

Why Azores

A bicicleta é por excelência um veículo de exploração. Destinos como os Açores, onde a natureza e os trilhos nela marcados são uma constante, fazem deste destino uma verdadeira aventura para quem procura emoções fortes.

Desde single tracks ultra técnicos que ligam as montanhas mais altas às praias e fajãs da ilhas ou desde os estradões rolantes que circundam as Lagoas ou cruzam as serras ricas em fauna e flora endémica, o BTT nas ilhas Açorianas possui alternativas para todos os gostos e aptidões técnicas.

Se preferir rolar pelas estradas, as ilhas oferecem uma vasta rede viária ladeada por hortênsias e matas de criptomérias, ligando todos os locais de relevo paisagístico e cultural, cruzando-se pastos, montanhas e localidades de grande beleza e interesse.

Tudo isto ainda com a possibilidade de se terminar um dia de passeio numa zona de banhos de água quente, quer no mar quer em piscinas naturais.

biking.visitazores.com

DICAS PARA PRATICAR BTT NOS AÇORES

1. Traz contigo uma bicicleta da gama XC ou enduro/all moutain ou mesmo DH para os trilhos mais desafiantes.
2. Evita andar sozinho, leva sempre um ou dois amigos.
3. Antes de fazeres a teu passeio, verifica o estado da tua bicicleta e escolhe trajetos adequados à tua condição física e técnica.
4. Utiliza sempre o capacete e outras proteções nunca são demais; cotoveleiras, joelheiras ou colete, para os trilhos de Enduro.
5. Leva sempre contigo um telemóvel na tua mochila ou algibeira.
6. Se parares no trilho encosta-te para um lado.
7. Usa apenas as trajetórias marcadas e já utilizadas.
8. Se tiveres de reparar um furo ou avaria leva contigo todo o material estragado.
9. Não deites resíduos no trilho, como papeis, restos de comida, plásticos de barras energéticas ou garrafas de água.
10. Em caso de queda, nunca abandones o teu companheiro e liga o 112.
11. O BTT é um desporto que envolve alguns riscos, não arrisques a tua saúde nem a dos outros.
12. Usa os trilhos com cuidado. DIVERTE-TE.

Competências Básicas	- Domínio básico da bicicleta em declives suaves	- Controlo básico da bicicleta em declives moderados a acentuados	- Controlo superior da bicicleta	- Controlo absoluto da bicicleta em qualquer situação
Percurso	Rolante e Single track	Rolante e Single track com uma zona técnica moderada	Single track com zonas técnicas diversa	Single track, com zonas técnicas de dificuldade superior
Obstáculos	Sem obstáculos	- Drops cicláveis - Saltos com altura igual a inferiores a 50 cm	- Drops cicláveis em piso variável (pedra, raízes...) - Trialeiras em Pedra (Rock Gardens) - Saltos até um metro de altura. - Saltos com gap com distância à receção inferior ou igual a uma bicicleta	- Drops cicláveis em piso variável (pedra, raízes...) - Drops com salto - Trialeiras em Pedra (Rock Gardens) - Saltos com mais de um metro de altura. - Saltos com Gap com distância à receção superior a uma bicicleta.
Declives	Suave	Moderado	Acentuado	Muito Acentuado
A bicicleta ideal	Hard tail a FS 120mm	FS Enduro 140mm a 160mm	Enduro 160mm ou mais	Enduro e DH bikes
Descrição do rider	Tem alguma experiência fora de estrada	- Tem experiência fora de estrada. - Sentem-se confortáveis na transposição de pequenas zonas de raízes e rochas. - Não está muito à vontade a saltar.	Tem experiência fora de estrada. Sentem-se confortáveis na transposição de zonas diversas de raízes e rochas. Está à vontade a saltar.	- Tem muita experiência em todas as situações: - Drops - Saltos - Rock gardens - Trialeiras. - Adora andar no limite.
Competências físicas Básicas	- Pratica exercício regularmente. - Consegue pedalar de forma relaxada e controlada durante 1 a 2 horas. - Sente-se confortável a pedalar dois dias consecutivos.	- Pratica exercício 2 a 3 vezes por semana, 30 minutos ou mais por sessão. - Consegue pedalar entre 2 a 3 horas, com mudanças de ritmo, tolerando picos de esforço anaeróbio. - Sente-se confortável a pedalar 3 dias consecutivos.	- Pratica exercício 3 a 4 vezes por semana, 60 minutos ou mais por sessão. - Consegue pedalar entre 3 a 4 horas, com mudanças de ritmo, tolerando longos picos de esforço anaeróbio. - Sente-se confortável a pedalar 4 dias consecutivos.	- Pratica exercício todos os dias ou mais do que uma vez por dia - Consegue pedalar entre 4 a 6 horas, com mudanças de ritmo, tolerando longos picos de esforço anaeróbio. - Treina regularmente com vista à participação em eventos. - Sente-se confortável a pedalar mais de 5 dias consecutivos.



