

# GUIA DA REDE DE PERCURSOS PEDESTRES



# CONCELHO DE SETÚBAL



# GUIA DA REDE DE **PERCURSOS PEDESTRES**





# MAPA GERAL DOS PERCURSOS

5





# índice

- 1** SETÚBAL ENTRE A SERRA E O MAR **p9**
  - Parque Natural da Arrábida **p11**
  - Como chegar **p14**
  - Clima **p15**
  
- 2** PROJETO ARRÁBIDA WALKING TRAILS **p17**
  - Sinalética **p18**
  - Grau de dificuldade, altimetria e recomendações **p18**
  - App Setúbal SOS **p19**
  
- 3** CÓDIGO DE CONDUTA **p21**
  
- 4** REDE DE PERCURSOS PEDESTRES **p25**
  - PR1 STB - Encostas de S. Filipe **p25**
  - PR2 STB - Alto do Formosinho **p31**
  - PR3 STB - Portinho da Arrábida **p39**
  - PR4 STB - Aldeias de Azeitão **p47**
  
- 5** CONTACTOS ÚTEIS **p55**





# | 1

## SETÚBAL, ENTRE A SERRA E O MAR

Com um enquadramento único junto do mar, envolvido por duas áreas naturais protegidas – a Reserva Natural do Estuário do Sado e o Parque Natural da Arrábida, que inclui o Parque Marinho Luiz Saldanha –, o concelho de Setúbal tem muito para oferecer.

As praias, as paisagens, as pessoas e as tradições, os vinhos e a gastronomia, com destaque para o peixe, o lado nobre de Azeitão e os edifícios históricos que convivem lado a lado com a contemporaneidade. Tudo numa cidade onde há sempre tempo para viver momentos únicos.

Membro do Clube das Mais Belas Baías do Mundo desde 2002, Setúbal conta com vários prémios nacionais e internacionais que têm distinguido zonas balneares e equipamentos, como a Praia de Galapinhos, eleita a melhor praia da Europa em 2017 pelo site Europe's Best Destinations, e o Mercado do Livramento, considerado em 2016 dos melhores mercados de peixe do mundo pelo jornal USA Today.







## Parque Natural da Arrábida

A cordilheira da Arrábida, à qual o parque natural deve a designação, é uma área de influência mediterrânica muito significativa. Ao longo das suas elevações, apresentam-se belas paisagens, onde a serra se constitui como barreira orográfica entre o litoral e o interior, possuindo vegetação exuberante.

A orientação da cordilheira é ENE-OSO, apresentando um comprimento de cerca de 35 km e uma largura média de 6 km. A altitude máxima é de 501 m, no anticlinal do Formosinho.

O território do Parque Natural da Arrábida, que ocupa uma superfície de aproximadamente 17 mil ha, dos quais mais de 5 mil são de superfície marinha, foi objeto de uma ocupação humana desde os tempos pré-históricos, de que resulta um património cultural e religioso significativo, com destaque para o Convento da Arrábida, bem como atividades tradicionais ainda com elevado peso no território, como a pesca e a produção de queijo, vinho, como a casta Moscatel, e mel, devido à abundância das flores aromáticas como alecrim, murta, esteva, lavandula, tomilho e tojo.

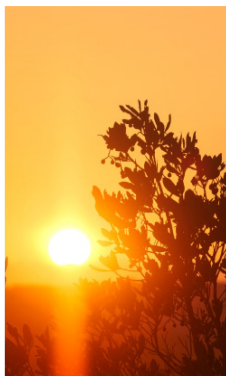
A localização privilegiada no extremo ocidental do continente europeu aliada às características climáticas e geológicas permitiram que neste local se desenvolvessem processos naturais ímpares ao longo da história da flora.

A vegetação, apesar de muitas semelhanças com a de outras serras calcárias localizadas mais a norte, apresenta aspetos exclusivos, como o carrascal arbóreo e o tojal. As regiões calcárias do país são também dos locais mais ricos em orquídeas e o Parque Natural da Arrábida não é exceção, com cerca de 30 espécies da família *Orchidaceae* referidas para a área.

Também a nível da fauna, o território da Arrábida apresenta muitas especificidades, com evidência para as aves que veem este local como privilegiado para as suas rotas migratórias. A águia de Bonelli, a águia-de-asa-redonda ou búteo e o peneireiro-comum são todas rapinas ameaçadas que nidificam nas falésias. Estes habitats são também local para a ocorrência de um vasto conjunto de outras aves, como a águia-pesqueira, o bufo-real, o corvo-marinho-de crista e o pombo-das-rochas.

O Parque Natural da Arrábida constitui um local privilegiado para a observação de aves e para o estudo das interações entre as aves migradoras e as plantas mediterrânicas. Estas interações são do tipo mutualista e parece estarem associadas a um processo de coevolução.

Além das aves, morcegos e mamíferos como raposa, gineta, saca-rabos, javalis, lebres e coelhos são habitantes comuns deste território. De ressaltar ainda o facto de o gorgulho-esmeralda-rosado *Cneorhinus serranoi* e o caracol *Candidula setubalensis* ocorrerem exclusivamente na Serra da Arrábida, sendo que este último se encontra na Lista Vermelha da IUCN.







