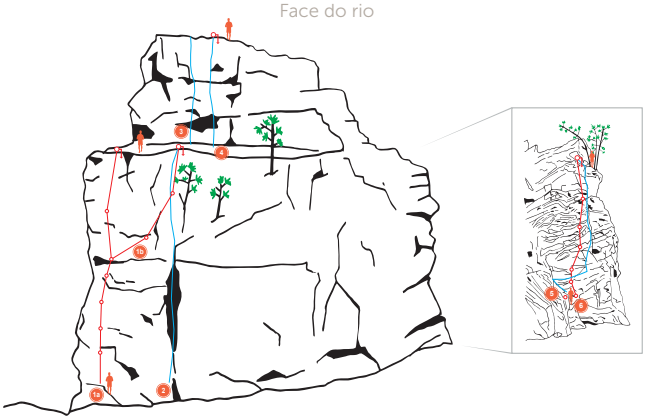
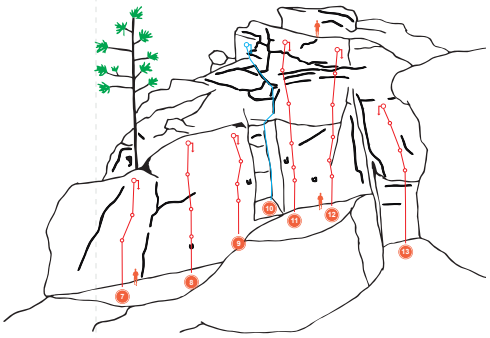
S1 SETOR FRAGA DO CASTELO

TIRE FOTO PARA USAR MAIS TARDE
TAKE A PHOTO TO USE IT LATER

Face do rio



Face das placas



Localização / Location

41.170359°
-8.476831°

LEGENDA DO MAPA / MAP LEGEND

- Top / Reunião — Top/Anchor
- Proteção — Protection
- Via Desportiva — Sport Climb
- Via Clássica — Trad Climb
- Escala (fig = 1.80mt) — Scale (fig = 1.80mt)
- Número da Via — Number of the Route

NOME DA VIA ROUTE NAME	AUTOR AUTHOR	ANO YEAR	DIFICULDADE DIFFICULTY	TIPO TYPE	PONTOS DE FIXAÇÃO FIXING POINTS	DESNÍVEL (MT) LENGTH (MT)	OBSERVAÇÕES COMMENTS
1a - Heidi	Felix Barbosa + Angelo	?	4+	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	20	Para o acesso a esta via é necessária a utilização de uma corda de apoio de 20mt. / To access this route, the use of a 20mt support rope is required.
1b - Variante Agulha terrível	?	?	4+	Desportiva Sport Climb	7 tiges / bolt + top	22	Para o acesso a esta via é necessária a utilização de uma corda de apoio de 20mt. / To access this route, the use of a 20mt support rope is required.
2 - A nata	Pedro Pacheco	2019	6a	Clássica Trad Climb	Top	20	Tem a reunião equipada. Para o acesso a esta via é necessária a utilização de uma corda de apoio de 20mt. / Top anchor equiped. To access this route, the use of a 20mt support rope is required.
3 - Heidi - Saída normal (segundo largo)	?	?	4+	Clássica Trad Climb		10	
4 - Heidi - Saída dos tetos (segundo largo)	Pedro Ribeiro e Alberto Teixeira	1983	4+	Clássica Trad Climb	Top	10	Tem a reunião equipada / Top anchor equiped.
5 - Morcego vermelho	Pedro Ribeiro e Alberto Teixeira	1983	?	Clássica Trad Climb	Top	20	Tem a reunião equipada. Para o acesso a esta via é necessária a utilização de uma corda de apoio de 30mt. / Top anchor equiped. To access this route, the use of a 30mt support rope is required.
6 - Estrunfes	CNM	?	6a	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	16	Para o acesso a esta via é necessária a utilização de uma corda de apoio de 30mt. / To access this route, the use of a 30mt support rope is required.
7 - ?	Paulo Ferreira	?	?	Desportiva Sport Climb	2 tiges / bolt + top	8	
8 - ?	Paulo Ferreira	?	?	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	14	
9 - Placa da esquerda	Carlos Araujo	?	6a+	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt+ top	11	
10 - Chaminé	CNM	?	4+	Clássica Trad Climb	Top	18	Tem a reunião equipada / Top anchor equiped.
11 - Aresta da placa	CNM	?	5	Desportiva Sport Climb	5 tiges / bolt + top	19	
12 - Salto do cavalo	Alberto Teixeira + Pedro Ribeiro	?	5+	Desportiva Sport Climb	5 tiges / bolt + top	17	
13 - Tectinho	CNM	?	6a	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	16	

