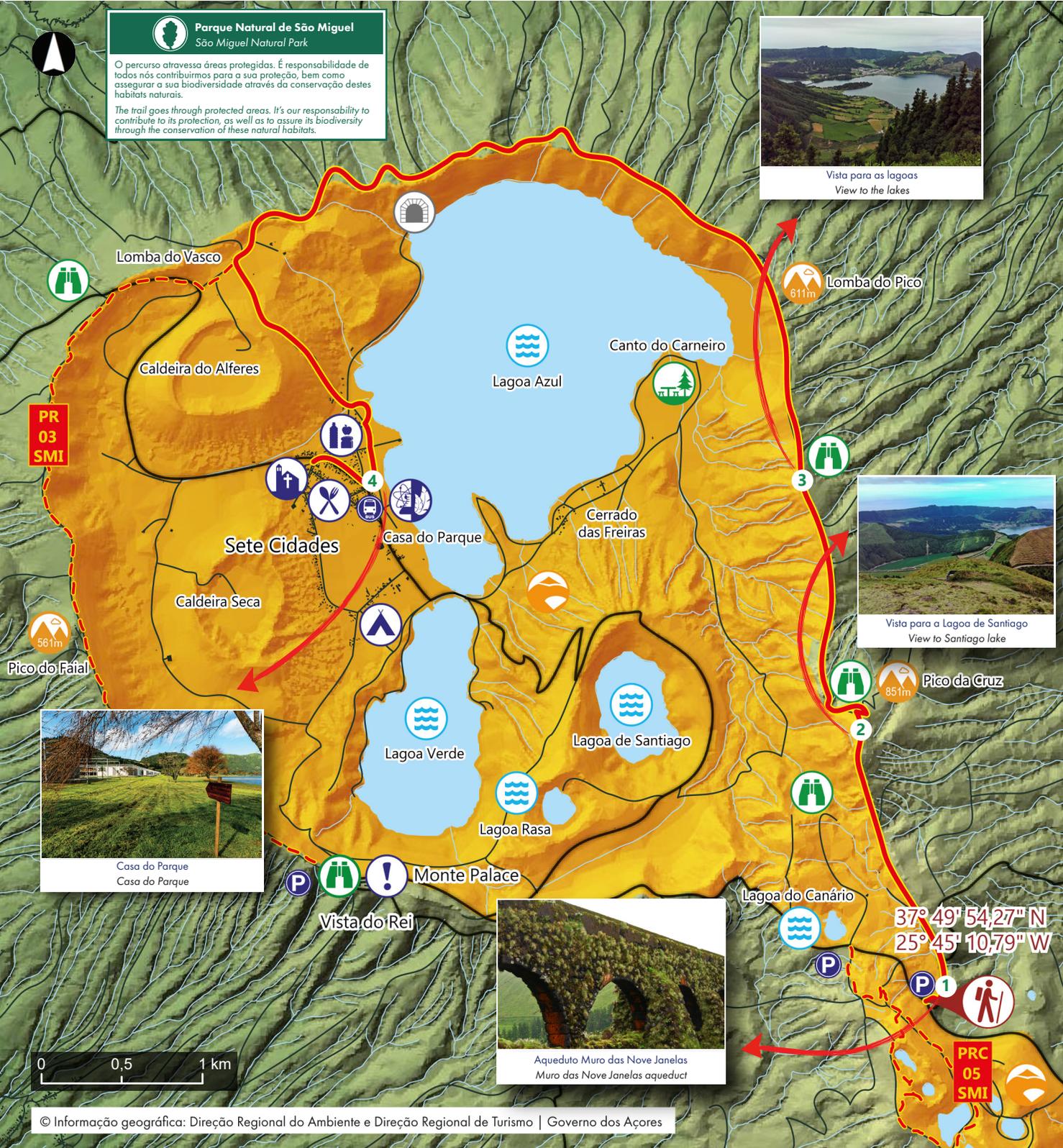




**Parque Natural de São Miguel**  
São Miguel Natural Park

O percurso atravessa áreas protegidas. É responsabilidade de todos nós contribuímos para a sua proteção, bem como assegurar a sua biodiversidade através da conservação destes habitats naturais.

The trail goes through protected areas. It's our responsibility to contribute to its protection, as well as to assure its biodiversity through the conservation of these natural habitats.