## Clima

O clima da região apresenta características mediterrânicas, com uma clara influência atlântica, sendo marcada por um clima sub-húmido e temperado com um verão quente e seco e um inverno pouco frio e chuvoso. Ao longo do ano, em geral a temperatura varia de 7° C a 30° C e raramente é inferior a 3° C ou superior a 36° C.







# 12

## PROJETO ARRÁBIDA WALKING TRAILS



O projeto Percursos Pedestres da Arrábida – Arrábida Walking Trails consiste numa oferta de percursos pedestres em pleno Parque Natural da Arrábida, com uma extensão total de cerca de 44 kms, que percorrem os melhores caminhos que esta área protegida oferece dentro do concelho de Setúbal.

A rede é constituída por quatro percursos de pequena rota (PR), circulares e lineares, que percorrem na maioria caminhos rurais, ligando pontos de interesse naturais ou históricos, como as aldeias, os caminhos tradicionais, as praias e os pontos mais altos das várias elevações que formam a cordilheira da Arrábida, como o Alto do Formosinho e o Alto da Vigia.

		Extensão (km)	Duração (h)	Dificuldade
PR1 STB	<b>PR1 STB</b> Encostas de S. Filipe	3,9	1h15	Muito fácil
	<b>PR2 STB</b> Alto do Formosinho	8,3	3h30	Difícil
PR3 STB	<b>PR3 STB</b> Portinho da Arrábida	2,3	1h00	Muito fácil
	Ramal Alpertuche (opcional)	1,3	0h35	Muito fácil
PR4 STB	<b>PR4 STB</b> Aldeias de Azeitão (longo)	17,0	5h15	Fácil
	<b>PR4.1 STB</b> Variante Aldeias de Azeitão (curto)	11,2	3h25	Fácil

A melhor época do ano para a realização destes percursos é de **setembro a junho**, para evitar as temperaturas altas e a afluência extra de visitantes das praias. Contudo, recomendamos que consulte as características específicas de cada percurso indicado neste guia.

## SINALÉTICA

A rede Arrábida Walking Trails, utiliza o sistema de sinalética definido pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal (FCMP®), através de marcas amarelas e vermelhas que sinalizam as pequenas rotas.



**CAMINHO  
CERTO**



**CAMINHO  
ERRADO**



**VIRAR  
À DIREITA**



**VIRAR  
À ESQUERDA**

Esta sinalética pode surgir em vários suportes como árvores e postes de eletricidade ou iluminação, cercas ou paredes, de forma intuitiva e natural por forma a permitir um usufruto pleno do trajeto, sem preocupações.

## GRAU DE DIFICULDADE, ALTIMETRIA E RECOMENDAÇÕES

De forma a transmitir a dificuldade de cada trajeto, foi adotado o código MIDE® – Método de Información de Excursiones, uma ferramenta para que o caminhante possa escolher o roteiro que mais se adequa à sua preparação e motivação.

Este método baseia o grau de dificuldade dividido em quatro aspetos relacionados com o trajeto:



### **ADVERSIDADE DO MEIO:**

Se apresenta muitos ou poucos riscos



### **TIPO DE PISO/DIFICULDADE NA PROGRESSÃO:**

Se é plano ou tem zonas em que há que recorrer ao apoio das mãos ou da escalada



### **ORIENTAÇÃO:**

Se está bem delineado ou percorre zonas fora de traçado



### **ESFORÇO FÍSICO:**

Exigência em termos de tempo de marcha efetiva

Para cada percurso, é apresentada a respetiva **classificação de MIDE**, numa escala de 1 a 5 ( 1 – muito fácil; 2 – fácil; 3 – algo difícil; 4 – difícil e 5 – muito difícil), bem como a altimetria e as recomendações particulares relativas a épocas do ano, necessidade de material específico, existência de pontos de abastecimento ou outras.

Informe-se sobre estas questões e tenha em conta a sua aptidão física antes de optar pela realização de um percurso.



#### APP SETÚBAL SOS

Recomendamos que faça o download da App SETÚBAL SOS, uma aplicação gratuita para dispositivos móveis que permite, de forma expedita, a realização de chamadas de socorro com a identificação da posição geográfica instantânea do utilizador. As chamadas são redirecionadas para o Centro Municipal de Operações de Socorro, podendo ser de extrema utilidade em situações em que seja difícil fornecer referências espaciais que facilitem a determinação do local em que se encontre e a rápida chegada de meios de ajuda.





