



# CAMINHO PORTUGUÊS DO INTERIOR



## Long Ryder's to Santiago Compostela.

O traçado tinha sido escolhido há um ano, uma tentativa tinha sido feita, mas esta prometia ser épica.

Os peregrinos tinham-se preparado fisicamente, quer dizer quase todos, alguns com lesões recentemente saradas e outros com uma preparação in and out.

Após alguns jantares familiares preparando a logística, o dia 1 de Maio de 2013, chegava rápido.

Eram 6h45m do dia 1 de Maio e os 4 peregrinos, Carlos Teixeira, Luís Tomé, Pedro Rocha e Vítor Lopes, encontravam-se no ponto emblemático, junto da Pastelaria Flor de Cantanhede, para dar início a uma jornada épica, que seria ligar Cantanhede a Santiago de Compostela pelo Caminho Português do Interior.

Cadernetas devidamente preenchidas e carimbadas

no Museu da Pedra - Casa da Cultura de Cantanhede de modo a comprovar o início da peregrinação e siga para o caminho.

A saída de Cantanhede, fez-se num ritmo soft, de modo a que pudessem aquecer as pernas, o frio fazia-se sentir e o dia seria muito longo, como se veio a provar. Até à Mealhada, pedalavam e falavam do que iriam encontrar, até que chegou o primeiro obstáculo a ser transposto, a serra do Buçaco.

Subida íngreme, por alcatrão, mas num ritmo doseado e de seguida a descida até Mortágua.

Aqui, em Mortágua, junto dos Paços do Concelho, pararam e aconchegaram o estômago com umas belas sandes de presunto.

Quilómetros depois, mais uma paragem em Santa Comba Dão para a bela nata e o café.

Deu-se entrada na eco-pista do Dão e seguiram até Farminhão (Viseu) num ritmo considerável, local onde se dava início ao caminhos seculares do traçado até Santiago de Compostela.

A eco-pista deu, para fotos, comer, beber, conviver e cumprimentar pessoas que iam pedalando pelos caminhos e ou que cultivavam as suas terras mesmo ali ao lado.

Em Viseu, em dia de feriado, poucos estabelecimentos abertos, almoçaram num self-service, que deu para retomarem as forças até ao destino, não sem antes um abastecimento de GOMAS.

Destino esse que, como significa o provérbio, "tens mais olhos que barriga", demonstrou que a fasquia tinha sido demasiadamente elevada.

Retomando o caminho, os 4 peregrinos, progrediam em bom ritmo, a entrada no Concelho de Castro de Aire deu-se no meio de um vale e junto a uma aldeia abandonada, mas recentemente ocupada por grupos de naturistas?.

Os quilómetros, começavam a fazer-se sentir no corpo e cerca das 15h o grupo alcançava o albergue de Almargem.

Desde Almargem a Ribolhos, o traçado era bastante sinuoso, com uma grande subida, após a passagem pelo rio que tinha de ser feita a pé com a bicicleta às costas.

De Ribolhos a Bigorne, com subidas e descidas com desníveis de 250 a 350 m, a dificuldade na progressão tornava a tarde cada vez mais dura.

As horas passavam e os quilómetros não rendiam o pretendido, fazendo-se sentir o cansaço.

No espírito dos 4 elementos, Tomé, Teixeira, Rocha e Vítor, imperava uma alegria contagiante, que os "obrigava" a breves paragens, ora para contemplar as belas paisagens ou para comentar certas descidas ou subidas transpostas.

O caminho fazia-se por calçadas romanas, por ribeiros, todos os caminhos utilizados pelos agricultores locais, que os utilizam para levar o gado para as pastagens e unir povoações.

O constante sobe e desce deixou marcas no grupo, que só após mais de 13 horas de viagem alcançou Bigorne.

Às 20h, procurava-se o albergue de Bigorne, mas em vão. Não havia conhecimento de tal albergue.

Acontecia a 1ª contrariedade e a 1ª decisão para o grupo. Continuar com o objectivo inicial, que seria pedalar até Lamego ou progredir até ao Albergue de Penude.

Contas feitas, faltavam mais de 20 km e o cansaço não deixava tomar decisões sensatas e decidiu-se pedalar até Lamego, com mais de 14 horas de pedal, cerca de 179 km e 3900 D+ de acumulado de subidas.

Passava das 21h quando chegaram aos Bombeiros Voluntário de Lamego, "albergue" 5 estrelas que recebeu muito bem o grupo, tendo que agradecer a imensa amabilidade do seu comandante.

