

| | | | | |
|-----------------------------------|---------------|-------------------------------------|--------------------|-----------------------|
| Blattbez.: 03PTN005.0WA | Blatt-Nr.: 03 | * W A N D E R B L A T T * | | Reisetag : 04-04 |
| Staat : PORTUGAL | Seite-Nr.: 01 | Wochentag von FREITAG bis FREITAG | | Wandertag : 03 |
| Region : NORDOST/BEIRA ALTA/UISEU | | Datum von 07.05.2010 bis 07.05.2010 | | Ruhetag : 00 |
| Wanderweg: VIA LUSITANA | | Höch. Pkt.: 715 m | Nied. Pkt.: 301 m | Entfernung : 17.9 km |
| Strecke : LAMEGO - MURGANHEIRA | | Höhend. +: 450 m | Höhend. -: 491 m | Wanderzeit : 399 Min. |
| Ziel : MURGANHEIRA | | v Gehen : 4.0 km/h | v Steigen: 400 m/h | Pausenzeit : 60 Min. |
| Ausg./DM : 0.00 | | | | Anz.d.Übern. : 01 |

| HÖHENDIAGRAMM IN METERN | km | Ort | Orts höhe | Bemerkungen | Pau- sen | Wan- zeit | Uhr- zeit |
|-------------------------|------|-----------------|--------------|--|-------------|--------------|--------------|
| 750 660 570 480 390 300 | | | | | | | |
| | 0 | Lamego | 540 | Geradeaus weit.durch die Stadt | 0 | 0 | 09:00 |
| | 0.7 | Lamego/Largo | 499 | Info - weit.d.d.Stadt i.südl.Richt. | 0 | 11 | 09:11 |
| | 1.5 | Balsemao-Brücke | 451 | hint.Brück links weit.a.N226 n.Nordost. | 0 | 23 | 09:23 |
| | 2.2 | Str.-abzweig | 459 | geradeaus weit.a.N226 d.Felder | 0 | 35 | 09:35 |
| | 3 | | | | | | |
| | 3.3 | Str.-teilung | 483 | rechts weit.a.Str.n.Süden | 0 | 55 | 09:55 |
| | 4 | | | | | | |
| | 4.1 | A 24 | 457 | AB Überquer.- rechts weit.i.südwestl.Ric | 0 | 67 | 10:07 |
| | 5 | | | | | | |
| | 5.0 | Alvelos/T-Kreuz | 452 | Dorf - links weit.i.südl.Richt. | 0 | 80 | 10:20 |
| | 5.7 | N 226/Kreuz. | 399 | rechts weit.a.N226 | 0 | 91 | 10:31 |
| | 6.1 | Str.-abzweig | 400 | geradeaus weit.a.N226 | 0 | 97 | 10:37 |
| | 6.5 | Str.-abzweig | 383 | weit.a.N226 | 0 | 103 | 10:43 |
| | 7 | | | | | | |
| | 7.6 | Varosa-Brücke | 301 | Fluss Überquer.- links weit.a.N226 | 30 | 150 | 11:30 |
| | 8 | | | | | | |
| | 8.9 | Wegabzu./Kurve | 383 | weit.a.N226 i.nördl.Richt. | 0 | 182 | 12:02 |
| | 9.3 | Wegabzweig | 417 | weit.a.N226 | 0 | 193 | 12:13 |
| | 10 | | | | | | |
| | 10.0 | Figueira/Nord | 426 | rechts ab, weit.a.Dorfstr.n.Südost. | 0 | 205 | 12:25 |
| | 10.4 | Figueira/Mitte | 482 | Dorf/Bar/Übernacht.-weit.i.nördl.Richt. | 30 | 249 | 13:09 |
| | 10.8 | Figueira/Ost | 546 | Hauptstr.- Str.Überquer.,weit.a.Weg n.NO | 0 | 265 | 13:25 |
| | 11.2 | Wegkreuzung | 622 | rechts weit.a.Weg n.Ost | 0 | 283 | 13:43 |
| | 12 | | | | | | |
| | 12.8 | Queimada/Mitte | 662 | Dorf/Rest./Bar/Geschäft - weit.i.südl.Ri | 0 | 313 | 14:13 |
| | 13 | | | | | | |
| | 13.3 | Kreisverkehr | 683 | geradeaus weit.a.Str.i.südwestl.Richt. | 0 | 324 | 14:24 |
| | 14 | | | | | | |
| | 14.3 | Queimadela | 680 | Dorfmitte/Café - weit.i.südl.Richt. | 0 | 339 | 14:39 |
| | 14.7 | Queimadela/Süd | 715 | Kreuz.- rechts weit.a.R.de Bola/Hauptstr | 0 | 350 | 14:50 |
| | 15.1 | Wegabzweig | 704 | geradeaus weit.a.Weg n.Süd. | 0 | 356 | 14:56 |
| | 15 | | | | | | |
| | 15.9 | Wegkreuzung | 702 | geradeaus weit.i.südl.Richt. | 0 | 368 | 15:08 |
| | 16 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------------|-----|-----------------|------------------|----------------------------------|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|--|
| Blattbez.: 03PTN005.0WA | | Staat: PORTUGAL | | Region: NORDOST/BEIRA ALTA/UISEU | | Blatt: 03 | | Seite: 02 | |
| HÖHENDIAGRAMM IN METERN | | km | Ort | Orts höhe | Bemerkungen | Pau- sen | Wan- zeit | Uhr- zeit | |
| 750 | 660 | 570 | 480 | 390 | 300 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | 15 | | | | | | | |
| | | 16 | 15.9 Wegkreuzung | 702 | geradeaus weit.i.südl.Richt. | 0 | 368 | 15:08 | |
| | | 16.4 | Spitzkehre | 665 | links weit.a.Weg | 0 | 376 | 15:16 | |
| | | 17 | 17.1 Strape | 603 | links weit.a.Str.i.nordöstl.Richt. | 0 | 387 | 15:27 | |
| | | 17.5 | Kurve/Wegabzu. | 581 | weit.a.Str.i.südwestl.Richt.z.Dorf | 0 | 393 | 15:33 | |
| | | 18 | 17.9 Murganheira | 499 | Dorf/Zelten i.d.N. | 0 | 399 | 15:39 | |
| | | 19 | | | | | | | |
| | | 20 | | | | | | | |
| | | 21 | | | | | | | |
| | | 22 | | | | | | | |
| | | 23 | | | | | | | |
| | | 24 | | | | | | | |
| | | 25 | | | | | | | |
| | | 26 | | | | | | | |
| | | 27 | | | | | | | |
| | | 28 | | | | | | | |
| | | 29 | | | | | | | |
| | | 30 | | | | | | | |
| | | 31 | | | | | | | |

B E M E R K U N G E N

Lamego: alle tourist. Einricht., Bus
 Alvelos: Dorf
 Figueira: Dorf, Übernacht., Geschäft, Bar

Queimada: Dorf, Rest. Geschäft
 Queimadela: Café, Geschäft
 Murganheira: Dorf

www.spaziergaenger.de
 (c)Wolfgang Timmer 2010

| | | | | | | | | | |
|-----------|---------|--------|---------|---------|---------|------------|---------|--------|---------|
| Schlafen: | 0.00 DM | Essen: | 0.00 DM | Fahren: | 0.00 DM | Sonstiges: | 0.00 DM | SUMME: | 0.00 DM |
|-----------|---------|--------|---------|---------|---------|------------|---------|--------|---------|