# 13

## CÓDIGO DE CONDUTA

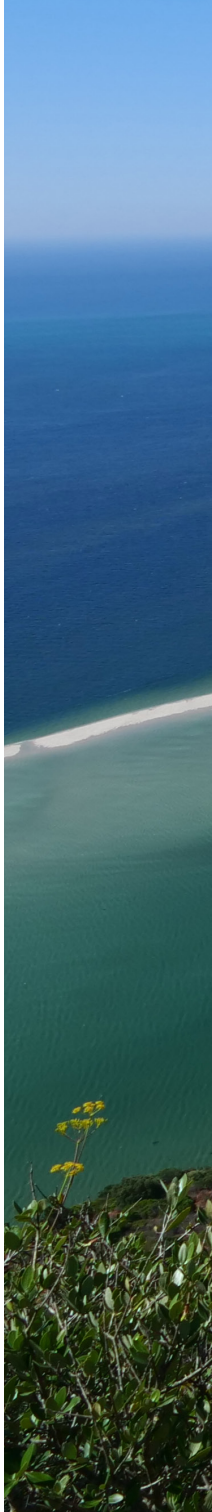
A rede de percursos pedestres desenvolve-se ao longo de uma área protegida inserida em propriedade privada. Para preservação desta rede e sua continuidade futura, é fundamental o cumprimento escrupuloso de algumas regras simples.

Relembramos que, ao percorrer esta rede de percursos, está a fazê-lo sob sua responsabilidade.

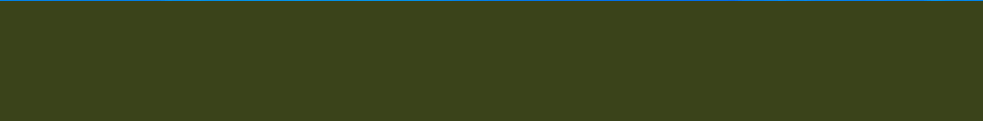
- Mantenha-se nos percursos sinalizados. Não opte por variações que possam causar impactes derivados do pisoteio ou da perturbação dos habitats;
- Apesar de se tratar de área protegida, os percursos estão inseridos na totalidade em propriedade privada. Respeite os habitantes e o património local;
- Não é permitida a circulação de viaturas motorizadas;
- É proibido acampar e fazer fogo;
- Mantenha-se à distância dos animais. Não os alimente. Observe-os com binóculos;
- Não colha plantas, nem recolha amostras geológicas;
- Cada visitante é responsável pelo lixo e detritos que produz. Transporte-os consigo para posterior depósito nos locais apropriados. Tratando-se de áreas naturais, a disponibilidade de recipientes para resíduos é muito limitada;



- Caso opte por levar o seu cão, mantenha-o com trela e recolha os seus detritos;
- Contacte as autoridades locais sempre que detete alguma irregularidade;
- Avalie bem a sua caminhada e evite riscos. Leve sempre consigo alimentação e hidratação em quantidade suficiente. Opte por percursos adequados à sua condição física;
- Os percursos devem ser utilizados por pequenos grupos. O excesso de visitantes pode causar a erosão dos mesmos e a destruição da vegetação.









**REDE DE PERCURSOS PEDESTRES****PR1  
STB****ENCOSTAS DE S. FILIPE**

Este percurso, ideal para uma curta caminhada e muito acessível para quem é iniciante, destaca-se pelas excelentes vistas. Poucas são as cidades que, como Setúbal, têm o privilégio de estar situadas junto de um rio azul como o Sado e no sopé de uma serra extraordinária como a Arrábida.

O percurso inicia-se junto do rio, no Parque Urbano de Albarquel, e desenrola-se pelos caminhos que envolvem o Forte de S. Filipe.

O Parque Urbano de Albarquel, na zona ribeirinha de Setúbal, foi inaugurado em 2008 como resultado da reabilitação de um antigo parque de campismo. Atualmente, é um dos locais mais procurados para todo o tipo de atividades ao ar livre de lazer e desportivas ligadas ao mar.

Datado do século XVI, o Forte de S. Filipe é um ponto de passagem obrigatória para quem visita Setúbal, tendo sido outrora um importante bastião defensivo e de controlo da cidade. Das suas muralhas, desfruta-se de uma das vistas panorâmicas mais extraordinárias da cidade e da baía, pelo que se aconselha a sua visita e uma paragem na esplanada.

**INÍCIO E FIM**

(38°30'53.52"N; 8°54'32.89"W)

Parque Urbano de Albarquel (PUA), no final do estacionamento, junto ao painel informativo.

## RECOMENDAÇÕES




Atenção no atravessamento da estrada no regresso. É feito em cima de uma curva, o que poderá ser perigoso. Aconselha-se a passagem para o lado direito, onde encontra uma berma mais larga.

## ABASTECIMENTO

No início do percurso, nos cafés existentes no Parque Urbano de Albarquel, na Avenida José Mourinho, na Avenida Luísa Todi ou mesmo no Forte de S. Filipe (encerra à 2ª feira).

