



Chamusca

### Ruta 01 Arripiado - XC

Se trata de la ruta más fácil del Centro de Ciclismo de Arripiado/Chamusca. Transcurre por caminos agrícolas amplios y con buen piso de tierra batida, y no presenta desniveles pronunciados. La ruta coincide en parte con otras rutas de este Centro de Ciclismo, con diferentes distancias y grados de dificultad, lo que permite introducir variaciones en el trayecto.

#### Ruta señalizada

11,5 Km 50 m 1h00m

### Ruta 02 Arripiado - XC

Ruta de dificultad moderada que transcurre por los caminos agrícolas de la margen izquierdo del Tajo. Pasa por la localidad de Pinheiro Grande y Carregueira, en donde encontramos diferentes servicios de apoyo (fuentes, cafeterías, etc.). Los caminos son en su mayoría amplios y de tierra batida regular.

#### Ruta señalizada

22,4 Km 170 m 1h55m



### Ruta 04 Arripiado - XC

Ruta difícil y considerada la más emblemática de todas, ya que pasa por caminos técnicos y lugares de gran belleza natural que recorren el valle del Foz hasta el margen izquierdo del Tajo. Los principales lugares de interés son el río Foz, la estación de biodiversidad y el paso junto al Tajo con vistas al castillo de Almourol.

#### Ruta señalizada

22 Km 370 m 1h50m



### Ruta 05 Arripiado - XC

Ruta difícil que recorre caminos agrícolas, cruza la localidad de Carregueira hacia el sur y pasa por los valles y montes del Ribatejo. Los caminos son amplios en su mayor parte, aunque contienen pequeños tramos más técnicos. El trazado sobre tierra batida presenta varios desniveles. En el paisaje destacan alcornoques y eucaliptos.

#### Ruta señalizada

45,8 Km 380 m 4h00m

### Ruta 06 Arripiado - XC

Ruta muy difícil debido a la distancia recorrida y las exigencias técnicas. Los principales lugares de interés son las localidades de Chamusca —en donde existen varios servicios de apoyo—, Vale Cavalos y Chouto. La ruta atraviesa diferentes paisajes, dehesas del Ribatejo, zonas forestales, tierras de cultivo y zonas fluviales.

#### Ruta señalizada

107,9 Km 1000 m 9h15m



### Ruta 07 Arripiado - XC

Ruta difícil del Centro de Ciclismo de Arripiado/Chamusca debido en su mayoría a la distancia y al desnivel. Los principales lugares de interés son las localidades de Vale Cavalos, Chouto y Semideiro. Se caracteriza por pasar por diferentes paisajes, desde las dehesas del Ribatejo, en donde predomina el alcornoque, hasta zonas forestales y tierras de cultivo.

#### Ruta no señalizada

69,4 Km 670 m 6h00m



### Ruta 11 Erra - GR

Esta ruta, la más fácil del Centro de Ciclismo, recorre la zona sur y este de Coruche. Presenta pocos desniveles, y corre pareja al lecho del río Sorraia. El paisaje es variado, ya que se pueden observar zonas de cultivo junto a las márgenes del río, dehesas y algunas tierras de pastoreo.

#### Ruta señalizada

22,5 Km 180 m 1h25m

Para obtener más información sobre las rutas señalizadas y no señalizadas, consulte:

[www.visitribatejo.pt](http://www.visitribatejo.pt)



### Ruta 12 Erra - GR

Ruta de dificultad moderada que recorre el sur, este y norte de Erra. Transcurre a lo largo del río Sorraia, en donde el paisaje es muy variado, ya que a un lado se pueden observar tierras de cultivo junto a las márgenes del río y, al otro, dehesas intercaladas con zonas de pastoreo. Más al norte, los paisajes que predominan son las dehesas y los bosques de eucaliptos.

#### Ruta señalizada

30,4 Km 270 m 1h55m



### Ruta 13 Erra - GR

Esta difícil ruta recorre la zona al sur de Erra, principalmente por amplios caminos de tierra batida y con pocos desniveles. Puede descubrir los campos agrícolas que se extienden junto al río Sorraia, así como las dehesas de alcornoques que caracterizan la región.

#### Ruta no señalizada

64,5 Km 460 m 4h00



### Ruta 14 Erra - GR

Ruta difícil que recorre la zona norte de Erra, principalmente por amplios caminos de tierra batida con algunos desniveles. Explore los campos agrícolas de esta ruta que se extienden junto al río Sorraia, así como las dehesas de alcornoques características de la región.

#### Ruta no señalizada

38,5 Km 340 m 2h25m



### Ruta 15 Erra - GR

Se trata de una de las rutas de gran dificultad que recorre la zona al sur de Erra. Transcurre principalmente por amplios caminos de tierra batida y con pocos desniveles. Se pueden descubrir los campos agrícolas que se extienden junto al río Sorraia hasta Monte Novo, así como todo el paisaje que se encuentra al sur de este curso de agua.

