o caminho atravessa contam com inúmeros restaurantes e bares, onde poderá degustar a gastronomia típica destas terras. Nas localidades próximas do caminho, encontrará supermercados e lojas onde poderá comprar alimentos e bebidas, bem como lembranças, livros sobre os locais de interesse turístico e artesanato regional. Também existem lojas de artigos de desporto para caminhada e cicloturismo.

www.ciudadesamuralladas.com/servicios.htm
www.cm-almeida.pt www.aytociudadrodrigo.es