FICHA TÉCNICA PR1		
Tipo de percurso		circular
Época aconselhada		setembro a junho
Sentido recomendado		anti-horário
Extensão		3,9 Km
Duração aproximada		1h15
Desnível acumulado		266m (133+/133-)
Altitude min/max		3m / 104m

### GRAU DE DIFICULDADE: MUITO FÁCIL

			
1	1	1	2

### PERFIL DE ALTIMETRIA



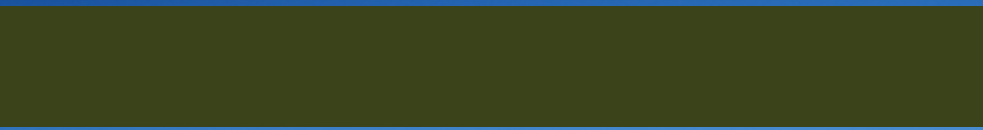


PR1  
STB

## ENCOSTAS DE S. FILIPE







**PR2  
STB**

## ALTO DO FORMOSINHO

Este percurso linear percorre as encostas norte e sul da Serra da Arrábida até ao Portinho da Arrábida, passando pelo ponto mais alto da cordilheira, o Alto do Formosinho, assinalado com o marco geodésico aos 501 m.

Este trajeto, de nível de dificuldade mais elevado, é o que mais se aproxima de condições de montanhismo, devido à grande inclinação e às características do terreno.

É dos trajetos mais carismáticos da região, pela ligação aos primeiros povoados da Arrábida (formação rochosa Castelo dos Mouros) e aos círios peregrinos ancestrais de devoção a Nossa Senhora da Arrábida, que se mantêm, pelo desafio que representa atingir o pico, por entre vegetação densa, zonas de cascalheira e de escalada em pedra, e ainda pelas paisagens de perder de vista que ligam o estuário do Sado ao do Tejo e ao limite finisterra com o oceano.

Desenvolvendo-se junto ao limite da zona de proteção total do Parque Natural da Arrábida, destaca-se pela sua vegetação mediterrânica, de porte arbustivo cerrado, e pelas características inóspitas de local inalterado.

No trajeto final do percurso, encontramos o Convento da Arrábida, localizado na vertente sul da Serra da Arrábida, que data do século XVI. Nas proximidades, existem várias guaritas, a Capela do Bom Jesus e o Convento Velho, que justificam uma visita. Este é propriedade da Fundação Oriente, obrigando a marcação de visita prévia.

## **INÍCIO**

(38°31'8.76"N; 9° 0'47.65"W)

Inicia-se em Vila Nogueira de Azeitão, na Praça da República, junto do Posto de Turismo de Azeitão.

## **FIM**

(38°28'15.10"N; 8°59'29.68"W)

Termina na EN379-1, junto do cruzamento para o Portinho da Arrábida.

## **INFORMAÇÕES IMPORTANTES**

Este percurso é fisicamente muito exigente, semelhante aos de montanha, seja pela inclinação do terreno, seja pela destreza que implica para ser percorrido. No troço ascendente, vai encontrar uma parede rochosa muito inclinada e, no descendente, curtos troços de escalada e caminho muito inclinado. Também no descendente, em meses chuvosos, a descida torna-se muito escorregadia e exigente.

## **RECOMENDAÇÕES**

O terreno necessita de calçado com forte aderência.

Atendendo à predominância de terreno rochoso e argiloso, não se recomenda a realização deste percurso nos meses mais chuvosos, como dezembro e janeiro.

## **ABASTECIMENTO**

Antes de começar a ascensão, há abastecimento disponível no Parque de Campismo de Picheleiros e, no final, no Portinho da Arrábida.

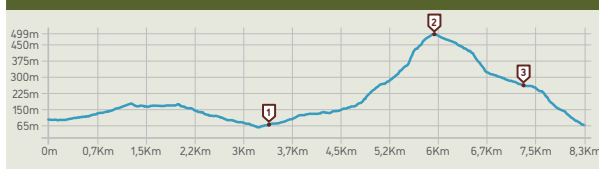


FICHA TÉCNICA PR2		
Tipo de percurso	→	linear
Época aconselhada	📅	setembro a junho
Meses desaconselhados	📅	dezembro e janeiro (meses de chuva)
Sentido recomendado	→	Vila Nogueira de Azeitão – Portinho da Arrábida
Extensão	↔	8,3 Km
Duração aproximada	🕒	3h20
Desnível acumulado	📈	1129m (544+/585-)
Altitude mín/max	📈	65m / 499m

GRAU DE DIFICULDADE: **DIFÍCIL**

			
4	2	4	3

## PERFIL DE ALTIMETRIA

PR2  
STB

ALTO DO FORMOSINHO



— PERCURSO PEDESTRE  
→ SENTIDO RECOMENDADO

**INÍCIO**

(38°31'8.76"N; 9° 0'47.65"W)

POSTO DE TURISMO, LARGO DA REPÚBLICA.  
VILA NOGUEIRA DE AZEITÃO

**FIM**

(38°28'15.10"N; 8°59'29.68"W)

EN 379-1. CRUZAMENTO PARA PORTINHO DA ARRÁBIDA

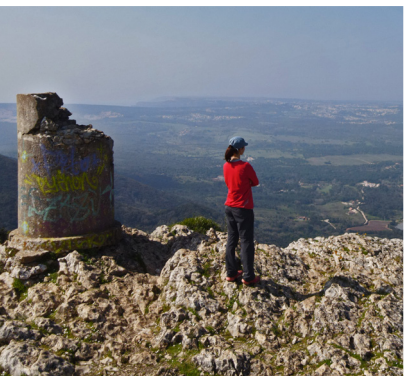
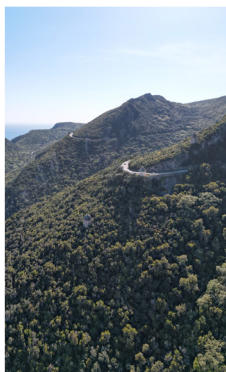
**PONTOS DE INTERESSE**