#### Ruta no señalizada

81,2 Km 620 m 5h00m



### Ruta 16 Erra - GR

Ruta muy difícil que recorre por la zona norte de Erra, mayoritariamente por caminos de tierra batida con algunos desniveles. Permite explorar las zonas agrícolas a lo largo del río Sorraia, hasta la localidad de Santa Justa, así como toda la zona situada al norte del río.

#### Ruta no señalizada

65,7 Km 530 m 4h10m



## CONDUCTA, RECOMENDACIONES Y SEGURIDAD

- Planifique la salida con antelación.
- Consulte la previsión meteorológica durante la ruta, y respete las alertas y recomendaciones de Protección Civil.
- Respete la señalización medioambiental, de mantenimiento o de propiedad privada de los caminos, y recuerde que algunas rutas no están señalizadas, por lo que es necesario utilizar un GPS o similar.
- Circule solo por los caminos abiertos.
- No deje un rastro a su paso.
- No pierda el control de la bicicleta, utilice siempre el correspondiente equipo de protección (guantes, casco, gafas, ...) y lleve consigo las necesarias herramientas (bombín, neumático de repuesto, etc.).
- Respete siempre la prioridad.
- Preste atención a la circulación de vehículos a motor en los caminos públicos.
- No moleste a los animales.
- Deje las cancelas tal como las encontró. Si están cerradas, asegúrese de que quedan bien cerradas después de cruzarlas.

Más información en:

[www.turismodeportugal.pt](http://www.turismodeportugal.pt)

## NIVELES DE DIFICULTAD

- FÁCIL
- MODERADO
- DIFÍCIL
- MUY DIFÍCIL

La clasificación de estas rutas obedece a los siguientes criterios: la distancia, el desnivel, el tipo de terreno y los aspectos técnicos del recorrido.

Más información en:

[www.cyclinportugal.pt](http://www.cyclinportugal.pt)

## CONTACTOS ÚTILES

112 Emergencias  
808 250 250 Información toxicológica

CHAMUSCA  
249 769 030  
249 769 220  
249 769 170  
249 769 100

CORUCHE  
243 611 240  
243 610 260  
243 610 500  
243 619 072

## SEÑALIZACIÓN DE LAS RUTAS

### SEÑALIZACIÓN BÁSICA

Ruta de BTT XC  
Ruta de Gravel  
Percurso por Carretera  
Enlace  
Ruta por Zonas Protegidas y Clasificadas por el INCF  
Ruta Clasificada como Turística o Cultural

### SEÑALIZACIÓN COMPLEMENTARIA

Ruta Errónea  
Peligros  
Ruta en ambos sentidos  
Ruta Errónea en Grandes Travesías

