DE

Große Routen



FAIA-AUSSICHTSPUNKT • PINHEL • CÔA TAL

visit Center of Portugal


Atlantik
PORTO
LISBOA
MADRID
Aveiro
Viseu
Guarda
Côa-Tal
Coimbra
Serra da Estrela
Castelo Branco
Nazaré
Óbidos
Centro de Portugal
Fläche: 28.199 km²
270 Kilometer Grenze zu Spanien
279 Kilometer Küste
4 Naturparks
5 Naturreservate
2 Schutzgebiete
3 Geoparks



STRAND VON SÃO PEDRO DE MOEL

Um tief in die lokale Kultur des Centro de Portugal einzutauchen, um die verborgenen Schätze der Region über kurvenreiche Nebenstraßen zu entdecken und eine atemberaubende Landschaft hautnah zu erleben, zieht man am besten die Wanderschuhe an oder schwingt sich aufs Fahrrad. Sind Sie bereit, Ihren Abenteuerurlaub im Centro de Portugal zu planen?

Das sonnige Mittelmeerklima, ein ausgezeichnetes Straßennetz und gastfreundliche Menschen sorgen dafür, dass Sie sich selbst in einem abgelegenen Dorf schnell wie zu Hause fühlen. Deshalb gehören im Centro de Portugal Radfahren

oder Wandern zu den besten Möglichkeiten, das Land zu erkunden.

Über die sanften Hügel im Landesinneren, durch verwunschene Flusstäler oder entlang der erfrischenden Strände an der Atlantikküste – Rad- und Wanderwege findet man in Mittelportugal mehr als genug. Bei so viel Auswahl kann es durchaus schwierig sein, sich für eine Rad- oder Wandertour zu entscheiden (was aber unserer Meinung nach gar nicht so schlimm ist!). Wenn Sie sich also fragen, welche Ziele Sie am besten zu Fuß oder auf zwei Rädern erforschen sollten – sehen Sie sich unsere Favoriten an!





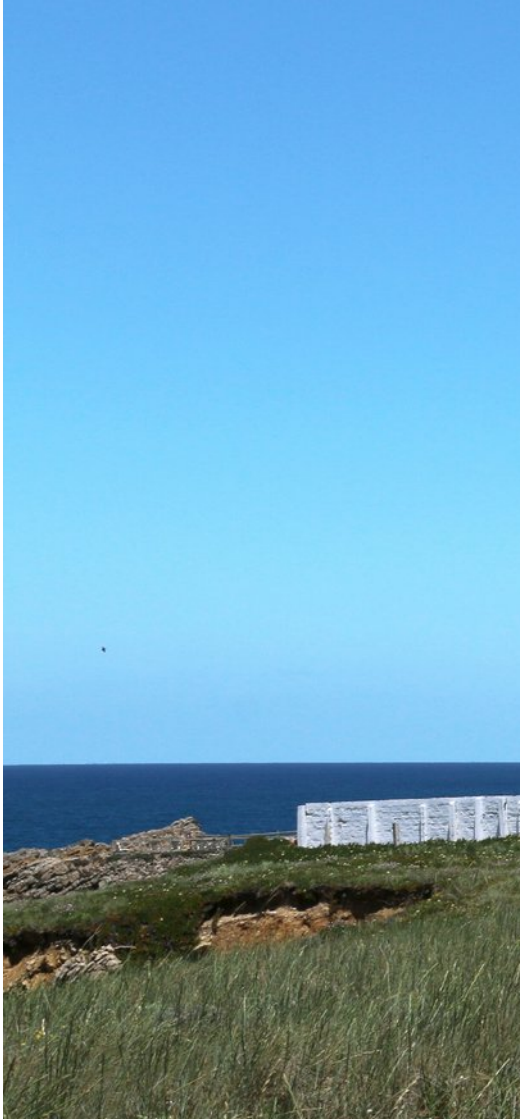


Die Atlantikküste

Es gibt keine bessere Art und Weise, Portugals vielfältige Landschaft und Geschichte zu erkunden, als – immer von einer frischen Meeresbrise begleitet – entlang der malerischen Atlantikküste von Nord nach Süd zu radeln. Diese 700 Kilometer lange Strecke, die in Caminha an der Nordgrenze Portugals zu Spanien beginnt und in Sagres, dem südlichsten Punkt Europas, endet, ist ideal für Familien oder Radfahrer, die einen entspannten Urlaub verbringen möchten.

