



Encaixado no perímetro periurbano, este trilho, naturalmente delimitado por linhas viárias e ferroviárias, encontra nas linhas de água e nas linhas do horizonte, entre a urbe e as serranias, o seu encanto muito próprio que nos faz sentir em casa.

O Parque Urbano do Rio Diz, espaço de lazer por excelência para todos os que aqui habitam e para que os que nos visitam, aguça o desafio de partir à descoberta destas e de outras linhas, de quintas e de quintais, de plantas e animais que tão facilmente escapam ao olhar menos atento do cidadão urbano.

Pontos de passagem:
 linha da Beira Baixa (passagem de nível sem guarda), Camil Municipal, Rio Diz, linha da Beira Alta, matas e matagais, Ribeira de Enguias, Bairro de Nossa Senhora de Fátima, Estação de Caminho de Ferro

Duração: 1:30 horas

Distância: 8 km

Grau de dificuldade: baixo-moderado

Ponto de partida/chegada:
 Parque Urbano do Rio Diz

Circular e com grau de dificuldade baixo, é o trilho ideal para, em família, a pé ou de bicicleta, partir à descoberta das nossas paisagens.

A leitura atenta da informação disponível ao longo do trilho contribui para aprofundar o conhecimento das nossas terras e das nossas gentes.

Não leve mais que recordações
 Não tire mais que fotografias
 Não mate mais que tempo
 Não deixe mais que pegadas



