

## Parque Natural do Alvão

### RIGUARDO A



Irregolarità geologiche che danno origine a spettacolari cascate, una grande diversità di ecosistemi naturali e un patrimonio sociale preservato fanno di un'escursione nel "Parque Natural do Alvão" un pellegrinaggio nella natura più autentica. Sul versante occidentale della Serra do Alvão, che comprende l'imponente massiccio montuoso dove si trova la Serra do Marão, l'area protetta è percorsa dal fiume Olo, che scorre tra rocce e dirupi, attraversando le rocce delle Fisgas de Ermelo e cadendo in cascata da un'altezza di circa 250 metri. Il luogo, impressionante per la forza delle acque, è uno dei più belli della regione ed è rappresentato nel simbolo del Parco.

Il corso del fiume Olo unisce due realtà ben distinte. A un'altitudine media di 1.000 metri, nella zona di Lamas de Olo, predominano il granito e la vegetazione d'alta montagna, mentre più in basso, in prossimità di Ermelo, a circa 450 metri, prevale lo scisto, con un panorama lussureggiante che ricorda quello del Minho.

Lo scisto, il granito e la paglia sono i materiali usati per la costruzione delle case nei borghi tipici di Lamas do Olo, Anta o Ermelo, dove il tempo scorre così lentamente da dare l'impressione di essere molto lontani da qualunque città, sebbene Porto sia solo a un'ora di viaggio. Per avere un'idea dello stile di vita delle genti che vi abitano, visitate il "Núcleo Ecomuseológico do Arnal", che ricrea l'ambiente di un borgo tradizionale della zona di Alvão.

Seguite i percorsi suggeriti dal Parco e ammirate con attenzione i magnifici panorami: potreste infatti avvistare un lupo o un falco pellegrino, dato che vedere un'aquila reale sarà pressoché impossibile, essendo ormai praticamente estinta. Se avete ancora energie da vendere, sperimentate l'emozione del rafting nei corsi d'acqua della zona e, per recuperare le forze, assaggiate l'eccellente gastronomia regionale, che riunisce manicaretti come la bola de carne o il vitello al forno, la cui carne di altissima qualità proviene da una razza autoctona, la maronese.

### Contatti

#### Sede:

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

#### Delegazione:

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>

---

#### **Caratteristiche e Servizi**

Itinerari segnalati

Area parco: 7.239 ha

Altezza: Máx: 1.339m - min: 260m

Disponibilità alloggio

---