Sie können sich der sportlichen Herausforderung stellen und die gesamte Tour absolvieren. Natürlich können Sie sich aber auch für eine kürzere Strecke entscheiden, um tief z.B. in den Abschnitt im Centro de Portugal zwischen Porto und Lissabon einzutauchen. Genießen Sie köstliche Meeresfrüchte, erkunden Sie historische Städte wie Porto, Aveiro, Coimbra, Nazaré, Óbidos und Lissabon, schwimmen Sie im Meer oder entdecken Sie einen der verborgenen wilden Flecken an der Atlantikküste.

Beginnen Sie Ihre Erkundung der Atlantikküste in Porto und fahren Sie in Richtung Lissabon! Diese Tour verläuft durch weitgehend flaches Terrain und ist der einfachste Abschnitt. Unterwegs können Sie die sonnigen Strände der Westküste genießen, auf der Terrasse einer Strandbar einen Kaffee trinken oder in einem Restaurant frischen gegrillten Fisch essen.



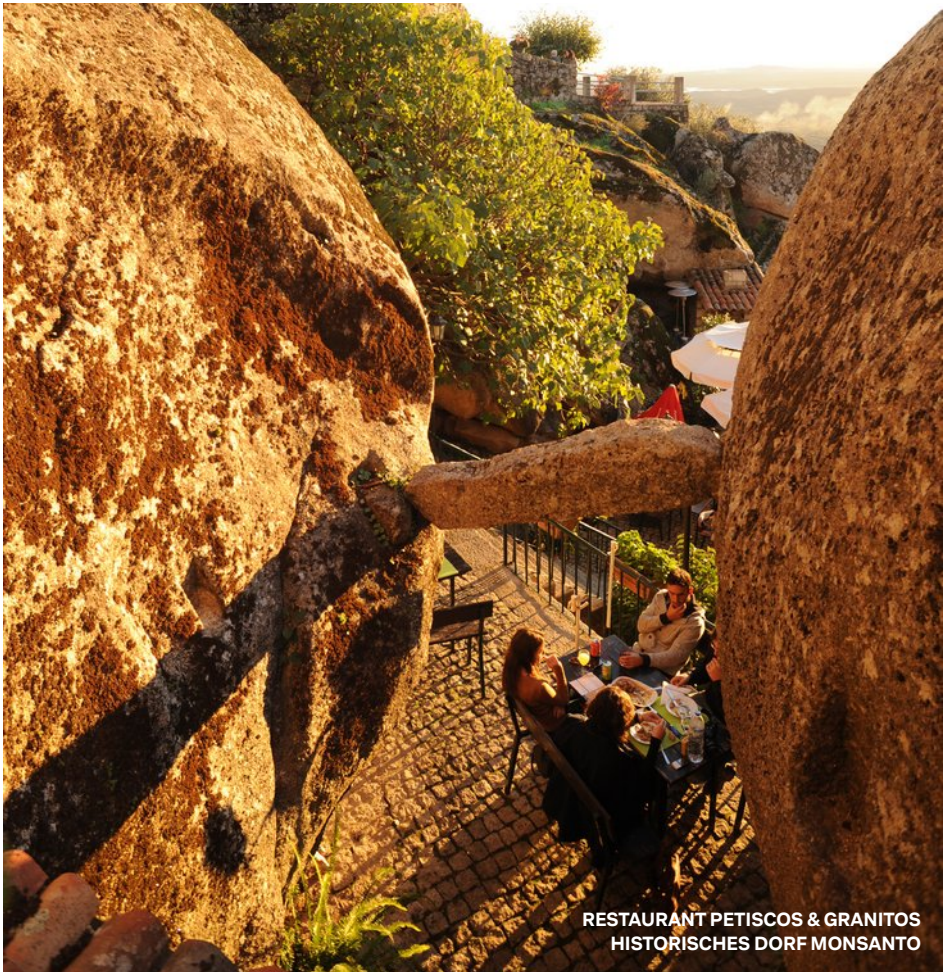




HISTORISCHES DORF MONSANTO

Die Historischen Dörfer

Wenn Sie bei einer gelungenen Radtour an Dörfer aus dem 12. Jahrhundert, Schlösser und wunderschöne ländliche Landschaften denken, ist die Strecke durch die Historischen Dörfer genau das Richtige für Sie. Im Herzen des Centro de Portugal führt dieser Weg weit in die Vergangenheit – durch zwölf Dörfer und zu alten Burgen, in atemberaubende Naturparks wie die Serra da Estrela und in eine beeindruckende Natur. Abseits ausgetretener Pfade erleben Sie hier hautnah die Geschichte und die Traditionen Portugals. Diese Fahrt ist die längste Mountainbike-Tour durch Portugal, ein ausgedehnter, 600 Kilometer langer Rundkurs.



RESTAURANT PETISCOS & GRANITOS
HISTORISCHES DORF MONSANTO



SCHIEFERDORF CASAL DE SÃO SIMÃO

Die Schieferdörfer

Wer sich auf eine Tour durch die Schieferdörfer im Centro de Portugal macht, kann durchaus damit rechnen, unterwegs Rehen, Wildschweinen oder Füchsen zu begegnen. Bei der alljährlichen Zählung wurden im Lousã-Gebirge zuletzt allein über tausend Hirsche registriert.

Wir laden Sie ein, in dieser reizvollen Gegend zehn der insgesamt 27 Schieferdörfer zu entdecken.