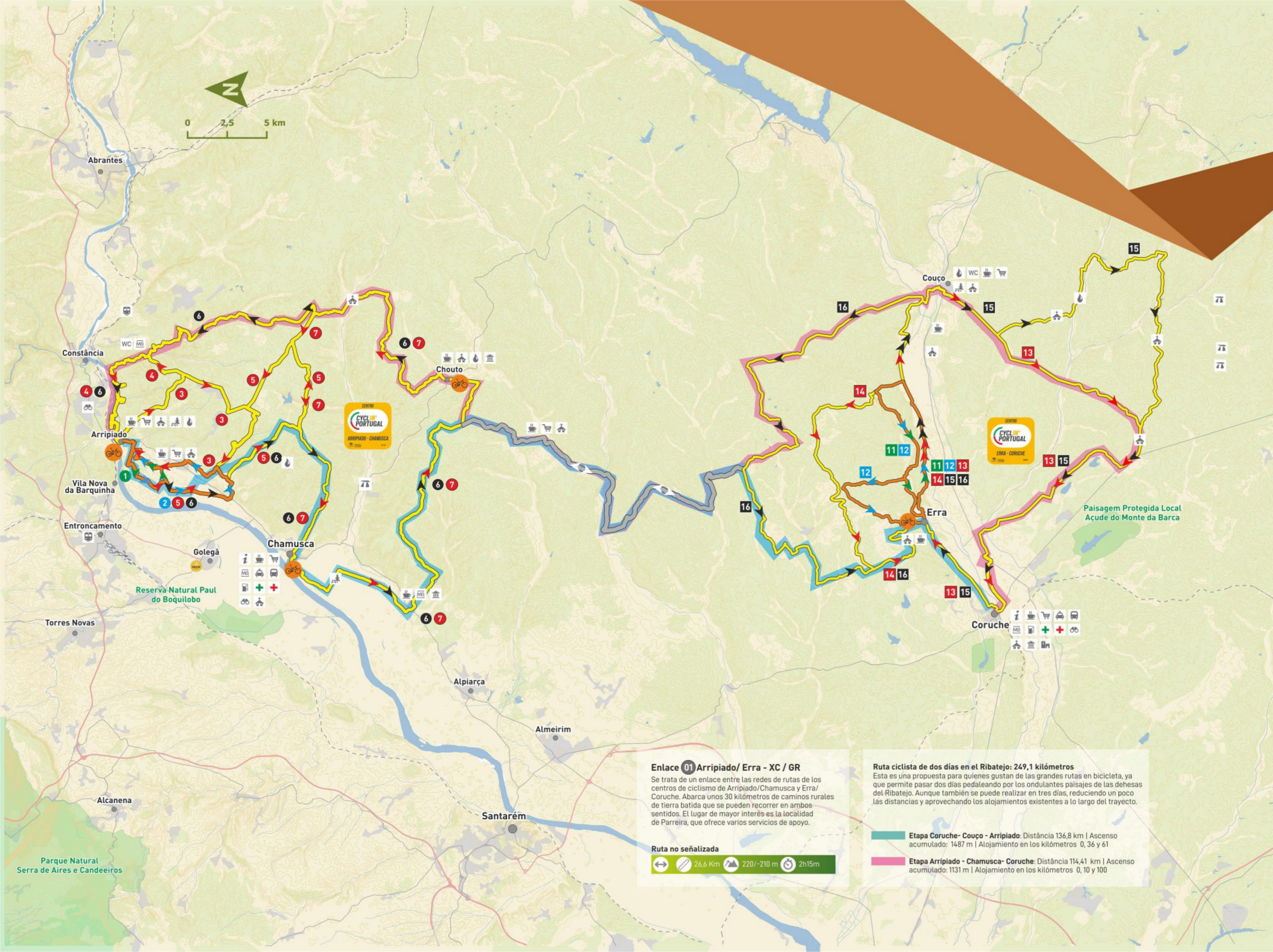
## DÓNDE COMER Y DORMIR

[www.visitribatejo.pt](http://www.visitribatejo.pt)

CYCLING PORTUGAL  
4 NIVELES  
87% de rutas señalizadas  
638 Km de rutas señalizadas  
4 ESTACIONES DE SERVICIO  
12 RUTAS

cycling  
alentejo e ribatejo

RIBATEJO  
Chamusca | Coruche



El acceso desde el norte se realiza por la A1, desviándose por la A13 y posteriormente por la N118 en dirección a Chamusca/Arripiado, o por el IC10 en dirección a Erra. Transporte público: estación de ferrocarril de Marinhã.

**GPS ESTACIONES DE SERVICIO**  
 Arripiado - Chamusca: 39° 27' 14.1" N 8° 27' 54.1" W  
 Chamusca - Erra: 39° 27' 13.1" N 8° 27' 53.1" W  
 Erra - Coruche: 39° 27' 12.1" N 8° 27' 52.1" W

**CÓMO LLEGAR**

Entidad promotora: Con el apoyo financiero de: Entidades colaboradoras:

**LEYENDA**

- Carretera de la red secundaria
- Carretera de la red principal
- Curso de agua
- Ruta señalizada
- Ruta no señalizada
- Enlace

**Ruta XC (BTT) señalizada**  
**Ruta XC (BTT) no señalizada**  
**Ruta GR (GRAVEL) señalizada**  
**Ruta GR (GRAVEL) no señalizada**

**Centros de Cycling:**  
 Arripiado - Chamusca  
 Erra - Coruche

**Estaciones de servicio:**  
 Arripiado, Chamusca, Chouto, Erra

**PUNTOS DE APOYO**  
 Bikotel

**Agua**  
**Puesto de turismo**  
**WC**  
**Café**  
**Supermercado**  
**Zona de descanso**  
**Bus**  
**Táxi**  
**Tren**  
**Combustible**  
**Cajero automático**  
**Hospital o centro de salud**  
**Farmacia**

**LUGARES DE INTERÉS**  
**Monumento**  
**Edificio Religioso**  
**Museo**  
**Megalito**  
**Mirador**

**Enlace 01 Arripiado/ Erra - XC / GR**  
 Se trata de un enlace entre las redes de rutas de los centros de ciclismo de Arripiado/Chamusca y Erra/Coruche. Abarca unos 30 kilómetros de caminos rurales de tierra batida que se pueden recorrer en ambos sentidos. El lugar de mayor interés es la localidad de Parreira, que ofrece varios servicios de apoyo.

**Ruta no señalizada**  
 26.6 Km | 220/-210 m | 2h15m

**Ruta ciclista de dos días en el Ribatejo: 249,1 kilómetros**  
 Esta es una propuesta para quienes gustan de las grandes rutas en bicicleta, ya que permite pasar dos días pedaleando por los ondulantes paisajes de las dehesas del Ribatejo. Aunque también se puede realizar en tres días, reduciendo un poco las distancias y aprovechando los alojamientos existentes a lo largo del trayecto.

**Etapas:**  
 Etapa Coruche - Couço - Arripiado: Distancia 136,8 km | Ascenso acumulado: 1487 m | Alojamiento en los kilómetros 0, 36 y 61  
 Etapa Arripiado - Chamusca - Coruche: Distancia 114,4 km | Ascenso acumulado: 1131 m | Alojamiento en los kilómetros 0, 10 y 100

Parque Natural Serra de Aires e Candeeiros

Reserva Natural Paul do Boquilobo

Paisagem Protegida Local Açude do Monte da Barca