Vista para as lagoas  
View to the lakes



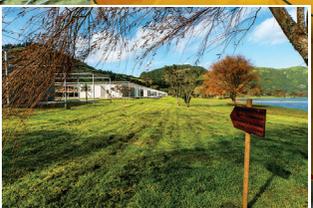
611m Lomba do Pico



Vista para a Lagoa de Santiago  
View to Santiago lake



851m Pico da Cruz



Casa do Parque  
Casa do Parque



Aquaduto Muro das Nove Janelas  
Muro das Nove Janelas aqueduct

**PR 04 SMI**

Percurso Pedestre / Walking Trail

# Mata do Canário - Sete Cidades

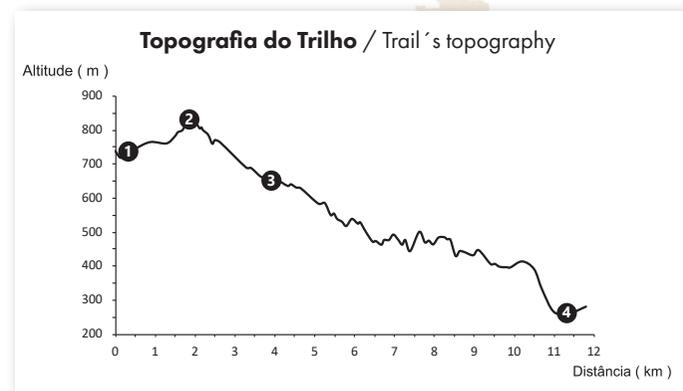
Ilha de São Miguel / São Miguel island



**Duração** Duration **03h00** **Extensão** Length **11,8 km**

**Fácil** Easy **Médio** Medium **Difícil** Hard

**Caminho certo** Right way **Caminho errado** Wrong way **Vire à direita** Turn right **Vire à esquerda** Turn left



**Bicicletas** Bicycles **Motorizados** Motorized **Equestres** Equestrian **Familiar** Family **Ondulado** Wavy trail **Equipamento** Equipment

**Atenção:** Possível circulação | **Atencion:** Possible circulation

Este percurso tem início perto da Mata do Canário, zona Este da cumeeira das Sete Cidades e termina no interior da freguesia.

Desça o caminho de terra à direita, até à estrada. Vire à esquerda e prossiga ao longo do Muro das Nove Janelas, um aqueduto reconstruído em 1830 com de forma a abastecer Ponta Delgada (foto 1). Siga em frente por um caminho de terra ascendente, com Criptomérias (*Cryptomeria japonica*) do lado esquerdo. Suba a ladeira até atingir o primeiro miradouro para as lagoas das Sete Cidades, o Pico da Cruz (foto 2).

Continue pelo caminho de terra que para além de dar acesso a pastagens, serve de palco a uma das mais fascinantes etapas do Azores Rallye. Ao longo da cumeeira é possível contemplar o interior da caldeira com as suas diversas lagoas (foto 3) e formações vulcânicas, bem como toda a costa Norte da ilha.

Contorne a Lagoa Azul, passando por desvios para o João Bom e Mosteiros, seguindo sempre pelo percurso principal até chegar ao entroncamento com o percurso PR 03 SMI - Vista do Rei/Sete Cidades. Vire à esquerda, pelo caminho dos Arrebetões, rumo às Sete Cidades. **Esta parte do percurso é bastante inclinada e escorregadia, pelo que se aconselha algum cuidado na descida, ao longo do caminho principal.**

Chegado à freguesia das Sete Cidades, visite o projeto de requalificação das margens da lagoa e a Casa do Parque (foto 4). O percurso termina junto à igreja de São Nicolau no centro da freguesia.

This trail begins near Mata do Canário, East part of the Sete Cidades ridges and ends at the village.

Walk down the dirt road on your right until the road. Turn left, continue along the aqueduct, known as Muro das Nove Janelas, rebuilt in 1830 in order to supply Ponta Delgada (photo 1). Proceed ahead by an ascending dirt road, with Japanese Cedars (*Cryptomeria japonica*) on the left side. Go up the hillside until you reach the first viewpoint to Sete Cidades lakes, Pico da Cruz (photo 2).

Continue on the dirt road that not only accesses pastures but also is one of the most fascinating stages of the Azores Rallye. Along the ridge it is possible to see the interior of the crater with its different lakes (photo 3) and volcanic formations, as well as all the North coast of the island.