Eine ganze Woche lang können Sie von Dorf zu Dorf wandern, hervorragend essen und in ortstypischen Steinhäusern schlafen, die sorgsam restauriert und mit allem modernen Komfort ausgestattet wurden.

Die Schieferdörfer sind kleine Weiler, in denen manchmal nur ein paar Dutzend, manchmal einige Hundert Menschen leben. Einwohner, die jeden Besucher herzlich willkommen heißen. Inzwischen wohnen in den Schieferdörfer nicht nur alteingesessene Familien.

Hinzugekommen sind oft Zuzügler von außerhalb, die fast verfallene Häuser zu charmanten Unterkünften mit viele Seele und Restaurants mit lokaler Küche umgebaut haben.

Das erfrischende Wasser von den Bergen, versteckte Gumpen und Strände an kristallklaren Flüssen gehören zu einer ganzen Reihe von Naturschauspielen, die zu einer Woche der Stille, der Natur und der Selbstbesinnung einladen, ein Dorf nach dem anderen, zu Fuß oder mit dem Fahrrad.



SCHIEFERDORF CERDEIRA

SERRA DA ESTRELA



Die Serra da Estrela und die Bergdörfer

Wer den Nervenkitzel sucht, sollte sich auf den Weg zur Besteigung des höchsten Berges auf dem portugiesischen Festland machen. Die anspruchsvolle Route führt über einsame Pfade. Unterwegs entdeckt der Wanderer dramatische Bergpanoramen, tiefe Täler, dichte Eichenwälder und mystische Gletscherseen.

Und wenn Sie eine Pause brauchen, treffen Sie in einem der vielen Bergdörfer auf freundliche Einheimische, die gerne etwas über alte Schäfertraditionen erzählen und Sie den schmackhaften Käse der Region, den Queijo Serra da Estrela, kosten lassen. Dazu passt das rustikale Roggenbrot aus dem Bergdorf Videmonte perfekt.

Die Bergdörfer sind auch die ideale Umgebung für digitale Nomaden. Die Coworking-Spaces in den Bergdörfern der Serra da Estrela sind die ersten im ländlichen Raum in Portugal – mit einer modernen, ungewöhnlichen und inspirierenden Seele. Man findet sie in den Bergdörfern Videmonte, Alvoco das Várzeas und Lapa dos Dinheiros in völliger Harmonie mit der Natur.