ONDE COMER / PLACES TO EAT

ONDE DORMIR / PLACES TO SLEEP

CENTRO DE ESCALADA / CLIMBING CENTRE
VALONGO

NORMAS DE CONDUTA / STANDARD FOR CONDUCT

- Respeite as vias já equipadas não procedendo a alterações sem consultar os seus autores e os clubes locais;
- Coloque a corda sempre sobre as suas expresses ou mosquetões. Evite o desgaste precoce das reuniões;
- Não monopolize as paredes e dê lugar a todos;
- Deixe as paredes como gostaria de as encontrar e limpe o magnésio;
- Mantenha o silêncio e não perturbe outros escaladores;
- Utilize todo o equipamento de proteção individual e coletivo adequado para a prática de escalada e certifique-se que se encontra em bom estado;
- Respeite toda a sinalização instalada nos locais;
- Respeite os outros praticantes ou utilizadores das Serras;
- Seja responsável pelos seus resíduos e por deixar os locais conforme os encontrou ou se possível melhor ainda;
- Respeite a fauna e a flora existentes nas proximidades.

- Respect the routes already equipped by not making changes without consulting the authors and local clubs;
- Always place the rope over your quickdraws or carabiners. Avoid the early damage on the fixed equipment;
- Do not monopolize the walls and make room for everyone;
- Leave the walls as you would like to find them and clean the magnesium;
- Keep quiet and do not disturb other climbers;
- Use all the individual and collective protective equipment suitable for climbing and make sure you are in good condition;
- Respect all signs installed in places;
- Respect other practitioners or users of the mountain;
- Be responsible for your waste and for leaving the premises as you found it or if possible even better;
- Respect the fauna and flora in the vicinity.

CONTACTOS ÚTEIS / USEFUL CONTACTS

SOS Emergência / Emergency number
Tlf.: 112

Incêndios Florestais / Forest fires
Tlf.: 117

Bombeiros Voluntários de Valongo / Valongo Firemen
Tlf.: +351 224 220 002

G.N.R. de Campo / Campo Police
Tlf.: +351 224 119 280
www.gnr.pt

PSP de Valongo / Valongo Police
Tlf.: +351 224 219 800

Informação Anti-Venenos / Anti-Poison Information
Tlf.: 808 250 133

CONTACTOS DOS PROMOTORES / PROMOTER CONTACTS

Câmara Municipal de Valongo
Valongo Municipal Council
Tlf.: +351 224 227 900
Email: gabmunicipe@cm-valongo.pt
www.cm-valongo.pt

Posto de Turismo / Tourist office
Tlf.: +351 222 426 490 / +351 911 042 398
Email: turismo@cm-valongo.pt

Alto Relevo - Clube de Montanhismo
Tlf.: +351 916 817 364
Email: escalada@altorelevo.org

PROMOTORES:

VALONGO · CÂMARA MUNICIPAL

Alto Relevo
Clube de Montanhismo

SERRAS DO PORTO
GONDOMAR PAREDES VALONGO

CENTRO DE ESCALADA VALONGO

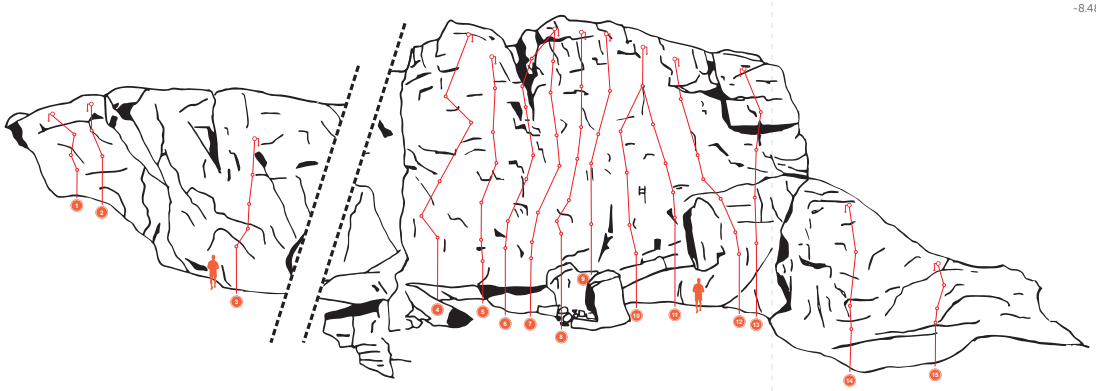
fioema | 2020

S2 SETOR FRAGA DO TETO

TIRE FOTO PARA USAR MAIS TARDE
TAKE A PHOTO TO USE IT LATER

Localização / Location

41.173129°
-8.480296°

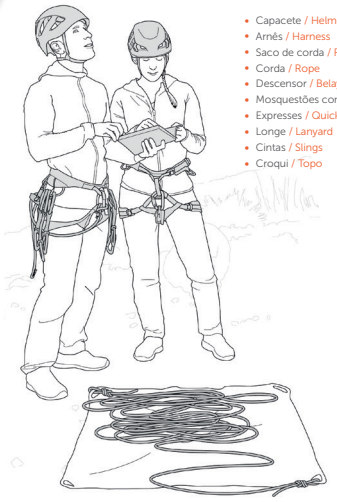


LEGENDA DO MAPA / MAP LEGEND

- Top / Reunião — Top/Anchor
- Proteção — Protection
- Via Desportiva — Sport Climb
- Escala (fig = 1.80mt) — Scale (fig = 1.80mt)
- Número da Via — Number of the Route

NOME DA VIA ROUTE NAME	AUTOR AUTHOR	ANO YEAR	DIFICULDADE DIFFICULTY	TIPO TYPE	PONTOS DE FIXAÇÃO FIXING POINTS	DESNÍVEL (MT) LENGTH (MT)
1 - ?	?	?	?	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	6
2 - ?	?	?	?	Desportiva Sport Climb	2 tiges / bolt + top	6
3 - A Oposição	?	?	6a+/b	Desportiva Sport Climb	4 tiges / bolt+ top	9
4 - Aderência	?	?	4+	Desportiva Sport Climb	5 tiges / bolt+ top	16
5 - Onde está o parabolt	CEM	2013	4+	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt+ top	14
6 - Perdi o apetite	CEM	2013	5	Desportiva Sport Climb	7 tiges / bolt+ top	15
7 - Toca a despertar	CEM	2013	5	Desportiva Sport Climb	7 tiges / bolt + top	16
8 - Via central	?	?	5	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	16
9 - ?	?	?	6a+	Desportiva Sport Climb	4 tiges / bolt + top	13
10 - A esquecidinha	Filipe Cardinal	?	6a+	Desportiva Sport Climb	5 tiges / bolt + top	15
11 - Anchipáfé	Angelo, Chico, Paulo, Felix	1978	5	Desportiva Sport Climb	5 tiges / bolt+ top	14
12 - Mulatos de programa	CEM	2013	5	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt+ top	15
13 - Via tecto	Berto Teixeira, Pedro Ribeiro	1980	6a+	Desportiva Sport Climb	4 tiges / bolt+ top	14
14 - Rôto cósmico	CEM	2013	6a	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	10
15 - Legolândia	CEM	2013	4	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	6

EQUIPAMENTO DE ESCALADA / SPORT CLIMBING EQUIPMENT



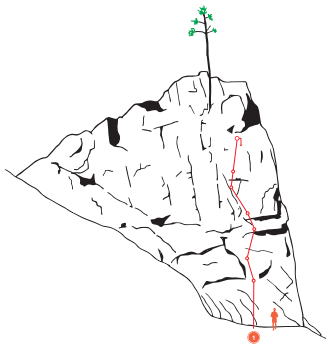
- Capacete / Helmet
- Arnês / Harness
- Saco de corda / Rope bag
- Corda / Rope
- Descensor / Belay device
- Mosquestões com fecho / Locking carabiners
- Expresses / Quickdraws
- Longe / Lanyard
- Cintas / Slings
- Croqui / Topo

