



CAMINHOS DE NISA

AO ENCONTRO DO PATRIMÓNIO CAMINHADAS 2019

21
DEZ

TRILHOS DAS JANS

PR1 NIS - AMIEIRA DO TEJO

13,5KM

GRAU DE DIFICULDADE



III ALGO DIFÍCIL



PROGRAMA PREVISTO

PONTO DE ENCONTRO: Cine-Teatro de Nisa

Duração: 4 horas **Distância:** 13,5km

08H00: Concentração junto ao Cine-Teatro de Nisa

08H15: Partida de Nisa em autocarro para a Amieira do Tejo

08H50: Boas vindas e briefing técnico

09H00: Início da caminhada

11H00: Reabastecimento 1 (Início da descida para o Rio Tejo)

12H30: Reabastecimento 2 (Barca da Amieira)

13H30: Chegada prevista à Amieira do Tejo, seguida de almoço convívio (Facultativo)

NOTA: Aconselham-se os participantes que optem por não almoçar no restaurante, a levar farnel, uma vez que o regresso a Nisa só se realizará após o almoço convívio.

15H30-16H00: Regresso a Nisa em autocarro

PONTOS DE INTERESSE: Castelo de Amieira do Tejo, Vila Flor, Rio Tejo, Muro de Sirga, Foz do Rio Ocreza, Barca da Amieira e Caminho da Rainha Santa Isabel.

DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO
17 DE DEZEMBRO

INSCRIÇÕES
GRATUITAS
(OBRIGATÓRIAS)

ONLINE EM:
WWW.CM-NISA.PT

PARA MAIS INFORMAÇÕES CONTATAR:

MUNICÍPIO DE NISA

SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-MAIL: CAMINHOSDENISA@GMAIL.COM

TELEFONE: 245 410 000 EXTENSÃO: 317 / 351

TELEMÓVEL: 968 332 741



CÂMARA
MUNICIPAL
NISA

Nisa
Natal



INFORMAÇÕES

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

A participação é **GRATUITA**, mas de inscrição obrigatória via Googleforms **ATÉ A 17 DE DEZEMBRO**.

Qualquer dúvida ou alteração deverá contactar: caminhosdenisa@gmail.com ou através do **968332741 / 245 410 000 - extensão 317 / 351**.

A INSCRIÇÃO INCLUI

Participação no evento, seguro, reabastecimentos, documentação, transporte de ligação ao local do percurso, viatura de apoio, enquadramento técnico e acompanhamento.

ALMOÇO CONVÍVIO NO FINAL DA CAMINHADA

A participação no almoço convívio é **facultativa** e terá lugar na Sociedade Educativa Amieirense. As reservas deverão ser feitas, através do formulário de inscrição para a caminhada até ao dia 17 de dezembro e estarão limitadas à capacidade da sala.

ATENÇÃO I: As reservas que sejam canceladas à última hora, poderão implicar o pagamento integral do valor da refeição.

ATENÇÃO II: Aconselham-se os participantes que optem por não almoçar no restaurante, a levar farnel, uma vez que o regresso a Nisa só se realizará após o almoço convívio.

EMENTA

Feijoada, grelhada mista, bebidas, sobremesa ou fruta da época e café (7,00€ por pessoa).

FICHA TÉCNICA DO PERCURSO

Designação: Caminhos de Nisa ao Encontro do Património - "PR1 NIS - Trilhos das Jans"

Início/Fim: Amieira do Tejo (junto ao Castelo)

Distância: 13,5 km, circular

Desníveis acumulados em metros: D+273 / D-273

Elevação Mínima: 35 m

Elevação Máxima: 244 m

Duração: 4 horas

Grau de dificuldade: III - Algo Difícil

MUNICÍPIO DE NISA

SETOR DE ATIVIDADES DESPORTIVAS E LAZER

E-mail: caminhosdenisa@gmail.com

Telefone: 245 410 000 Extensão: 317 / 351

Telemóvel: 968 332 741

Principais Pontos de Interesse: Castelo de Amieira do Tejo, Vila Flor, Rio Tejo, Muro de Sirga, Foz do Rio Ocreza, Barca da Amieira e Caminho da Rainha Santa Isabel.

RECOMENDAÇÕES PARA UMA BOA MARCHA

- É imprescindível o uso de roupa e de calçado adequado à prática de trekking/caminhada (impermeável e respirável), c/ meias de microfibras s/ costuras)
- Proteção para a chuva (em caso de condições meteorológicas adversas)
- Mochila cómoda (c/ fruta, comida energética e água)
- Cajado ou bastão articulado
- Máquina fotográfica
- Chapéu ou boné

PROGRAMA PREVISTO

Ponto de Encontro: Cine-teatro de Nisa

08h15: Partida de Nisa em autocarro municipal para Amieira do Tejo

08h50: Boas vindas e briefing técnico

09h00: Início da caminhada

10h30: Reabastecimento 1 (Início da descida para o Rio Tejo)

12h00: Reabastecimento 2 (Barca da Amieira)

13h30: Chegada prevista a Amieira do Tejo, seguida de almoço convívio (facultativo) na Sociedade Educativa Amieirense.

15h30 / 16h00: Regresso a Nisa em autocarro municipal

PROTEÇÃO DE DADOS

Todo o participante, ao formalizar a sua inscrição, autoriza a publicação dos seus dados pessoais necessários ao desenrolar do evento, seja nas listas oficiais, em meios de comunicação ou internet, assim como, o seu uso para envio de informação relativa ao evento, incluindo posteriores edições.

Igualmente autoriza que as imagens recolhidas (fotografia ou vídeo) possam ser utilizadas de forma intemporal em qualquer ação publicitária, com o único fim de promoção e divulgação do evento. Cada participante é responsável pela veracidade dos dados fornecidos na sua inscrição.

Todos os participantes podem exercer o seu **direito de acesso, retificação ou anulação dos dados pessoais**, enviando um e-mail para: caminhosdenisa@gmail.com



**CÂMARA
MUNICIPAL
NISA**