

ROTA DAS DUNAS

PR5
MIR

Esta rota permite o contacto com o **património sócio-cultural e ambiental**. Convida a conhecer a **Barra de Mira** e a **Praia de Mira**, suas praias de **Bandeira Azul** e a visitar **Memórias de Palheiros de Mira**. Passa junto à **lota** e à **pesca tradicional da arte-xávega**. Atravessa extensos campos dunares arenosos, o canal de Mira, campos agrícolas, matagais e pinhais a perder de vista. No cais do Areão de Mira encontra-se o **Sítio Natura 2000 – Ria de Aveiro**. No pinhal interior localiza-se o **Sítio Natura 2000 – Dunas de Mira, Gândara e Gafanhas**.

Tem início junto à **lota de pesca**, na **Praia de Mira**, ou na **Praia do Poço da Cruz** ou no **Cais do Areão**, ambos na **Barra de Mira**. Independentemente do sentido, esta rota pode desdobrar-se em dois percursos mais curtos: o da Praia de Mira ao Poço da Cruz e o do cais do Areão ao Poço da Cruz. Esta descrição considera o percurso na totalidade e a **Praia de Mira** como ponto de partida, a percorrer no sentido horário – de acordo com o mapa. Comece por visitar **Memórias de Palheiros de Mira** (maqueta da Praia de Mira nos anos 40-50 do século XX), no 1º andar da lota. No areal e no mar pode decorrer a pesca tradicional de arrasto (**arte-xávega**). Prossiga para norte e passe pelos armazéns da pesca até entrar por um **passadiço de madeira sobre as dunas**. Desça ao bairro dos pescadores e continue para norte até entrar por um caminho de areia, rodeado por campos dunares, por valas e pelo **oceano Atlântico**, até alcançar a **praia do Poço da Cruz**. Tendo apreciado as dunas e a sua flora diversificada, aproveite para retemperar forças no areal da Praia do Poço da Cruz. Aqui, pode regressar à Praia de Mira ou seguir para o **cais do Areão**. Se pretender regressar, ignore a descrição no parágrafo seguinte e continue pela pista ciclo-pedonal, atravessando a estrada principal e seguindo em frente.

Para seguir para o **Cais do Areão**, deve cortar para norte ao longo do **Canal de Mira**, passar por dunas e pinhais costeiros de proteção, até atravessar o canal numa pequena ponte. Caminhar pela outra margem do curso de água e zonas agrícolas, até chegar ao **sapal do Areão** e seu cais. Prossiga para nascente pela estrada e atravesse uma estrada principal. Corte à direita pela pista ciclo-pedonal e prossiga por entre campos agrícolas e florestas até chegar a uma estrada e cortando à esquerda. Deixe a estrada de alcatrão e corte à direita por uma estrada florestal de rara beleza, com interessantes exemplares arbóreos.

Siga as marcações até voltar à pista e regresse à Praia de Mira. Aí o casario abeira-se do mar e da **barrinha**, sendo ainda terra de pescadores, vocacionada para o turismo.

PR5
MIR

PERCURSOS PEDESTRES DE MIRA



ROTA DAS DUNAS

Entidade Promotora:



Parceiros:



Co-Financiamento:



Registado e homologado pela:



www.cm-mira.pt
ambiente@cm-mira.pt
turismo@cm-mira.pt



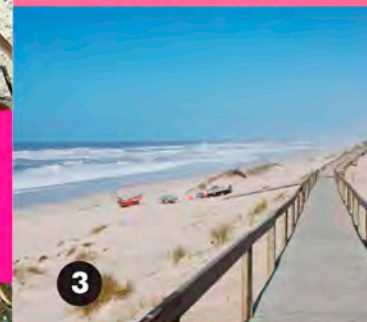
1 P

Memórias de Palheiros de Mira



2

Praia de Mira Pesca da Arte-Xávega



3

Praia de Mira Passadiço dunar



4 P

Barra de Mira Praia do Poço da Cruz



5

Barra de Mira Canal de Mira



6 P

Barra de Mira Cais do Areão



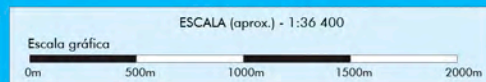
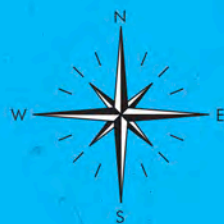
Couve-marítima Calystegia soldanella



Narceja Gallinago gallinago

ROTA DAS DUNAS

**PR5
MIR**



PR	Percurso Pedestre interpretativo de Pequena Rota
	Tipo de Percurso Circular bidirecional, por caminhos dunares, florestais e pista ciclo-pedonal.
	Pontos de Partida ou de Chegada Praia de Mira - Lota de Pesca 1 40.458266 -8.802423 Barra de Mira - Praia do Poço da Cruz 4 40.489643 -8.789854 Barra de Mira - Cais do Areão 6 40.510496 -8.775316
	Extensão 17.500m (metros) PR5.1 (Atalho) 620m
	Duração cerca de 4h30m (sem paragens)
	Desnível acumulado 167m Alt. máx. 18m Alt. mín. 1m
MIDE	O grau de dificuldade é representado por 4 itens diferentes, cada um avaliado de 1 a 5 (1- Fácil; 5- Difícil)
	Dificuldade do meio 2 Orientação 2
	Dificuldade do piso 2 Esforço físico 3
	Época aconselhada Todo o ano. Podem existir zonas encharcadas na época das chuvas
	Pontos de interesse (no mapa): 1 Memórias dos Palheiros de Mira (1º andar - lota) 2 Pesca da Arte-Xávega 3 Passadiço dunar 4 Praia do Poço da Cruz 5 Canal de Mira 6 Cais do Areão

Recomendações

- Circular apenas pelos trilhos sinalizados
- Respeitar marcações, outras sinalizações e estruturas informativas
- Respeitar o património natural - não perturbar plantas, animais e outros elementos naturais
- Não danificar as culturas agrícolas ou florestais
- Não fazer barulho ou ter atitudes que perturbem a tranquilidade
- Respeitar o património cultural, gentes locais, visitantes e a propriedade privada ou pública
- Respeitar a propriedade privada e a utilização do espaço público
- Não fazer fogo ou lixo (utilizar contentores apropriados)
- Utilizar roupas confortáveis e calçado para caminhadas
- Beber muita água e usar protetor solar



PISTA CICLO-PEDONAL