©Petzl

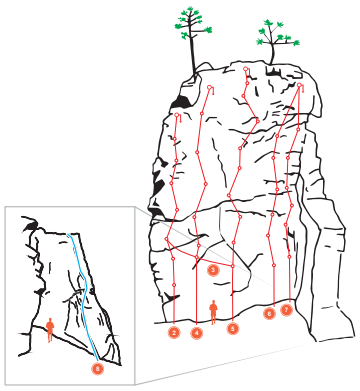
S3 SETOR FRAGA LISA

TIRE FOTO PARA USAR MAIS TARDE
TAKE A PHOTO TO USE IT LATER

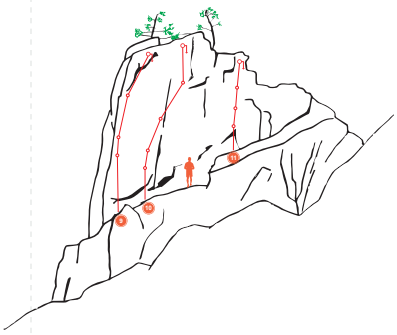
Face esquerda



Face frontal



Face direita



ESCALA DE DIFICULDADE / DIFFICULTY SCALE

A escala de dificuldade mais utilizada em Portugal é um misto de duas outras escalas. Nos níveis de dificuldade mais baixos adopta-se a escala da Union Internacional des Associations d'Alpinisme (UIAA), representada por numeração romana até ao "V" grau. A partir do sexto grau de dificuldade, onde pequenas subtilezas na dificuldade das vias de escalada podem fazer a diferença, adopta-se a escala francesa com numeração árabe, à qual se acrescentam as letras "a", "b" e "c". Em cada nível pode utilizar-se ainda um sufixo "+" representando um nível intermédio de dificuldade entre os níveis referidos.

The most widely used difficulty scale in Portugal is a mixture of two other scales. At lower levels of difficulty, the scale of the Union International des Associations d'Alpinisme (UIAA) is adopted, represented by Roman numerals up to the "V" grade. From the sixth grade, where small subtleties in the difficulty of the climbing routes can make a difference, the French scale with Arabic numerals is adopted, to which are added the letters "a", "b" and "c". In each level, a suffix "+" can also be used, representing an intermediate level of difficulty between the levels mentioned.

LEGENDA DO MAPA / MAP LEGEND

- Top / Reunião — Top/Anchor
- Proteção — Protection
- Via Desportiva — Sport Climb
- Via Clássica — Trad Climb
- Escala (fig = 1.80mt) — Scale (fig = 1.80mt)
- Número da Via — Number of the Route

NOME DA VIA ROUTE NAME	AUTOR AUTHOR	ANO YEAR	DIFICULDADE DIFFICULTY	TIPO TYPE	PONTOS DE FIXAÇÃO FIXING POINTS	DESNÍVEL (MT) LENGTH (MT)	OBSERVAÇÕES COMMENTS
1 - Impec	J.Ferreira + J.Moreira	?	5+	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	17	
2 - Passeio na aresta	Carlos Araujo	1998	6c+	Desportiva Sport Climb	7 tiges / bolt + top	16	
3 - Variante (Travessia)	?	?	6a(?)	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	6	
4 - ?	?	?	?	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	18	
5 - Via original	?	?	7a+	Desportiva Sport Climb	9 tiges / bolt + top	20	
6 - As brumas de avalongo	Sergio Martins	?	7b+	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	17	
7 - Badalhoca	?	?	6b	Desportiva Sport Climb	6 tiges / bolt + top	17	
8 - Via dos dois terços	ARCM	2020	5+	Clássica Trad Climb		11	
9 - Queijo suiço	J.Ferreira + J.Moreira	1993	6a	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	11	Protege na primeira tige da via "Sequências" / Protects on the first bolt of the "Sequências" route
10 - Sequências	J.Ferreira + J.Moreira	1993	6a	Desportiva Sport Climb	4 tiges / bolt + top	11	
11 - Disparates	J.Ferreira + J.Moreira	1993	5+	Desportiva Sport Climb	3 tiges / bolt + top	6	

Localização / Location

41.146956°
-8.484135°