

RUTA "SIERRA DE MONCHIQUE"

SUBIDA AL PICO FÓIA (Portugal)

2019

CONVOCATORIA LOCAL
MOGUER - MAZAGÓN

PROGRAMA DE SENDEROS



+i. www.pmdmoguer.jimdo.com



Precio: 20 €

(Incluye monitores cualificados, desplazamiento, interpretación de las rutas y seguro de accidente).



MOGUER
AYUNTAMIENTO

Sábado, 9 de Febrero de 2019

PLAZAS LIMITADAS : 50

INFÓRMATE en Patronato Municipal de Deportes

Telf. 959372770 / Mazagón: 959102757

Los años se reciben con retos, esos propósitos son los que aderezan la vida, los que le aportan un matiz excitante. Entre nuestros desafíos del nuevo año está el de recorrer la red de senderos del Algarve y, para empezar a cumplirlo, subiremos hasta el punto más alto de esta región, el que roza las nubes y ofrece las vistas más maravillosas de su costa. Nos hemos ido al Pico **Fóia** en **Monchique**.

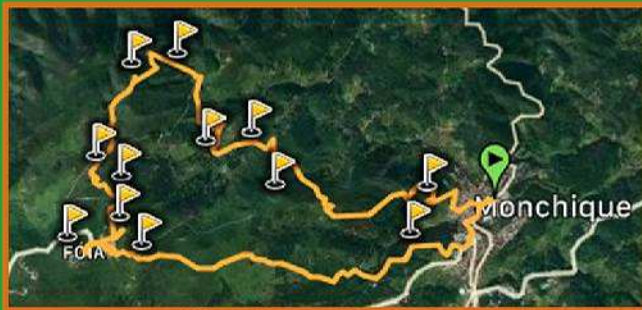
En ese rincón del Algarve donde se fabrica artesanalmente todavía el aguardiente de madroño en alambiques de cobre; en el que su aire cura algunos de los chorizos y embutidos más apreciados de este país; y hasta el que muchos llegan confiando en las propiedades milagrosas de las aguas termales descubiertas por los romanos; allí, en la sierra de Monchique, se encuentra también el pico de Fóia, la cumbre más alta del sur de Portugal.



TEMPORALIZACIÓN RUTA "PICO FOIA"

HORA	LUGAR
07:30	Salida en autobús desde Mazagón (Parque Municipal)
08:00	Salida en autobús desde Moguer (Polideportivo Mpal.)
10:30	Llegada a Monchique . Desayuno (Por cuenta de cada uno)
11:00	INICIO DE RUTA
12:30	Pequeño descanso
12:45	Se reanuda la Ruta
14:45	Fin de la Ruta.
15.00	Almuerzo en RESTAURANTE
17:00	Salida de Regreso a Moguer y Mazagón
19:30-20:00	Llegada a Moguer y Mazagón

La temporalización puede estar sujeta a cualquier tipo de modificación debido a diversas circunstancias que se puedan producirse durante el desarrollo de la actividad.



Trazado:

En nuestra ruta saldremos del Pico Fóia (919 m) el más alto de toda la región, con vistas espectaculares desde las colinas hasta la parte sur que va hasta el mar. También se puede apreciar desde lo alto el Cabo de San Vicente en el oeste, Faro en el este y la Sierra de la Arrábida al norte. **El recorrido total es de 10 kilómetros**

Desniveles:

Máximo: 472 metros. Cota máxima : 919 metros. Cota mínima: 447metros

Dificultad:

Media-alta Pendiente máxima: 19'8% Pendiente media: 7'6%



Equipo necesario:

Calzado y ropa cómodas acordes con la época del año y las condiciones meteorológicas, recomendamos zapatos de trekking, pantalón largo, forro polar y chubasquero (dependiendo de la climatología). Palos o bastones. Comida y agua abundante. Es recomendable llevar una cámara fotográfica para tener un recuerdo de la actividad.



A escasos 6 kilómetros, Las Caldas de Monchique, es una estancia termal, con las únicas nacientes de aguas termales en el Algarve. Un siglo antes de Cristo, estas aguas eran utilizadas para curar el cansancio del cuerpo y de la mente por los romanos, que les llamaban "aguas sagradas", como demuestran los importantes y numerosos restos arqueológicos encontrados en las zonas adyacentes al balneario.

En definitiva, una ruta interesante de dificultad media alta, donde se va a poner a prueba nuestra resistencia a la fatiga y a soportar temperaturas más frías de lo normal. Imprescindible buen calzado, ropa de abrigo y bastones de senderismo.

Si eres una persona aficionada a la artesanía podrás encontrar numerosas piezas hechas a mano, de venta en cualquier tiendecilla típica.