SERRA DA ESTRELA

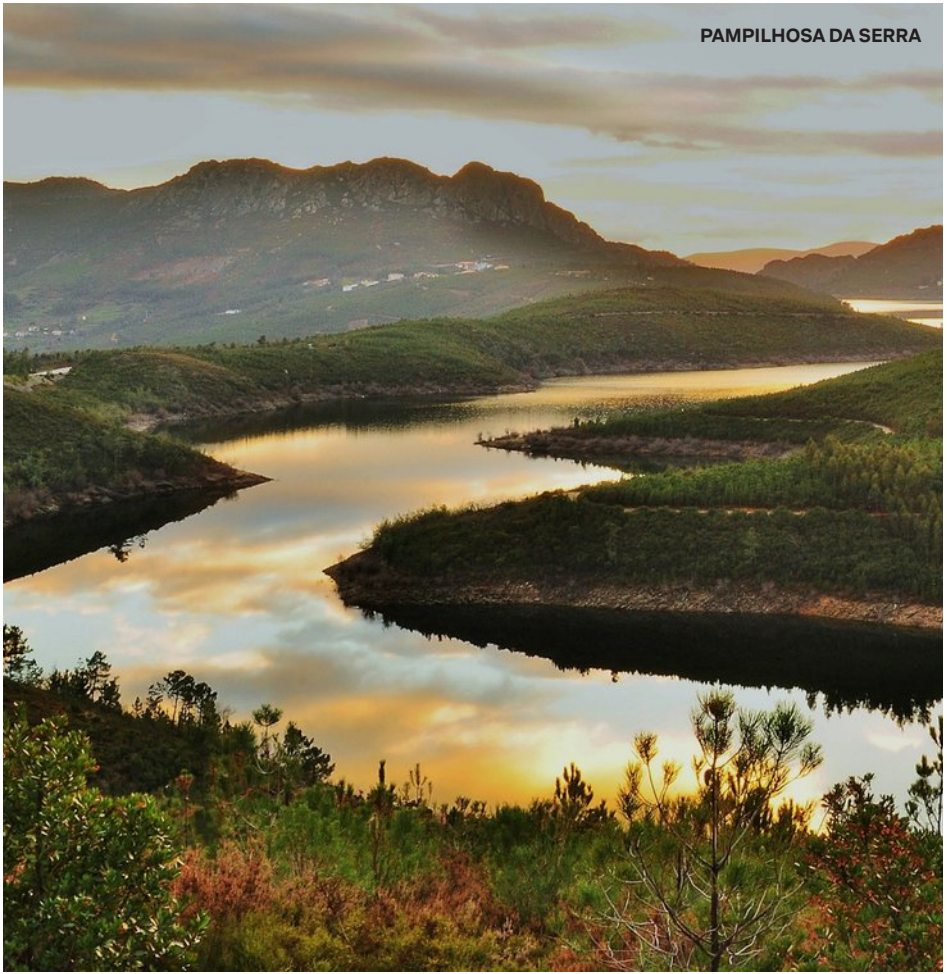


GÓIS

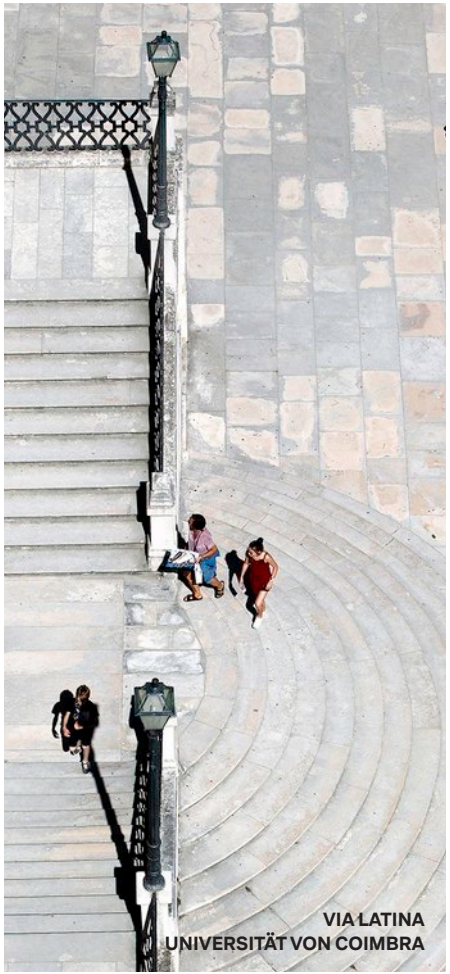
Die EN2
(auch bekannt als die „Portugiesische Route 66“)