Go round the Blue Lake, passing by detours to João Bom and Mosteiros, always following the main trail until reaching the fork with the trail PR 03 SMI - Vista do Rei/Sete Cidades. Turn left, by the road of Arrebetões, heading Sete Cidades. This part of the trail is very slippery and inclined so we advise some caution going down, along the main road.

When in the village, profit to visit the requalification project of the lake banks and Casa do Parque (photo 4). Finish the trail next to the church of São Nicolau at the village center.

Em caso de emergência refira o último poste numerado pelo qual passou.  
In case of emergency mention the last numbered post that you passed by.



### CONTACTO DE EMERGÊNCIA EMERGENCY CONTACT

Número Nacional de Emergência  
Emergency Call Number **112**

**ALERT4YOU**  
TURISMO SEGURO



#### Código de ética e conduta do pedestrianista:

1. Antes de iniciar a caminhada, informe sempre alguém de qual o percurso que irá fazer e quando pretende começar.
2. Certifique-se de que possui o equipamento adequado e os mantimentos necessários.
3. Evite sair do trilho identificado, não utilize atalhos.
4. Feche todos os portões que abrir ao longo do percurso.



#### Ethic and behaviour code for hikers:

1. Before starting the walk always inform someone about the trail you will take and when you intend to start it.
2. Make sure you have the adequate equipment and enough supplies.
3. Avoid leaving the identified trail and do not take shortcuts.
4. Throughout the course, leave all gates closed.

### Parque Natural de São Miguel São Miguel Natural Park

**Paisagem Protegida**  
Protected Landscape

 <b>Restaurante</b> Restaurant	 <b>Ponto de interesse</b> Point of interest	 <b>Lagoa</b> Lake/Lagoon
 <b>Mercado / Mercearia</b> Market/Grossery	 <b>Geossítio</b> Geosite	 <b>Túnel</b> Tunnel
 <b>Centro de Ciência</b> Science Centre	 <b>Miradouro</b> Viewpoint	 <b>Autocarro</b> Bus
 <b>Ermida</b> Hermitage	 <b>Zona de Repouso</b> Resting Place	 <b>Estacionamento</b> Parking
 <b>Parque de Campismo</b> Camping Park		



VISITAZORES.COM

**GOVERNO DOS AÇORES**

**Direção Regional do Turismo**  
Tourism Board  
Tel: +351 292 200 500  
e-mail: acoresturismo@azores.gov.pt

**Posto de Informação Turística de São Miguel**  
São Miguel Tourism Office  
Tel: +351 296 308 625  
e-mail: pt.de.smg@azores.gov.pt

# açores

percurso pedestre  
walking trail



Corvo  
Flores  
Faial  
São Jorge  
Pico  
Graciosa  
Terceira  
Santa Maria

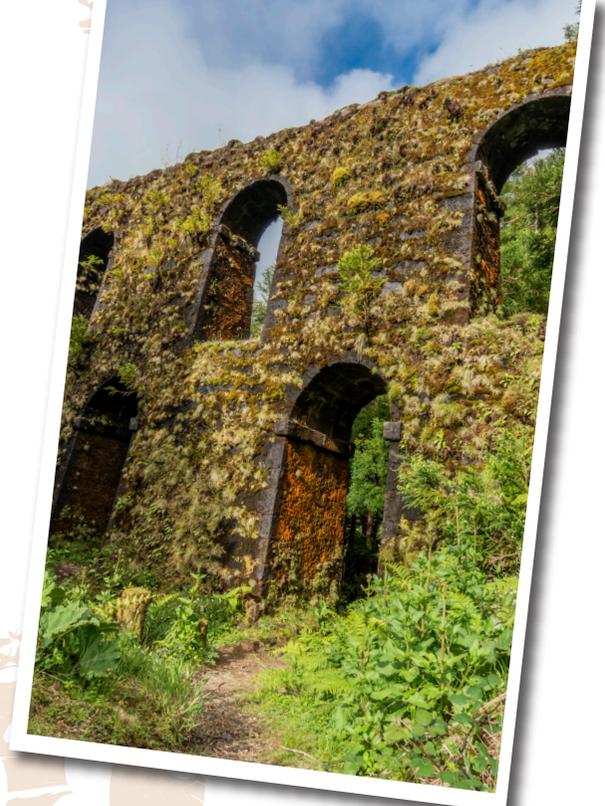
São Miguel

**PR 04 SMI**

## Mata do Canário - Sete Cidades

11,8 km - 3h00

 Médio  
Medium



CERTIFICADO  
**AÇORES**  
PELA NATUREZA