CERTIFICADO
AÇORES
 REGIÃO DOS AÇORES
 PELA NATUREZA
 VISITAZORES.COM

**MIL AVENTURAS
 SOBRE RODAS**



AÇORES
 2020

GOVERNO
 DOS AÇORES

PORTUGAL
 2020

UNIÃO EUROPEIA
 Fundo Europeu de
 Desenvolvimento Regional

TURISMO DE
 PORTUGAL
 azores

36° 55' 44" N, 25° 01' 02" W - Açores, PORTUGAL

PICO GRANFONDO

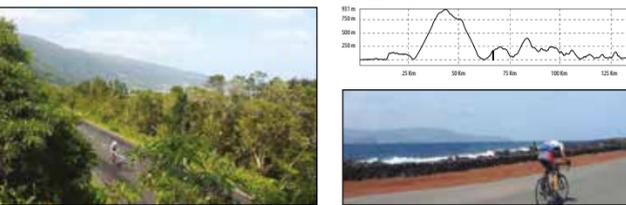
DURAÇÃO: 6-7 horas DISTÂNCIA: 144 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 2828M FITNESS: PRETO

DESCRIÇÃO: Início do passeio situado na Vila da Madalena, junto à gare Marítima de transporte de passageiros. Seguir para leste pelo litoral norte, tendo como primeiro ponto de passagem a baía da Barca onde se situa um dos mais famosos bares da ilha e referência de Arquitetura de seu nome Cella Bar. Seguir em frente continuando para leste, sempre junto ao mar, passando nas localidades do Cais do Mourato, Cachorro, Lajido, e dos Arcos. Ao km 13,5 iniciar a subida com cerca de 1800m para a ER1. Ao Km 14,8 voltar à direita novamente em direção à Madalena passando pelas freguesias de Stª Luzia, Canto, Laje, Bandeiras, Cabeço Chão. Voltar à esquerda ao Km 27, seguir em frente para sul cerca de 600m contornar a rotunda e voltar à esquerda no km 27,6 iniciando-se uma das maiores subidas do passeio com cerca de 15,3 Km e uma média de inclinação na ordem dos 7%. Ao km 43 chegamos aos 931m de elevação, estando no ponto mais alto do percurso. Seguir em frente para leste percorrendo uma longa reta, bastante rolante com cerca de 7 km, onde ao km 48 existe uma derivação que conduz à lagoa do Capitão, a única lagoa da ilha. No final da reta voltar à esquerda iniciando-se a descida para a Vila de S. Roque, aconselha-se extrema cautela pois poderão ser atingidas velocidades elevadas. Já no final da descida ao km 59,1, voltar à esquerda antes de entrar no centro de S. Roque voltando para oeste. Ao Km 61,5 poderá efetuar uma pausa na zona balnear do Cais de S. Roque onde se situa o Museu da Fábrica da Baleia e onde existem zonas de bar e restaurante bem como WC's.

Prosseguir o passeio para leste, passando pelo centro de S. Roque e seguindo pelas freguesias de S. Miguel Archanjo, Prainha de Cima, Piedade, Altamora. Neste ponto existem diversas derivações ao farol da Ponta da Ilha. Após este ponto inicia-se o regresso à Vila da Madalena, desta vez pelo sul da ilha, passando pelas freguesias da Calheta de Nesquim, Foros, Ribeira Grande, Pontas Negras, Ribeiras, iniciando-se a descida para as Lajes do Pico ao km 108.

Sair da zona das Lajes do Pico para oeste, seguindo pelas freguesias da Silveira, S. João, Terra do Pão, São Caetano, São Mateus, Criação Velha e por fim a chegada à vila da Madalena onde termina o percurso do Pico Granfondo.