Após um merecido banho e um belíssimo jantar ali perto, com o apoio da Romy e da Patrícia que fizeram a viagem de Cantanhede a Lamego para apoiar os seus amigos/maridos/namorados, o corpo precisava de descansar e em poucos minutos todos dormiam.





## 2º dia.

A alvorada tardia, foi decidida no dia anterior dado o empeno. Eram cerca das 8h30 quando todos se preparavam para tomar o pequeno almoço nos Bombeiros Voluntários de Lamego.

9h30 e o grupo, saía com direcção a Santiago de Compostela, sabendo que o dia seria penoso, mas sem saber o que os esperava.

Após mais uma breve paragem para o café e para a bola de berlim, prosseguiram caminho até à Régua, tendo como cenário as encostas repletas de vinhas e penhascos rochosos, sendo o traçado exigente, mas com boa progressão, pois seria a descer até à Régua.

A saída da Régua foi difícil, com uma subida bastante íngreme que culminava numa descida espectacular até Santa Marta de Penaguião.

Dalí a Vila Real o grupo iria apanhar o pior troço. Caminhos verdadeiramente seculares, onde a progressão só se poderia fazer com a bicicleta às costas, pois as pedras, as ervas e os diversos riachos não podiam ser transpostos de outra maneira.

Quer se dizer, podiam ter sido transpostos de outra maneira, fazendo as alternativas por alcatrão, mas o grupo decidiu fazer o traçado original.

Um traçado com subidas e descidas longas, que dificultavam imenso a "papar" quilómetros e que ia moendo o corpo.

Cada um levava uma mochila às costas com 5kg, nas subidas a pé, pareciam ter toneladas.

O Almoço chegava pelas 14 horas somente com 30 quilómetros percorridos, o que demonstrava a dificuldade do traçado.

Após um vigoroso almoço, seguiam-se mais quilómetros pela frente e a pernoita seria? Seria no caminho, pois o espírito do grupo após o 1º dia, seria pedalar até entender por bem, não fustigando demasiado o corpo.

Até entrarem em Vila Real, o sobe e desce constante mantinha-se, quer a pé quer a pedalar quer entre silvas e vinhas, quer entre pastagens verdejantes e vistas de cortar a respiração. Quilómetros difíceis, mas de memórias inexplicáveis dada a beleza original e pitoresca do Portugal que poucos conhecem.

Em Vila Real, mais um abastecimento de sólidos e líquidos, pois a alimentação e hidratação eram fundamentais. As temperaturas eram elevadas e nos vales o calor apertava e teriam de se hidratar.

Até Vilarinho, o traçado mantinha o mesmo tónico de dificuldade, nesta aldeia foi feito um desvio devido à segurança dos peregrinos que estava bem sinalizado.

O destino neste dia foi, Parada de Aguiar, com os últimos 7 quilómetros a serem feitos na antiga linha do Corgo. O dia finalizava com cerca de 67 km, 2600 D+ de subidas de acumulado e 9 horas de viagem.

A paragem foi no albergue de Parada de Aguiar, que fora em tempos uma escola. Devidamente reconstruído, apresentava-se muito bem equipado e com uma qualidade acima da média, muito bom.

Depois do merecido banho, fizeram uma caminhada até ao restaurante onde comeram e beberam adequadamente retemperando forças para o dia seguinte.





## 3º dia

O terceiro dia prometia ser de recuperação, o relevo do terreno prometia algumas subidas, uma à saída de Vidago e outra, caso conseguissem, à chegada a Alberguería, em território Espanhol.

O despertar fez-se cedo, com saída cerca das 7h40. Depois de alguns quilómetros na Ecopista da Linha do Corgo, e uns pinos amarelos que não se arredam, chegaram a Vila Pouca de Aguiar, onde tomaram um vigorante pequeno-almoço.

Retomam o caminho até Vidago, onde as cores da primavera eram uma constante, os caminhos enlameados, o gado que pastava junto às margens dos ribeiros, o silêncio da natureza era ensurdecedor.

O esplendor das paisagens facilitava o cavalgar dos quilómetros que de repente deu lugar a um bosque em Pedras Salgadas. É um espaço brutal, onde se pode conviver com a natureza no seu estado natural. A envolvência convida a um fim de semana em família nas eco-houses de Pedras Salgadas.

Após contemplarem este belo espaço, continuaram o caminho e fizeram mais uma paragem em Vidago para o abastecimento de água e o belo do café e nata, pois os próximos quilómetros até Chaves seriam duros.

