

ESCALADA

Penedos de Góis – Serra da Lousã

(esta informação deverá ser do conhecimento de todos os participantes)

Descrição: Actividade de escalada em vias de rocha quartzítica (que se caracteriza pela elevada dureza). A estrutura das vias é muito diversificada, apresentando sempre bons apoios (presa grande). Também existe a possibilidade de efectuar um via um pouco mais difícil, que além de ter bons apoios é um bocado mais inclinada negativamente (extraprumada). A envolvente paisagística é deslumbrante, com uma tranquilidade natural, e junto a uma das aldeias de xisto, a Pena.

O Penedo de Góis é o ponto mais alto do concelho de Góis (1048m) e é formado por aglomerados de rocha quartzítica que escarpam as vertentes desta Serra, tornando-a num local adequado para a prática de actividades de montanhismo.

FICHA TÉCNICA

Duração / preço:

- Opção 1: Manhã ou tarde (3h) – 25€/pax

- Opção 2: Dia inteiro (5h) – 30€/pax

Dificuldade: Fácil, com vias de 4º a 5º graus, numa escala de graduação francesa de 3 (muito fácil) a 9A+ (extremamente difícil).

Longitude das vias: máximo de 25 metros

Altitude do local: 550 metros

Épocas recomendadas: Todo o ano, desde que não esteja tempo chuvoso. Existem vias que só podem ser escaladas no período de Julho a Dezembro.

Local de encontro: 9h30m / 14h30 – bombas de gasolina do Esporão (Góis)

Recomendações: Requer alguma destreza física.

Logística: Após o encontro no Esporão, os participantes levam as suas viaturas até aldeia Pena, próximo do local da actividade, onde se efectua o restante enquadramento. Posteriormente é necessário realizar uma caminhada de aproximação até à base das vias, com a duração de 15 minutos.

O que deve trazer: Deve trazer água e farnel (almoço ou lanche leve à base de sandes, fruta e barras energéticas e/ou de cereais). É necessário trazer calçado adequado, pés de gato (facultativo) ou sapatilhas de corrida, roupa confortável que permita realizar os movimentos de escalada livremente, protector solar.

Possibilidade de realizar este programa em Penacova.

Acessos para chegar ao Esporão:

Vindo de Sul (Lisboa): A1 para Coimbra. Sair em Coimbra Sul / Taveiro. Aí apanhar a IC2 até Coimbra. Depois de passar o rio Mondego, virar à direita para o centro de Coimbra e seguir as placas que indicam N17 ou Estrada da Beira. Depois de atravessar Coimbra encontra a N17. Passam a ponte da Portela à saída de Coimbra e seguem em direcção a V.N. Poiares. Andam uns 25 km sempre na N17 em frente e no entroncamento de Poiares, encontram 2 rotundas. Viram na 2ª rotunda à direita em direcção a Góis. Depois são uns 15 km até Góis seguindo a estrada N2 sempre em frente. Em Góis seguir as indicações para a Lousã. 4km mais à frente virar à esquerda na rotunda da Portela para Castelo Branco e Pampilhosa Serra. Uns km mais à frente encontram o Esporão. Encontramo-nos na Bomba de Gasolina.

Vindo de Norte (Porto): Na A1 apanhar a IP3 em direcção a Viseu. Na 2ª saída de Penacova, onde indica V.N. Poiares e Penacova, sair e na 1ª rotunda virar à direita. A seguir na 2ª rotunda virar à esquerda e seguir sempre em frente em direcção a V.N. Poiares. Mais a baixo chega a uma ponte, passam e logo a seguir virar à direita em direcção a V.N. Poiares. Depois seguir sempre em frente pela N2 até chegar à 1ª rotunda de V.N. Poiares. Seguir em frente, sair da vila e na rotunda seguinte seguir em frente (tem placa a indicar Góis). Depois são uns 15 km até Góis seguindo a estrada N2 sempre em frente. Em Góis seguir as indicações para a Lousã. 4km mais à frente virar à esquerda na rotunda da Portela para Castelo Branco e Pampilhosa Serra. Uns km mais à frente encontram o Esporão. Encontramo-nos na Bomba de Gasolina.

Preço: 25€/30€ por pessoa, dependendo da duração. Equipamento incluído: capacete, arnês, cordas, etc., seguros e enquadramento por monitores experientes e com formação específica.

Mínimo: 6. Máximo: 12 participantes.

Seguro incluído no preço final –seguro de acidentes pessoais: inclui cobertura de morte ou invalidez permanentes de 20.000€ e despesas de tratamento de 3.500€ (apólice 202126631 – Allianz Portugal). **Seguro de responsabilidade civil:** inclui cobertura de 50.000€ por sinistro (apólice 95/934311 – Liberty Seguros, SA). De acordo com DL 108/2002 de 16 de Abril.





Aventura, Lazer e Turismo, Lda.

INSCRIÇÃO: Para inscrição, bastar indicar um nome, a data de nascimento, nº telemóvel e enviar para a Trans Serrano até 5 dias antes, 50% de adiantamento p/ reserva - nib: 0035.0345.0000.6867.5301.1. Necessitamos da lista de nomes completos dos participantes com as datas de nascimento por mail até 2 dias antes.

Em caso de não comparência ou desistência nas 24 horas antecedentes à actividade, sem qualquer tipo de notificação, a Trans Serrano reserva-se no direito de reter ou exigir o pagamento de 50% do preço da actividade.

INSCRIÇÕES E INFORMAÇÕES

Para inscrição é necessário indicar um telemóvel de contacto e é obrigatório, para efeitos de seguro, o envio prévio do **nome completo** dos participantes e **data de nascimento**.

966 217 787, 969 840 055, 961 787 772, 966 423 677, 235 778 938 (Tel/Fax),
mail: geral@transserrano.com <http://www.transserrano.com/>

Aos preços acresce IVA

RNAAT nº 24/2003

RNAVT nº 3925/2013

Empresa fundadora da APECATE – Associação Portuguesa de Empresas de Congressos, Animação Turística e Eventos

Convívio único! Experiências inesquecíveis!

Paisagens, emoções e sabores do nosso Portugal! Profissionalismo da Trans Serrano