ANGRA DO HEROISMO

DURAÇÃO: 4-5 horas DISTÂNCIA: 80,41 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 1255M FITNESS: VERMELHO

DESCRIÇÃO: Início do passeio na Praça Velha situada no centro de Angra do Heroísmo em frente à Câmara Municipal. Seguir para oeste subindo a Rua da Sé em direção ao Alto das Covas. Seguir em frente pela Avenida Tenente Coronel Agostinho. Continuar para oeste na rotunda, pela rua Diogo Teide. Seguir para S. Mateus da Calheta e continuando para as Cinco Ribeiras. Continuar pela Estrada Regional, passando por Stª Barbara, Doze Ribeiras, Serreta, podendo efetuar uma paragem no miradouro da ponta do Raminho onde poderá observar, para além da costa da ilha, as outras ilhas que compõem o grupo central, Graciosa (à direita), S. Jorge, Pico e Faial (mais para a esquerda). Continuar passando pelo Raminho, Altares e Biscoitos. Nesta última localidade recomenda-se uma visita ao museu do vinho e à zona balnear. Saindo dos Biscoitos, continuar para as Quatro Ribeiras, Agualva, Vila Nova, Lajes. Após passagem junto ao Aeroporto das Lajes, prosseguir em frente em direção à Praia da Vitória, onde pode aproveitar para efetuar uma paragem disfrutando da sua praia de areias claras e águas transparentes. Retomar o passeio rumo ao Cabo da Praia seguindo para a pitoresca freguesia do Porto Martins, prosseguir junto ao litoral passando por locais como a ponta das Contendas, Baía da Salga, freguesia do Porto Judeu, iniciando-se a subida na freguesia da Feteira novamente pela estrada regional, iniciando-se o regresso ao centro histórico de Angra do Heroísmo.

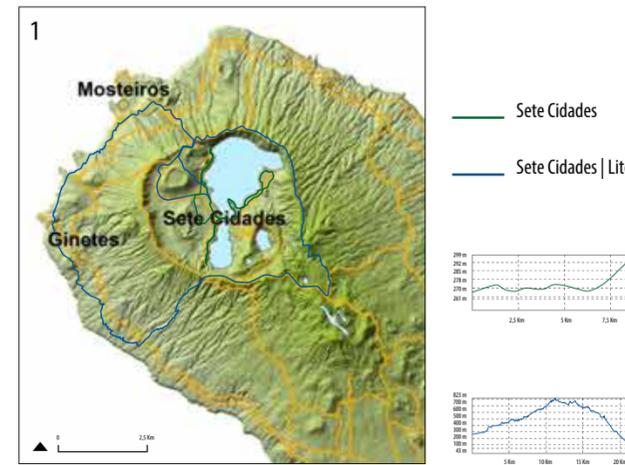


LAGOAS DAS SETE CIDADES

DURAÇÃO: 1 hora DISTÂNCIA: 15,64 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 184M FITNESS: VERDE

DESCRIÇÃO: Início do passeio situa-se na margem oeste da lagoa azul das Sete cidades, junto aos edifícios de apoio (lazer e restauração) à praia fluvial. Começamos a nossa volta indo em direção à Ponte dos Regos, passando a mesma e virando à esquerda em direção ao caminho do Cerrado das Freiras. Seguir pela direita ultrapassando duas pequenas subidas, seguir em frente até junto da cumeira norte, prosseguindo até chegar junto às margens da Lagoa Azul. Depois de passar o parque de merendas (junto ao viveiro florestal) do Cerrado da Freiras, passamos uma pequena ribeira e seguimos em frente. Seguir sempre pela direita, contornando a península pelas suas margens, regressando novamente à Ponte. Passar a ponte e voltar à esquerda progredindo pela margem oeste da lagoa verde, até chegar à Baía do Sossego, regressar pelo mesmo caminho. Voltar à esquerda em direção à Freguesia das Sete Cidades, voltar à esquerda novamente no cruzamento onde se encontra uma fonte, seguir pela Rua da Cidade, voltar à direita pelo caminho das ruas até à Igreja de São Nicolau, voltar à direita em direção às margens da Lagoa Azul seguindo pela esquerda progredindo ao longo da margem oeste da lagoa até ao parque de merendas do túnel das Sete Cidades. Regressar pelo mesmo caminho mantendo a margem sempre do esquerdo até ao ponto inicial do passeio.