- 1 – PARQUE DE CAMPISMO DE PICHELEIROS
- 2 – ALTO DO FORMOSINHO
- 3 – CONVENTO DA ARRÁBIDA

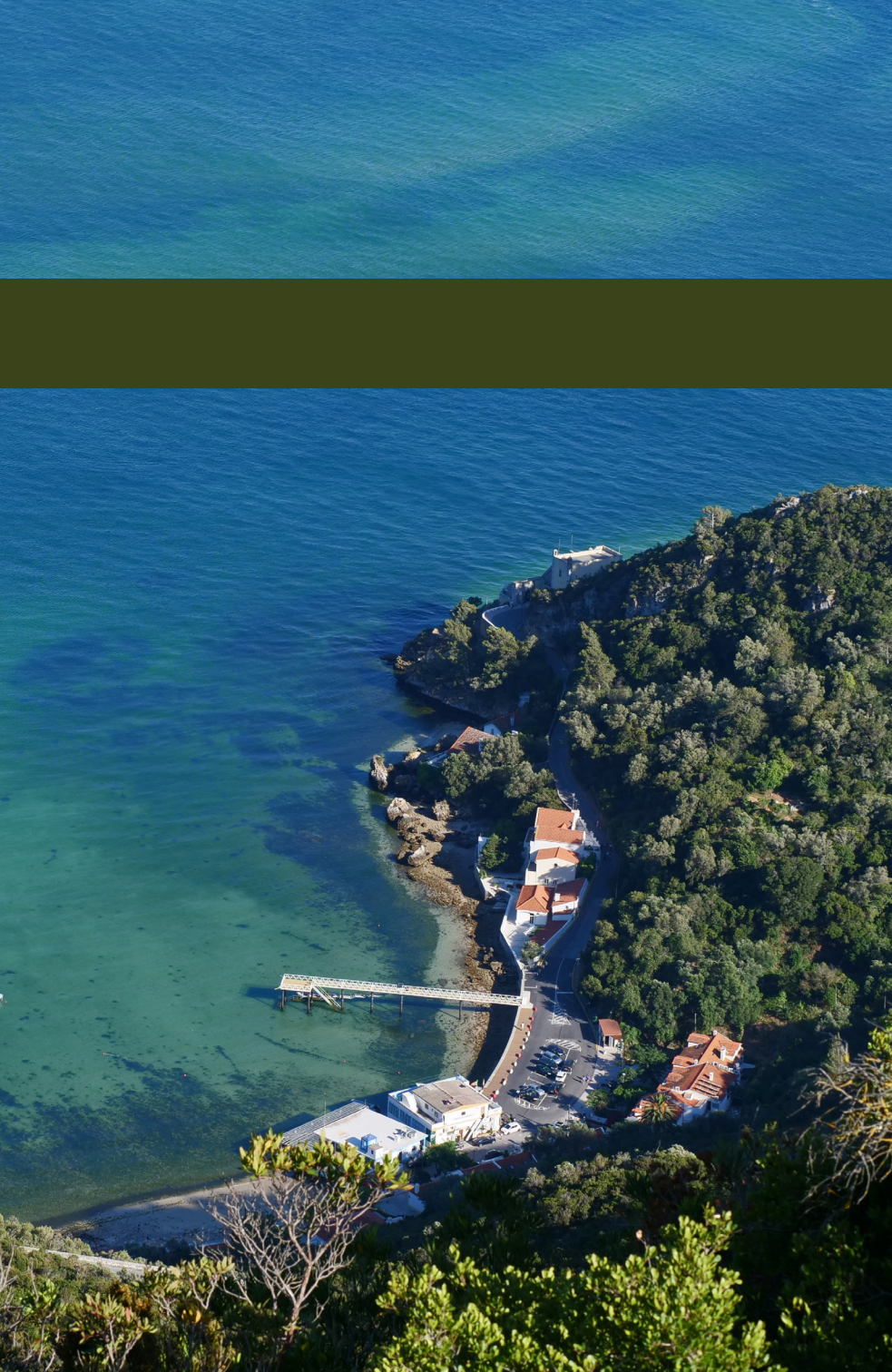
**CARTA MILITAR DE PORTUGAL**

Folhas 454 e 465 | 1/25000, IGeoE









**PR3  
STB**

## PORTINHO DA ARRÁBIDA

Este percurso, ideal para uma curta caminhada junto do mar, é excelente para iniciantes. Liga o Creiro ao Portinho da Arrábida e a Alpertuche, num trajeto que, embora curto, nos transporta ao longo das várias ocupações humanas da Arrábida.