Chegados a Chaves e antes do almoço, o amigo Rui Rio, tinha feito a gentileza de levar uma muda

de roupa para a sua terra natal, para que o grupo pudesse efectuar a troca. Troca efectuada em casa da senhora Otilia, mais uma paragem na loja do Francisco, Run & Bike, pois os pedais da bike do Luís Tomé, tinham entregue a sua alma ao criador, pelo que teve de abrir os cordões à bolsa.

Por coincidência, almoçaram no restaurante do pai do Francisco, Restaurante situado junto à margem do rio. Muito bem tratados e após uns bons dedos de conversa e bons conselhos do senhor Costa, um caminhante nato, o grupo tinha de seguir caminho.

Até Verín, território espanhol, o caminho é facilitado pela falta de relevo, progredindo-se moderadamente.

Em Verín, mais um abastecimento de água e gomas que acompanharam desde cedo o grupo. Paragem no albergue de Verín para informações e o que saltou à vista do grupo foi a difícilíssima subida de Alberguería, 6 km dos quais 1km seria de difícil progressão devido às lajes de pedra.

O troço à saída de Laza está mal marcado, o que levou a um engano e um empeno. Uma subida estonteante que deu lugar a uma descida alucinante e o retomar do caminho...

Em Laza, para ganhar força para o último trecho do caminho do dia, abastecimento de água e mais uns bocadinhos de jamon, coca-cola e batatas fritas.

Pedalando pelo caminho, rapidamente chegaram à súbida do dia, média de 4/5km/h e uma subida com uma paisagem fantástica. Montes e vales que se perdiam de vista.

A paragem do dia, estava perto, mas para dois elementos, Vítor Lopes e Teixeira, ainda não ficaria por aqui.

Chegados a Albergueria, são recebidos no Rincón del Peregrino - albergue do senhor Zé Luís, carismático pelo seu bar repleto de conchas personalizadas pelos peregrinos que ali passam.

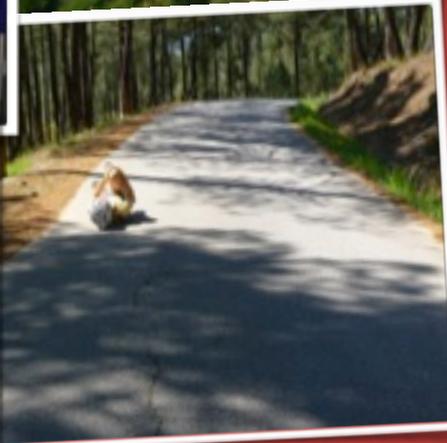
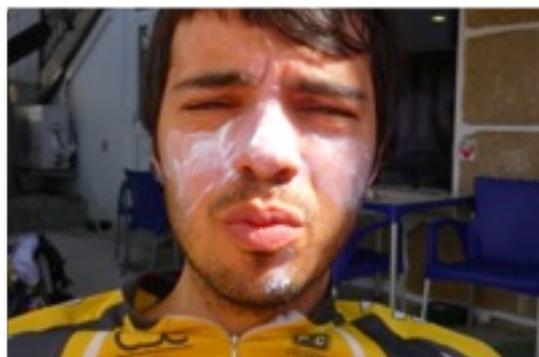
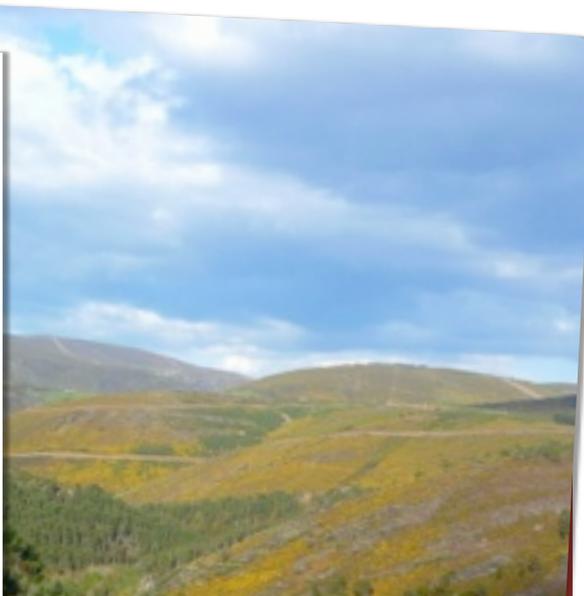
Vítor Lopes, queixa-se de ter perdido o telemóvel e decide juntamente com Teixeira, regressar a dois pontos da última subida efectuada para procurar o dito cujo.