Alternativ können Sie Portugal von den Bergen weit im Norden bis zu den Stränden ganz im Süden über die EN2, auch bekannt als „Portugiesische Route 66“, entdecken. Diese vor über 70 Jahren gebaute Nationalstraße führt durchs Landesinnere und ermöglicht es Ihnen, auf 739 Kilometern Länge die vielfältige Geschichte, die urigen Dörfer und abwechslungsreichen Landschaften Portugals zu entdecken.

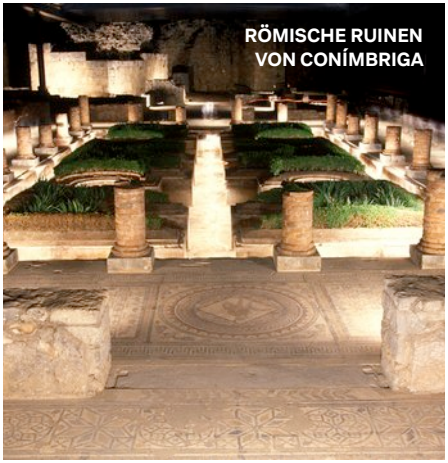
Durchqueren Sie die beeindruckenden Täler der Flüsse Douro, Mondego, Tejo und Zêzere. Entdecken Sie die bewegte Geschichte von Städten wie Viseu, Sertã, Abrantes oder Faro, genießen Sie das geruhsame Leben auf dem Land und lassen Sie sich unterwegs mit den besten kulinarischen Spezialitäten und erstklassigen Weinen verwöhnen.



PAMPILHOSA DA SERRA



VIA LATINA
UNIVERSITÄT VON COIMBRA



RÖMISCHE RUINEN
VON CONÍMBRIGA







DER KIRCHHOF DER KATHEDRALE VON VISEU



MONTEMURO-GEBIRGE

Der portugiesische Jakobsweg (nach Santiago de Compostela)

Nicht weniger als zwölf offizielle Routen führen nach Santiago de Compostela, und die portugiesische Route (der „Caminho“) wird immer beliebter. Der zentrale portugiesische Jakobsweg beginnt in der Kathedrale von Lissabon und führt Sie auf über 500 Kilometern durch faszinierende Landschaften. Der zentrale portugiesische Jakobsweg ist seit jeher einer der beliebtesten Wege und der zweitbeliebteste, was die Zahl der Pilger angeht. Übertroffen wird er nur vom französischen Jakobsweg. Es führt Sie durch historische UNESCO-Stätten wie das Christuskloster in Tomar oder die Universität von Coimbra. Und wenn Sie einen kleinen Abstecher nach Fátima machen, erleben Sie zusätzlich eine weltberühmte Pilgerstätte. Der zentrale portugiesische Jakobsweg führt über Alvaiázere, Ansião, Santiago da Guarda, die Römische Villa von Rabaçal und die Römische Ruinen von Conímbriga. Weiter in Richtung Norden führt der Weg über Mealhada, die farbige Águeda, Albergaria-a-Velha, São João da Madeira und Grijó bis nach Porto, wo der nördliche Weg beginnt. Der portugiesische Binnen-Jakobsweg erstreckt sich über 205 Kilometer und führt durch die Gemeinden Viseu, Castro Daire, Lamego, Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião, Vila Real, Vila Pouca de Aguiar und Chaves. Ganz gleich, ob Sie eher von alten Traditionen oder wilden, unberührten Landschaften fasziniert sind oder sich auf einsamen Pfaden selbst herausfordern wollen – im Centro de Portugal finden Sie Ihre ideale Rad- oder Wandertour. Und egal, für welche Route Sie sich entscheiden: Sie werden unterwegs viele Gelegenheiten finden, in die Kultur des Landes einzutauchen – sei es, wenn Sie köstliche regionale Gerichte probieren, wenn Sie gastfreundliche und offene Einheimische kennenlernen oder wenn Sie an traditionellen Festen teilnehmen.