A Estação Arqueológica do Creiro testemunha a presença de um dos mais antigos complexos industriais de produção de produtos piscícolas da zona de Setúbal, fazendo parte da Cetóbriga romana, juntamente com outras unidades fabris.

A Lapa de Santa Margarida é uma reentrância rochosa que tem a particularidade de ser facilmente visitável (após 250 degraus) e de conter no seu interior uma capela erguida no século XVII, a que antigamente acorriam diversos círios.

O Forte de Santa Maria (séc. XVII), onde se encontra instalado o Museu Oceanográfico, acolhe um enorme espólio de biodiversidade proveniente do Parque Marinho Luiz Saldanha, cedido pelo naturalista Luiz Gonzaga do Nascimento. Foi adaptado, no início do século XX, às funções de pousada pelos pais do poeta azeitonense Sebastião da Gama, conhecido pela forte ligação à proteção da natureza, em particular da Arrábida.

Em termos naturais, destaca-se a presença da Pedra da Anicha, formação rochosa existente a curta distância da costa, defronte da Praia do Creiro, que alberga uma densa biodiversidade, e as alfarrobeiras que nos acompanham ao longo do caminho de subida até final do percurso.

Termina com a possibilidade de ida a Alpertuche (ramal opcional), uma praia naturalizada e de águas límpidas.

## INÍCIO

(38°28'55.40"N; 8°58'36.08"W)

Inicia no parque de estacionamento do Creiro, junto à Estação Arqueológica.

## FIM





(38°28'12.81"N; 8°59'30.59"W)

Termina na EN379-1, no acesso para Alpertuche.

## ABASTECIMENTO

Tem abastecimento disponível ao longo do percurso, no Creiro e no Portinho da Arrábida.

FICHA TÉCNICA PR3		
Tipo de percurso		linear
Época aconselhada		setembro a junho
Sentido recomendado		Estação Arqueológica do Creiro - Alpertuche
Extensão		2,4 Km
Duração aproximada		0h40
Desnível acumulado		208m (119+/89-)
Altitude min/max		2m / 64m

GRAU DE DIFICULDADE: MUITO FÁCIL			
			
1	1	1	1





PR3  
STB

## PORTINHO DA ARRÁBIDA

### Ramal Alpertuche

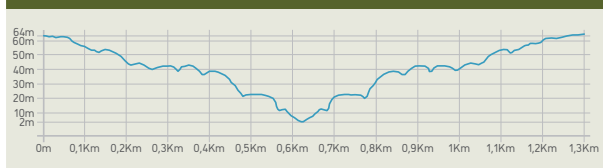
FICHA TÉCNICA: Ramal – Alpertuche (ida e volta)

Extensão		1,3 Km
Duração aproximada		0h35
Desnível acumulado		138m (96+/96-)
Altitude min/max		4m / 64m

GRAU DE DIFICULDADE: MUITO FÁCIL

1	1	1	1

PERFIL DE ALTIMETRIA





**PERCURSO PEDESTRE****SENTIDO RECOMENDADO****INÍCIO**

(38°28'55.40"N; 8°58'36.08"W)

PARQUE DE ESTACIONAMENTO DA PRAIA DO CREIRO  
ESTAÇÃO ARQUEOLÓGICA DO CREIRO

**FIM**

(38°28'12.81"N; 8°59'30.59"W)

EN379-1, ACESSO A ALPERTUCHE (início e fim do Ramal)

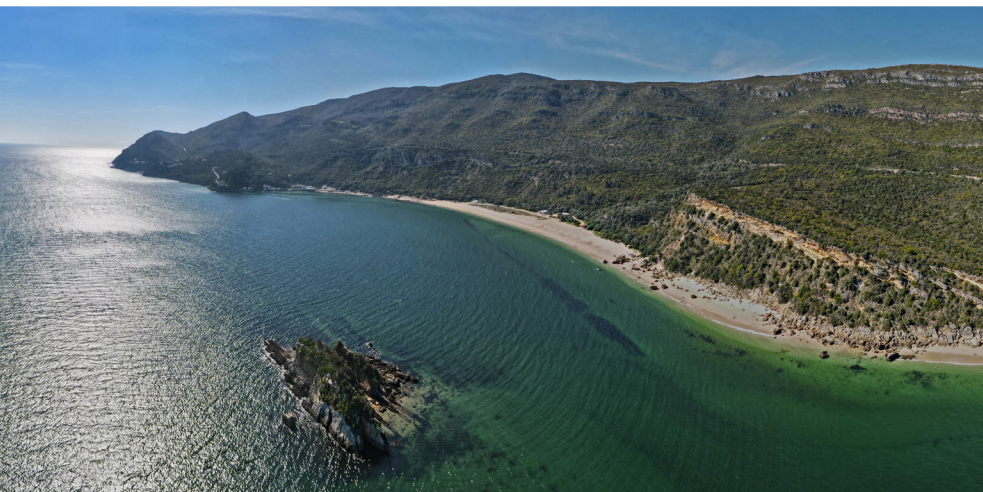
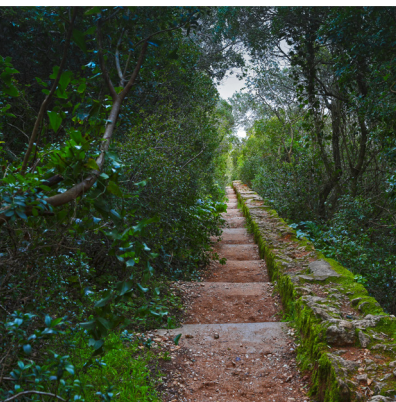
**PONTOS DE INTERESSE**

