

## Parque Natural do Alvão

### SOBRE



En la vertiente oeste de la Sierra de Alvão, que integra el imponente macizo montañoso donde se incluye la Sierra de Marão, esta área protegida está recorrida por el río Olo, que corre entre simas y peñas, y surca las rocas en las Figas de Ermelo, cayendo en cascadas desde una altura de aproximadamente 250 m. La impresionante visión de la fuerza de las aguas lo convierte en uno de los parajes más bellos de la región y estas cascadas están representadas en el símbolo del Parque.

El cauce del río Olo une dos realidades distintas; a una altitud media de 1.000 m, en la zona de Lamas de Olo, predomina el granito y la vegetación de alta montaña; río abajo, junto a Ermelo, donde la altitud ronda los 450 m, prevalece la pizarra y el paisaje es verde como en el Miño.

La pizarra, el granito y el colmo son los materiales usados en la construcción de las casas de las aldeas típicas de Lamas de Olo, Anta o Ermelo, donde el tiempo pasa tan despacio que parece estamos muy lejos de cualquier ciudad y, sin embargo, Oporto está a tan solo a una hora de viaje. Para tener una idea del modo de vida de las gentes de estos lugares, visite el núcleo Ecomuseológico de Arnal, que recrea el ambiente de una aldea tradicional de Alvão.

Siga los recorridos sugeridos por el Parque y aprecie las magníficas panorámicas con atención pues, tal vez, aviste un lobo o un halcón peregrino, ya que será casi imposible ver un águila real, dado que están prácticamente extinguidas. Si le quedad energías, practique un descenso en piragua siguiendo los diversos cursos de agua y, para recuperar fuerzas, pruebe la excelente gastronomía regional digna de un banquete, que reúne manjares como la bola de carne y la ternera asada, cuya carne de la más alta calidad procede de una raza autóctona – la “maronesa”.

### Contactos

#### Sede:

Largo dos Freitas - 5000-528 VILA REAL  
Tel.: +351 259 302 830 - Fax: +351 259 302 831  
E-mail: pnal@icnb.pt

#### Delegación:

Lugar do Barrio - Sítio do Retiro - 4880-164 MONDIM DE BASTO  
Tel. / Fax: +351 255 381 209

Website: <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/4>  
<http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/4>

---

### **Características y Servicios**

Recorridos señalizados

Área del parque: 7.239 ha

Altitud: Máx: 1.339m - min: 260m

Disponibilidad de alojamiento

---