Die Große Route der Ria de Aveiro — GR 57, 58 und 59

Dreh- und Angelpunkt dieser insgesamt 600 Kilometer langen Großen Route – die eigentlich aus drei aufregenden Strecken besteht – ist die Lagune von Aveiro.

Die blaue Route – **GR 57** – ist 130,8 Kilometer lang und führt an der Küste entlang. Ihre Wege sind so vielfältig wie die Landschaft und das Biotop des in Portugal einzigartigen Lagunen-Ökosystems. Von den Salzwiesen bis hin zur Heckenlandschaft dahinter, der „Bocage", von den Kiefernwäldern am Rande der Dünen bis zu den Gemüse- und Getreidefeldern der Dörfer, die seit Jahrhunderten mit und von der Ria leben, ist dies eine Route, die uns die Vielfalt und den Reichtum der Beziehungen enthüllt, die der Mensch mit der Natur eingeht.
Die kleinen, aber bedeutungsvollen Punkte auf der Landkarte sind Ovar, Murtosa, Estarreja, Aveiro, Ílhavo und Vagos!
Die goldene Route – **GR 58** – ist die längste und abwechslungsreichste der drei Großen Routen der Ria de Aveiro. Diese 234 Kilometer lange Route ist eng mit dem Meer verbunden. Sie führt über den Strand von Esmoriz in Ovar, über Hügel und durch das Vouga-Tal und endet schließlich am Leuchtturm von Barra in Ílhavo.

Die grüne Route – **GR 59** – ist 194 Kilometer lang und beginnt im Stadtzentrum von Aveiro. Sie verläuft durch das Vouga-Tal, die schier endlosen Weinberge der Bairrada-Weinregion und die Auenwälder des Alfusqueiro-Flusses. Unterwegs kommt man durch Águeda, Anadia, Albergaria-a-Velha, Aveiro, Oliveira do Bairro und Sever do Vouga. Die Pateira de Fermentelos ist eine der größten natürlichen Lagunen der Iberischen Halbinsel und verfügt über eine außergewöhnlich reiche Fauna und Flora.