35min, 7 km e 250 m de súbidas, regressam ao Albergue sem o telemóvel. Então o senhor Zé Luis decide ir com Vítor Lopes a Laza na tentativa de o telemóvel ter ficado no último "abastecimento". Conforme o relato do Vítor, foi uma verdadeira corrida numa Renault express de 1900, mas que valeu a pena.

Regressado da "corrida", fizeram um jantar com os ingredientes disponíveis e comeram uma bela massa esparguete, com atum e tomate, acompanhado de uma Guinness preta e uns bocadillos de Jamon e queijo.

Neste dia fizeram 110km, 11h45 de viagem e 2100 D+ de subidas.





## 4º Dia

Após uma bela noite de sono, algum frio à mistura, pois o albergue situa-se a 1000m de altitude, o pequeno almoço fez-se no bar do Zé Luís. Pan, mantequilla, marmellada, leite, Pan, banana, Pan e mais Pan.

Barriga carregada de pan, os peregrinos fizeram-se ao caminho. Passagem por Villar de Bairro para abastecer de água, café e uns pan de chocolate e seguem até Ourense, cidade enorme, muito urbana e uma manhã de sábado muito agitada. Passagens pelos pontos de interesse cultural e turístico como as igrejas, a catedral, a ponte romana sobre o rio Minho e destino a Cea.

Não, sem antes enfrentar a subida mais dura do dia, 3km com uma inclinação média de 19% (há fotos). Embora fosse em alcatrão, à hora de almoço, estavam cerca de 30º e o calor apertava imenso. Foi um grande desgaste físico. No topo seguiram até Cea, onde progredindo num terreno misto de alcatrão e trilhos, com uma inclinação de 1 a 3% de inclinação, que ía fazendo moça no grupo.

Chegados a Cea, decidiram abastecer novamente de água e aconchegar o estômago com pan, jamon, babatas fritas, coca-cola e naranjas.

Após mais um repasto, decidiram progredir no caminho, optando pela passagem por Oseira. Esta decisão, além de pouco consensual (no fim) tornou-se decisiva para o desfecho do dia.

O caminho até Oseira era feito em trilhos com bastantes pedras. O Mosteiro de Ouseira é imponente, mas às 17h45, era impossível visitá-lo por escassos 15m.

A saída de Oseira demorou demasiado tempo, o grupo teve de transpor uma difícilíssima subida em pedra e mais pedra, nada ciclável, com as bikes às costas. Após 3 dias, cerca de 400 km, e com mochilas, esse troço foi muito penoso.

O Rocha tinha o pneu da frente a perder ar constantemente, pelo que se decidiu colocar uma camara de ar.

Troca efectuada e havia ainda algumas subidas dignas de registo até Dozon.

O Vitor Lopes, começava a sentir a dureza do percurso e as poucas semanas de preparação após a sua lesão da perna esquerda faziam-se notar e sentia dores no seu joelho direito.

A chegada a Dozon fez-se sem mais grandes sobressaltos, com o traçado a ajudar nos seus últimos 3 quilómetros.

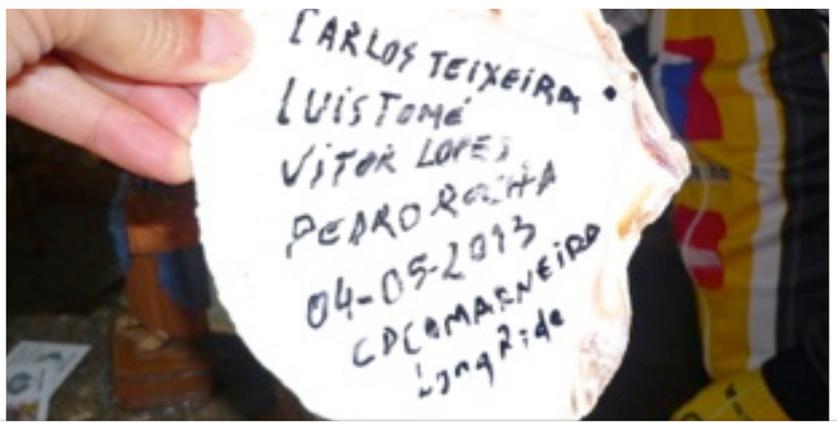
Em Dozon, o Tomé, Teixeira, Rocha e Vitor, dirigem-se ao Albergue, querendo saber a quantos quilómetros se situava o próximo albergue.