SETE CIDADES | LITORAL OESTE

DURAÇÃO: 3-4 horas DISTÂNCIA: 39,15 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 1421M FITNESS: PRETO NÍVEL TÉCNICO: AZUL

DESCRIÇÃO: Início do passeio situa-se na margem oeste da lagoa azul das Sete cidades, junto aos edifícios de apoio (lazer e restauração) à praia fluvial. Começamos o nosso passeio, seguindo em direção à Igreja de São Nicolau, seguir pela direita pela ER9-1. Ao Km 2,5 virar à esquerda seguindo em frente, parar no cruzamento, seguir em frente novamente. Após o km 4 segue-se uma longa subida até ao pico da Cruz. No Pico da Cruz, descer pelo cimento, modere a velocidade. Seguindo em frente passar pelo aqueduto das 9 janelas virar à direita no cruzamento (km13,2) descer até à vista do rei passado pela Lagoa do Canário. Na Vista do Rei, descer pela rua de terra situada junto ao balneários, modere a velocidade, atenção e cautela com veiculos agrícolas e outras viaturas todo o terreno. Atenção à derivação no km 19,5 virar à esquerda e depois à direita no final da mesma. Prosseguir até à estrada regional EN1-1A, cruzando-a e seguindo pela estrada de terra à direita. Neste trajeto irá passar pelo Farol da Ponta da Ferraria, pelo miradouro do Escalvado, Pico do Mafra, cruzando a estrada EN1-1A ao km 35,5. Cruzar a estrada e inicia a subida até à cumeiras, virar à direita no final em direção à Ceara, descer para a lagoa virando à esquerda ao Km 37,3. Terminar o passeio no local de partida.



PEDRA TORTA

DURAÇÃO: 8-10 minutos DISTÂNCIA: 1,43 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 381M FITNESS: AZUL NÍVEL TÉCNICO: VERMELHO

DESCRIÇÃO: Este trilho é um single track na sua total extensão, tem um piso misto em pedra e terra, alternando curvas apertadas com pequenas zonas retas onde se atinge alguma velocidade. Com o piso molhado é muito escorregadio. Este trilho fica situado na encosta nascente do Faial Terra tem o seu início no chamado caminho do Pico de Água Retorta e terminando na estrada regional.

PICO GRANDE

DURAÇÃO: 6-7 minutos DISTÂNCIA: 1,73 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 361M FITNESS: AZUL NÍVEL TÉCNICO: VERMELHO

DESCRIÇÃO: É o trilho mais conhecido da zona, inicia-se num caminho largo e rápido e terra batida. Ao estreitar o trilho aumenta a sua dificuldade, entra-se num secto mais estreito com um salto com gap (tem alternativa) seguindo-se uma sequência de quanto saltos, antecedendo o ultimo um Rock Garden inclinado. Depois deste setor o trilho torna-se mais plano e suave para aumentar gradualmente a sua inclinação na parte final. Esta é omposta por um piso todo ele em pedra com longas retas encadeadas com três zonas de ganchos antes de terminar na zona do Burguete.



TRILHO DO TANQUE

DURAÇÃO: 14 minutos DISTÂNCIA: 1,36 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 176M FITNESS: AZUL NÍVEL TÉCNICO: AZUL

DESCRIÇÃO: O Ponto de entrada para este trilho situa-se no Pico Alto, na zona de estacionamento de acesso ao miradouro. É um single track construído numa mata de criptomérias, com zonas rápidas e curvas em relevê. O piso é todo em terra extremamente macio e aderente quando seco, muito escorregadio quando está molhado. O trilho termina na antiga casa do guarda na florestal do Alto.

TRILHO NR2

DURAÇÃO: 14 minutos DISTÂNCIA: 0,77 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 229M FITNESS: AZUL NÍVEL TÉCNICO: PRETO

DESCRIÇÃO: O Ponto de entrada para este trilho situa-se no Pico Alto, na zona de estacionamento de acesso ao miradouro. É um single track construído parcialmente numa mata de criptomérias. Tem uma grande pendente vertical. O piso é em terra extremamente macio, com zonas de pedra na parte final. Aderente quando seco, muito escorregadio quando está molhado. Dada a sua inclinação torna-se muito difícil de efetuar quando o piso está com mais lama.

TRILHO ALTO NASCENTE

DURAÇÃO: 6 minutos DISTÂNCIA: 1,34 KM

GANHO ELEVAÇÃO: 234M FITNESS: AZUL NÍVEL TÉCNICO: AZUL

DESCRIÇÃO: O Ponto de entrada para este trilho situa-se no Pico Alto, na zona de estacionamento de acesso ao miradouro. É um single track dentro de uma mata de criptomérias. A parte inicial é comum ao trilho do tanque, juntando-se ao trilho NR2 na sua parte final. O piso é em terra extremamente macio. Muito rápido quando seco, muito escorregadio quando está molhado. Possui uma inclinação suave possui algumas curvas rápidas e encadeadas.

