

# Parque Natural de Sintra-Cascais



**Informações e conselhos úteis para visitar o Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Quando visitar. Pontos de interesse. Mapa. Itinerários automóvel. Percursos pedestres. Folhetos.**

## Informação Geral

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Informação geral. Quando visitar. Pontos de interesse. Observar aves e plantas.

## Itinerário Automóvel - Geologia

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Itinerário automóvel - geologia. Pontos de interesse. Dunas, arribas, caos de blocos, lapíás, chaminé vulcânica, pegadas de dinossáurios

## Itinerário Automóvel - Litoral

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Itinerário automóvel - litoral. Pontos de interesse. Dunas e arribas.

## Itinerário Automóvel - Ruralidade

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Itinerário automóvel - ruralidade. Pontos de interesse. Região saloia.

## Itinerário Automóvel - Serra

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Itinerário automóvel - serra. Pontos de interesse. Paisagem cultural.

## PR1 CSC Rota das Quintas

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR1 CSC Rota das Quintas. Pontos de interesse. Folheto.

## PR 2 CSC Cabo Raso

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 2 CSC Cabo Raso. Pontos de interesse. Cabo Raso, Guincho e Crismina. Breve descrição. Folheto. Rede Natura 2000.

## PR 3 CSC Rota das Aldeias

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 3 CSC Rota das Aldeias. Rede Natura. SIC Sintra-Cascais. Pontos de interesse. Peninha e Biscaia. Breve descrição. Folheto.

## PR 4 CSC Rota do Litoral do Guincho

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 4 CSC Rota do Litoral do Guincho. Pontos de interesse. Abano e Guincho. Breve descrição. Folheto.

### PR 1 SNT Santa Maria

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 1 SNT Santa Maria. Pontos de interesse. Rede Natura 2000. Folheto. Itinerário interativo.

### PR 2 SNT Pena

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR2 SNT Pena. Pontos de interesse. Rede Natura. SIC - Sítio Sintra-Cascais. Património Mundial da Humanidade. Pena, Castelo dos Mouros, igreja de Santa Maria e fonte da Sabuga. Breve descrição. Folheto e itinerário interativo.

### PR 3 SNT Castelo

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 3 SNT Castelo. Pontos de interesse. Rede Natura. SIC Sintra-Cascais. Castelo dos Mouros, igreja de Sta Maria e Fonte da Sabuga. Património Mundial da Humanidade - Paisagem Cultural. Monumento Nacional. Breve descrição. Folheto.

### PR 4 SNT Seteais

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 4 SNT Seteais. Pontos de interesse. Quinta da Regaleira, fonte da Pipa e Seteais. Folheto.

### PR 6 SNT Capuchos

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 6 SNT Capuchos. Pontos de interesse. Rede Natura. SIC Sintra-Cascais. Convento dos Capuchos. Memorial dos Soldados. Pedra Amarela. Património Mundial - Paisagem Cultural. Folheto.

### PR 7 SNT Cabo da Roca

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 7 SNT Cabo da Roca. Pontos de interesse. Litoral. Cabo da Roca. Praia da Adraga. Plantas endémicas. Pegadas de dinossáurios. Aves. Folheto.

### PR 8 SNT Vinho de Colares

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 8 SNT Vinho de Colares. Pontos de interesse. Rede Natura. SIC Sintra-Cascais. Azenhas do Mar. Capela de Janas. Folheto.

### PR 10 SNT Peninha

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 10 SNT Peninha. Pontos de interesse. Capela da Peninha. Ermida de S. Saturnino. Pedras Irmãs. Adrenunes. Folheto.

### PR 11 SNT Monge

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre circular de pequena rota. PR 11 SNT Monge. Pontos de interesse. Rede Natura. SIC Sintra-Cascais. Invasoras. Convento dos Capuchos. Memória dos Soldados. "Tholos" do Monge. Património Mundial da Humanidade. Paisagem Cultural. Breve descrição. Folheto.

### GR 11 Caminho do Atlântico

Parque Natural de Sintra-Cascais (PNSC). Percurso pedestre linear de Grande Rota. GR 11 E9 Caminho do Atlântico com cerca de 35 km, podendo ser realizados apenas

os Troços: Adraga-Maçãs; Maçãs-Magoito; e cabo Raso-Abano. Rede Natura. SIC Sintra-Cascais. Folhetos.

### Outras Visitas

Percursos vários para observação de aves, uso da ciclovia, 'comboio e natureza' e itinerários Património Mundial.