O próximo albergue seria em Lalin, a cerca de 18km.

Doado o avançar da hora, e o estado debilitado do Vitor o grupo decidiu permanecer em Dozon, de modo a recuperar o máximo de forças possíveis para o dia seguinte.

Check-in efectuado, banho tomado, e uma caminhada de 200m para um merecido jantar.

O dia finalizava com 88 km, 9h45 de viagem e 1900 D+ de subidas.







## 5º DIA - A CHEGADA



### Última etapa da peregrinação

Decidida a alvorada no dia anterior, o despertar desta bela manhã de domingo foi madrugadora.

Às 7h35 da manhã, (+ 1h em Espanha, eram 6h35 em Portugal...), o grupo já pedalava.

Tinham comprado uns pan de chocolate e madalenas no dia anterior, pois aos domingos em Espanha, poucos estabelecimentos estão abertos ou os que estão, abrem tarde.

O Tomé, Teixeira e Rocha, tinham decidido ajudar o Vítor a completarem o caminho. Havia ficado decidido desde cedo que teria de ser o grupo a concluir o caminho, logo a desistência de um elemento por qualquer motivo, levaria à desistência de todos.

Assim, o Rocha leva o saco de cama, o Luis uma bolsa e o Teixeira um saco de modo a aliviar a carga do Vítor, tornando a sua mochila mais leve, facilitando-lhe a sobrecarga no corpo e principalmente no Joelho.

De volta ao caminho, fazem a primeira paragem em Lalin para um reforço e abastecimento de água.

Os peregrinos em Espanha neste Domingo e no sábado eram uma constante, Percorriam quilómetros e quilómetros com mochilas enormes e qui çá pesadas, de certeza.

O caminho era um autêntico parte pernas, um constante sobe e desce, por entre matas e caminhos rurais passando por pequenas aldeias.

A grande dificuldade do dia era a subida de Outeiro, 6 km com um desnível acentuado.

Antes de iniciarem o último desafio da peregrinação, mais uma vez abasteceram-se de águas, fruta e pan, num pequeno supermercado, que incrivelmente estava aberto.

Abastecidos, atacaram a subida sem grandes pressas, pois Santiago de Compostela era mesmo ali.

O Teixeira e o Tomé, davam um apoio ao Vítor, empurrando-o à vez nas subidas de modo a minimizar as suas dores.

Chegados à última subida de registo, a 2km de Santiago, os sorrisos e a alegria de estarem a chegar era tão notória, que passaram por um grupo de Betêlistas, que comentavam que o grupo de Cantanhede, carregado com mochilas, voava pela ruta fora. Foi uma risada contangiante.

Antes de se dirigirem à emblemática praça da catedral de Santiago de Compostela, foram buscar a Compostela acompanhados das credências que foram ao longo do caminho, carimbando, de modo a comprovar a peregrinação.

Compostela no bolso, era hora de registar a chegada à frente da catedral.

A Dominique, seria a nossa "motorista" no regresso a casa. Tinha feito a viagem de Cantanhede a Santiago de Compostela sozinha. Que seca deve ter apanhado, mas como relatou foi com imenso gosto.

Na primeira esplanada que encontraram, o grupo brindou ao CAMINÓ com uma canha fresquinha.

Bikes em cima da carrinha, roupa trocada, estômago aconchegado num restaurante Cubano, que foi do agrado musical do Rocha e a viagem para casa iniciasse tranquilamente e sem sobressaltos.

Os corpos ressentem-se do cansaço e o Tomé, passa pelas brasas. Uma paragem já em solo luso para um café e a dita nata e Cantanhede era a poucos quilómetros de distância.

Chegados a casa, descarregam as bikes, as mochilas e cada um procura o aconchego das suas famílias que ansiavam a chegada dos peregrinos.

**Uma epopeia que ficará para sempre gravado na memória destes AMIGOS e certamente os marcará para sempre.**

**5 dias de amizade, camaradagem, apoio, alegria, sorrisos, quedas e muitos mais adjectivos poderiam caracterizar esta viagem, mas cada um deles fica com o seu registo emotivo e pessoal.**

**Mas, a viagem continua, não parou em Santiago de Compostela, agora com mais elementos e por outros caminhos, pois o espírito que este grupo encontrou nesta peregrinação continuará presente nesta grande viagem...**