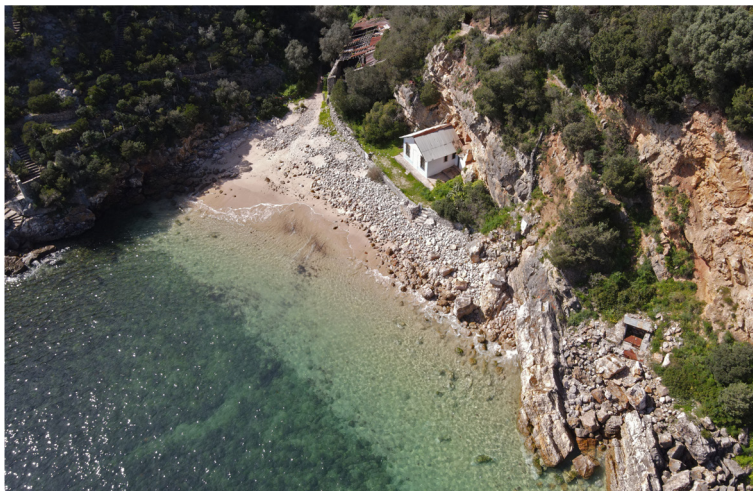
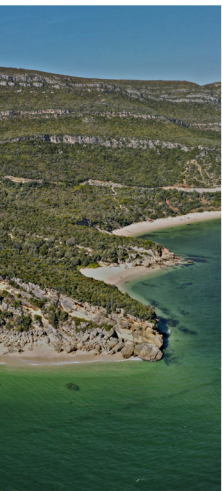
- 1 – PRAIA DO CREIRO (Cafés e restaurantes)
- 2 – PORTINHO DA ARRÁBIDA (Restaurantes)
- 3 – FORTE DE SANTA MARIA/MUSEU OCEANOGRÁFICO
- 4 – LAPA E CAPELA DE SANTA MARGARIDA
- 5 – ALPERTUCHE

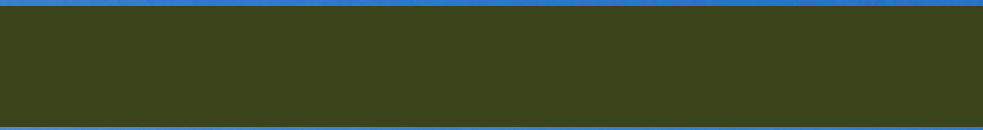
**CARTA MILITAR DE PORTUGAL**

Folha 465 | 1/25000, IGeoE









**PR4  
STB**

## ALDEIAS DE AZEITÃO

O percurso "Aldeias de Azeitão", além do seu esplendor natural que caracteriza esta região, apresenta um cariz cultural e vários pontos de interesse patrimonial. Pode ser feito na íntegra ou optar-se por uma volta mais curta, seguindo as indicações para a variante PR 4.1, aos 6,0 km.

Ao percorrer este trajeto, conhecerá as origens de Azeitão, território inserido em pleno Parque Natural da Arrábida, cujo nome, de origem árabe, deriva de *azzeittum*, devido aos extensos olivais que aqui se encontravam.

A sua delimitação remonta aos tempos medievais e teve na sua génese a agricultura, nomeadamente a cultura da vinha e da oliveira, que interveio na paisagem e que ainda domina as quintas e pequenos aglomerados populacionais. Sombreada pela Serra da Arrábida, Azeitão ganhou prestígio a partir do século XV, por ser uma das áreas prediletas da aristocracia portuguesa.

Com início e fim em Vila Nogueira de Azeitão, este percurso transporta-nos pela Aldeia Rica, por Oleiros, pela Aldeia de Irmãos, pelas aldeias da Piedade, da Portela e de São Pedro, por Casais da Serra e por Picheleiros, sempre sob a imponente Serra da Arrábida e seus caminhos mais tradicionais.

A variante mais curta (PR4.1) é ideal para quem tem um interesse especial pelo património cultural, além do natural, permitindo conhecer as diversas capelas, fontes e locais emblemáticos, que tornam Azeitão num local tão rico em termos de história.

## INÍCIO E FIM

(38°31'8.76"N; 9° 0'47.65"W)

Vila Nogueira de Azeitão, na Praça da República, junto do Posto de Turismo de Azeitão.

## INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Este percurso, seja na versão mais curta ou mais longa, atravessa extensões de estrada nacional ou municipal, nas quais é mais seguro circular pela direita devido à largura da berma.

## RECOMENDAÇÕES

O tipo de terreno é argiloso, pelo que em meses com chuva deve utilizar-se calçado resistente à lama.