PHALACROCORAX CARBO


ORNITHOPUS SATIVUS


DOS NETOS
AZ770AL



DIE GROSSE ROUTE DER RIA DE AVEIRO



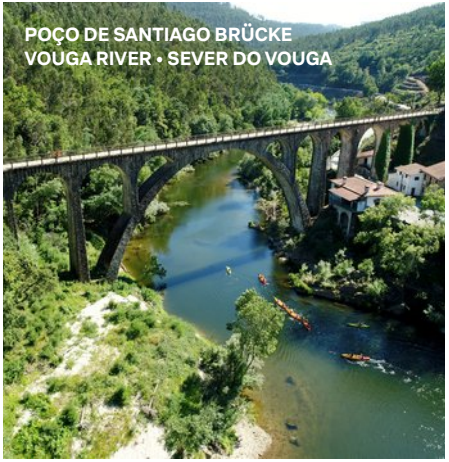
CAIS DA BÉSTIDA • MURTOSA



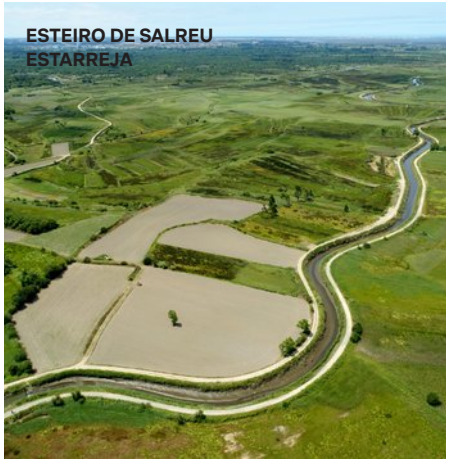
PATEIRA DE FROSSOS
ALBERGARIA-A-VELHA



CAIS DO TORRÃO • OVAR



POÇO DE SANTIAGO BRÜCKE
VOUGA RIVER • SEVER DO VOUGA



ESTEIRO DE SALREU
ESTARREJA



ESTEIRO DO NACINHO
PARDILHÓ • ESTARREJA



LEUCHTTURM FAROL DA BARRA
ÍLHAVO



STRAND VON COSTA NOVA • ÍLHAVO



PATEIRA DE FERMENTELOS • ÁGUEDA



PARADIES-SEE • AVEIRO



PHOENICOPTERUS ROSEUS



BARRA-FESTUNG
ÍLHAVO



CABREIA-WASSERFALL
SEVER DO VOUGA

Die Große Route der Magischen Berge — GR 60

Die Große Route der Magischen Berge ist ein gut ausgeschilderter, 275 Kilometer langer Rundwanderweg, unterteilt in 14 Etappen. Für Radfahrer steht auch ein 280 Kilometer langer Mountainbike-Rundweg zur Verfügung, der in acht Etappen unterteilt ist und der weitgehend auf der Trasse des Wanderwegs verläuft.

Die Große Route der Magischen Berge führt entlang der Flüsse Douro, Vouga und Paiva durch die Gebirge von Montemuro, Arada, Arestal und Freita.

Unterwegs passiert man vier Naturschutzgebiete, die zum Netzwerk Rede Natura 2000 gehören, und einen UNESCO-Geopark. Kein Wunder also, dass dieser Weg einen bleibenden Eindruck hinterlässt!

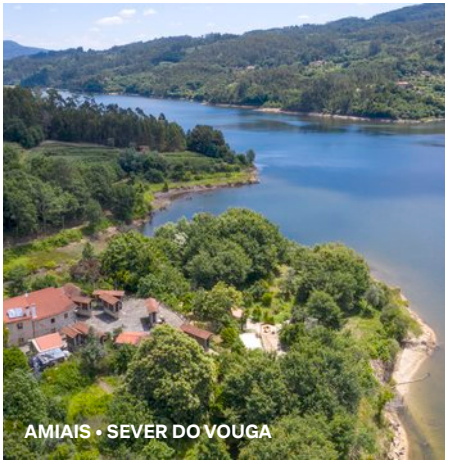
Die Route beginnt im oberen Douro-Tal, durchquert das Centro de Portugal vom Montemuro-Gebirge in Castro Daire und führt über die Berge von Arada und S. Macário in der Nähe von São Pedro do Sul bis zum Freita-Gebirge bei Arouca.

Die Große Route der Magischen Berge zeigt ein noch weitgehend unberührtes und überraschendes Portugal, das sich durch eine einzigartige geografische Vielfalt, eine große Artenvielfalt und den kulturellen Reichtum der kleinen Bergsiedlungen auszeichnet.