ROTA NATURA

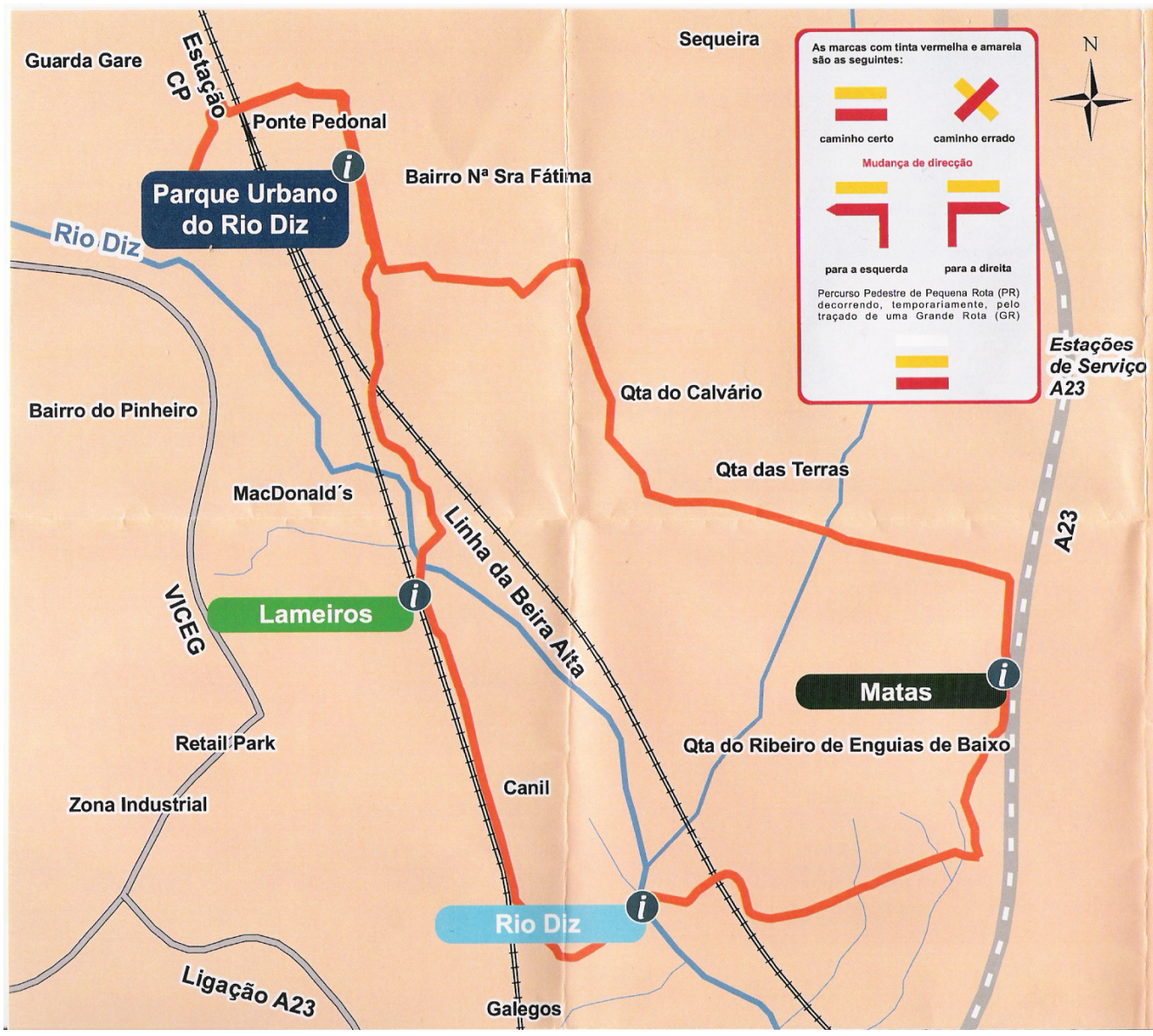
Trilho Entre Linhas

3º trilho

- Telefones úteis:**
 Câmara Municipal - 271 220 200
 Quinta da Maunça - 271 237 816
 Posto de Turismo - 271 205 530
 PSP - 271 222 022
 Bombeiros - 271 222 115
 SOS Emergência - 112
 SOS Protecção à Floresta - 117
 Associação de Atletismo da Guarda - 271 221 721
 Parque Urbano do Rio Diz - 913 699 124

FICHA TÉCNICA
 Edição
 Câmara Municipal da Guarda
 Pelouro do Ambiente
Coordenação e Textos
 Ludovina Margarido
Fotografia e arranjo gráfico
 RM21 - Design e Multimédia





As marcas com tinta vermelha e amarela são as seguintes:

caminho certo	caminho errado
Mudança de direcção	
para a esquerda	para a direita
Percurso pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo, temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR)	

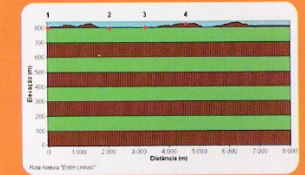


Conselhos para uma boa caminhada

- use calçado cómodo e já habituado ao pé e meias macias e sem costuras, caso contrário deve calçá-las do avesso;
- use roupa leve e adequada à época, chapéu ou boné; um impermeável ou roupa de abafço;

Regras para um bom caminhante

- faça várias refeições leves ao longo do percurso;
- leve sempre alguns líquidos (água de preferência) e alguns alimentos sólidos (sandes, fruta e chocolates, por exemplo);
- siga sempre pelas estradas, caminhos e trilhos marcados, evitando o "corta-mato";
- procure manter sempre a mesma cadência ao longo do percurso e lembre-se que uma partida em cadência muito rápida provocará uma fadiga prematura;
- de preferência caminhe em fila indiana, do lado direito;
- num grupo, se um dos elementos começar a ficar para trás, deverá ser colocado à frente para marcar o ritmo da marcha;
- ao atravessar povoações e áreas cultivadas não danifique as culturas e respeite os costumes, tradições e bens das populações locais;
- não abandone vidros, plásticos, latas ou outros resíduos; se pretende fazer um piquenique, não se esqueça do saco do lixo, depositando-o posteriormente num contentor;
- não faça fogo nas florestas e campos agrícolas;
- respeite a vida selvagem e o sossego dos locais, evitando gritar ou falar em voz alta;
- não danifique nem colha plantas; evite recolher amostras de rochas, peças arqueológicas ou vestígios de animais;
- não vá só, leve a família e amigos.



- 1 - Parque Urbano do Rio Diz
- 2 - Lameiros
- 3 - Rio Diz
- 4 - Matas