

GR11 – E9 - “CAMINHO DO ATLÂNTICO”

Este é o troço em Sintra do GR11-E9 percurso pedestre transeuropeu que se inicia em São Petersburgo (Rússia) e segue ao longo da costa, contornando os territórios do continente europeu banhados pelo Oceano Atlântico, terminando no Cabo de São Vicente. Este troço, no concelho de Sintra, engloba uma extensão de, aproximadamente, 30 km, utilizando tanto quanto possível trilhos de pé posto, serventias e caminhos públicos já existentes, possibilitando um percurso envolvente com o litoral e de excepcional valor paisagístico.

O percurso atravessa paisagens diversificadas, por entre panoramas costeiro e serrano, áreas rurais/agrícolas, que por vezes são cortadas por ribeiras, devido à geologia e clima locais e à intensa e ancestral ocupação humana. É um troço acessível que se percorre com condição física pouco exigente. O passeio não assume nenhuma particularidade técnica de progressão.

O percurso inicia-se no concelho de Sintra na aldeia da Ulgueira e termina em São Miguel de Odrinhas. Percorre grande parte do litoral, desde a Praia da Adraga para depois seguir, sempre junto à linha de costa, pela Praia Grande, Praia Pequena, Praia das Maçãs e Praia da Aguda, até à Praia do Magoito. Depois inflete para o interior, em direção à localidade de Magoito, seguindo pela área rural até S. João das Lampas. Uma vez no interior da zona saloia, o percurso segue por ruelas, riachos, caminhos e serventias, ladeados de muros, até alcançar São Miguel de Odrinhas, um lugar bem conhecido pelo seu património arqueológico, podendo aí visitar-se o Museu Arqueológico de São Miguel de Odrinhas, que guarda as mais antigas memórias do Concelho de Sintra, e as ruínas de uma Villa Romana, junto à Ermida Medieval dedicada a São Miguel.

São Miguel de Odrinhas será o local mais a Norte do Concelho onde o percurso termina, seguindo para Carvalhal e depois em direção a Mafra.

Azenhas do Mar é uma aldeia com uma característica peculiar já que possui uma localização privilegiada, com uma paisagem deslumbrante e uma abordagem excepcional ao oceano Atlântico, que banha por completo o litoral de Sintra. Desenvolvendo-se ao longo de uma ribeira/linha de água que corre para o mar e na qual existiam várias azenhas (daí o nome), tem na base das arribas uma praia e uma piscina oceânica.

Características do percurso:

Unidade territorial da Estrutura Ecológica Regional (EER): Parque Natural Sintra-Cascais e Entre o Estuário do Tejo e o Litoral

Áreas/corredores da EER associados: Litoral do Parque

Áreas/corredores da EER relacionados: Ribeira de Colares, Rio da Mata, Ribeira da samarra, Ribeira de Bolelas e Serra de Sintra - Odrinhas

Âmbito do percurso: Natureza, paisagístico, cultural

Concelhos abrangidos: Sintra e Mafra

Local de partida/chegada: Cabo da Roca/ Cabo da Roca



Percurso linear



30km



Dificuldade elevada



Aconselhado todo o ano

Infra-estruturas de apoio: Percurso sinalizado, com oferta de informação por meio de painéis informativos. Dispõe de parques de merendas e sanitários ao longo do mesmo.

Acesso por Transporte Público: Sim

Local de estacionamento: Junto ao posto de turismo do Cabo da Roca

Pontos de interesse:

1. Praias da Adraga, Grande, Pequena, Maçãs, Aguda e Magoito
2. Aldeias da Ulgueira, Azenhas do Mar, Odrinhas e Carvalhal

Entidade responsável pela gestão:



Percurso registado e homologado pela:



Perfil topográfico do percurso:



Mapa do percurso:

GR11 – E9 - Caminho do Atlântico