## ABASTECIMENTO

Na partida e trajeto inicial, tem bastante oferta de cafetarias e lojas.

Na versão longa, tem abastecimento no Parque Ambiental do Alambre (aquando a separação de percursos) e em Casais da da Serra. Na versão curta, tem abastecimento apenas no Parque Ambiental do Alambre.

## PR4 | Trajeto longo

FICHA TÉCNICA PR4 (trajeto longo)		
Tipo de percurso		<b>circular</b>
Época aconselhada		<b>setembro a junho</b>
Sentido recomendado		<b>Anti-horário</b>
Extensão	 	<b>17,0 Km</b>
Duração aproximada		<b>5h15</b>
Desnível acumulado		<b>982m (491+/491-)</b>
Altitude min/max		<b>61m / 188m</b>



PR4  
STB

## ALDEIAS DE AZEITÃO



### PR4.1 | Trajeto curto

**FICHA TÉCNICA PR4.1 (trajeto curto)**

Tipo de percurso		<b>circular</b>
Época aconselhada		<b>setembro a junho</b>
Sentido recomendado		<b>Anti-horário</b>
Extensão		<b>11,2 Km</b>
Duração aproximada		<b>3h25</b>
Desnível acumulado		<b>566m (283+ / 283-)</b>
Altitude min/max		<b>82m / 163m</b>







**PERCURSO PEDESTRE**  
**SENTIDO RECOMENDADO**



**INÍCIO E FIM**

(38°31'8.76"N; 9° 0'47.65"W)

POSTO DE TURISMO, Largo da República.  
Vila Nogueira de Azeitão



**PONTOS DE INTERESSE**

- 1 – CASA-MUSEU JOSÉ MARIA FONSECA
- 2 – ALDEIA RICA
- 3 – OLEIROS
- 4 – ALDEIA DE IRMÃOS
- 5 – ALDEIA DA PIEDADE
- 6 – ALDEIA DA PORTELA



**SEPARAÇÃO DE PERCURSOS PR4 E PR4.1**

**OPÇÃO DE PERCURSOS PR4 E PR4-1**

- 7 – CASAIS DA SERRA
- 8 – PICHELEIROS
- 9 – QUINTA DA CALIFÓRNIA
- 10 – PARQUE AMBIENTAL DO ALAMBRE
- apenas no trajeto curto PR4.1
- 11 – BACALHÔA VINHOS

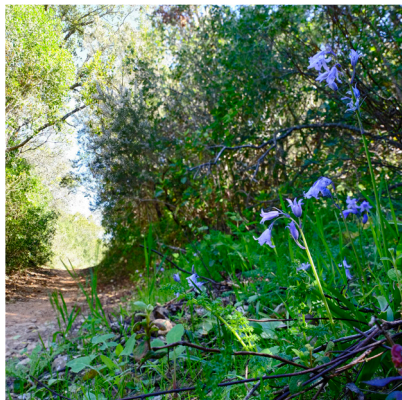


**CARTA MILITAR DE PORTUGAL**

Folhas 465 e 454 | 1/25000, IGeoE









# | 5

## CONTACTOS ÚTEIS

### **SOS:**

#### **Emergência**

112

#### **Incêndios florestais**

117

#### **GNR/ Serviço de Proteção da Natureza e do Ambiente**

(+351) 265 242 500

#### **ICNF/ Parque Natural da Arrábida**

+351) 265 541 140

#### **Serviço Municipal de Proteção Civil e Bombeiros**

(+351) 265 739 330 | (+351) 265 522 122

---

### **SOBRE O FUNCIONAMENTO DOS PERCURSOS PEDESTRES, RELATO DE ANOMALIAS OU SUGESTÕES:**

#### **Câmara Municipal de Setúbal – Divisão de Turismo**

Casa da Baía

Avenida Luísa Todi n.º 468

2900 Setúbal

T. (+351) 265 545 010

turismo.setubal@mun-setubal.pt





## **FICHA TÉCNICA**

### **Edição**

Câmara Municipal e Setúbal – Departamento de Comunicação e Imagem, Relações Públicas e Turismo (DCIRT)

### **Recolha de Informação e Coordenação Geral**

Prof. José Fernando Gonçalves

Filipa Fernandes

DCIRT/Divisão de Turismo

### **Definições técnicas dos percursos e homologação**

Filipa Fernandes

DCIRT/Divisão de Turismo

Miguel Santos

Colaborador da DCIRT/Divisão de Turismo

### **Projeto Gráfico**

Rita Pereira

DCIRT/Divisão de Comunicação e Imagem

### **Promoção**

Elisa Pedradas

DCIRT/Divisão de Comunicação e Imagem

### **Fotografia**

David Pereira

José Luís Costa

Mário Peneque

DCIRT/Divisão de Comunicação e Imagem

João Santos

DURB/ Gabinete de Projeto Municipal de Requalificação e Imagem Urbana

### **Cartografia**

Ana Martins

DURB/Gabinete de Sistemas de Informação Geográfica e Toponímia

### **Impressão**

????

**ISBN** ???

**Depósito Legal** ???

**Exemplares** ???