ARADA-GEBIRGE • S. PEDRO DO SUL



MARIOLAS DA ARADA • S. PEDRO DO SUL



AMIAIS • SEVER DO VOUGA

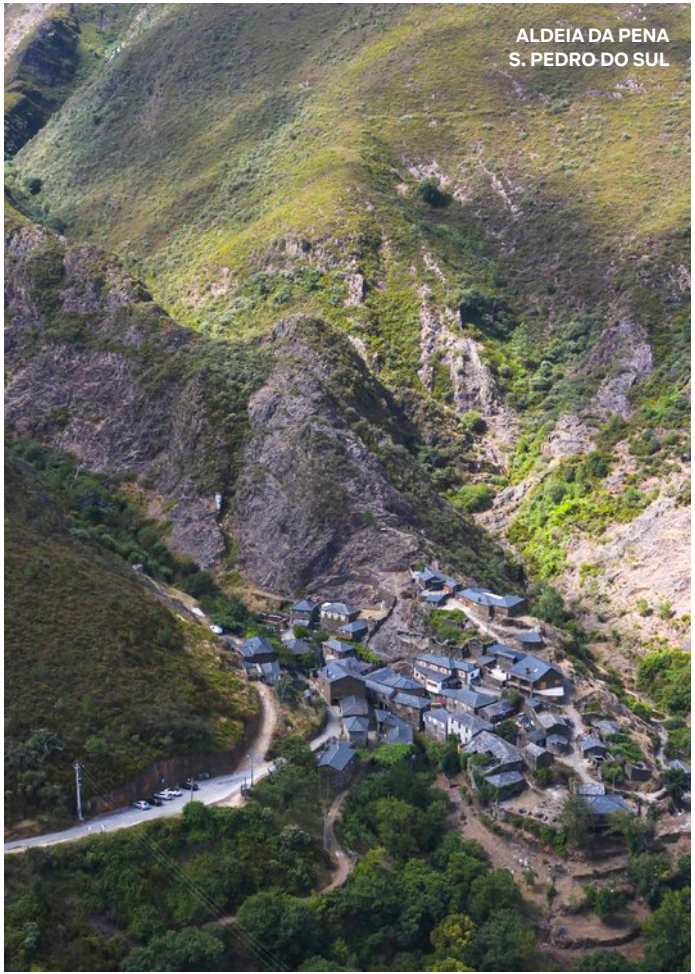


ALBUFEIRA-AUSSICHTSPUNKT
SEVER DO VOUGA

Technische Daten und Höhenangaben

Länge: 275 km zu Fuß, 280 km mit dem Fahrrad
Anzahl der Etappen: 14 zu Fuß und 8 mit dem Fahrrad
Höchster Punkt: 1.225 m
Tiefster Punkt: 18 m
Aufstieg: 9.625 m zu Fuß und 9.420 m mit dem Fahrrad
Zeitaufwand: 14 Tage zu Fuß
Schwierigkeitsgrad: mittel bis sehr schwer
Beste Jahreszeit: Frühling, Sommer und Herbst


ARADA-GEBIRGE
S. PEDRO DO SUL

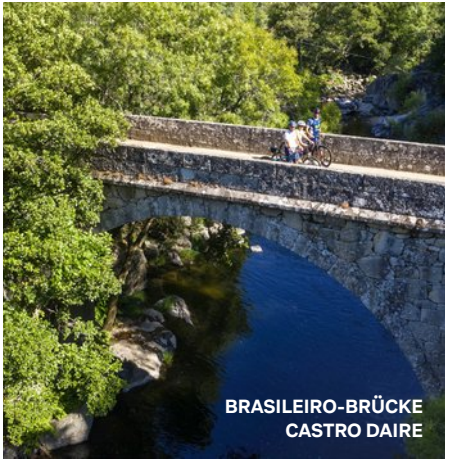

ALDEIA DA PENA
S. PEDRO DO SUL



ARADA-GEBIRGE • S. PEDRO DO SUL



MÜNDUNG DES LORDELO-FLUSSES
SEVER DO VOUGA



BRASILEIRO-BRÜCKE
CASTRO DAIRE

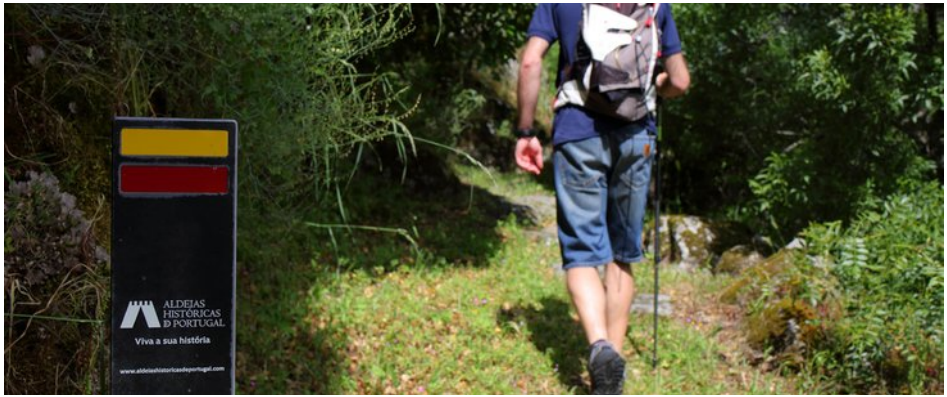


Meeresspiegel

1993 Meter hoch

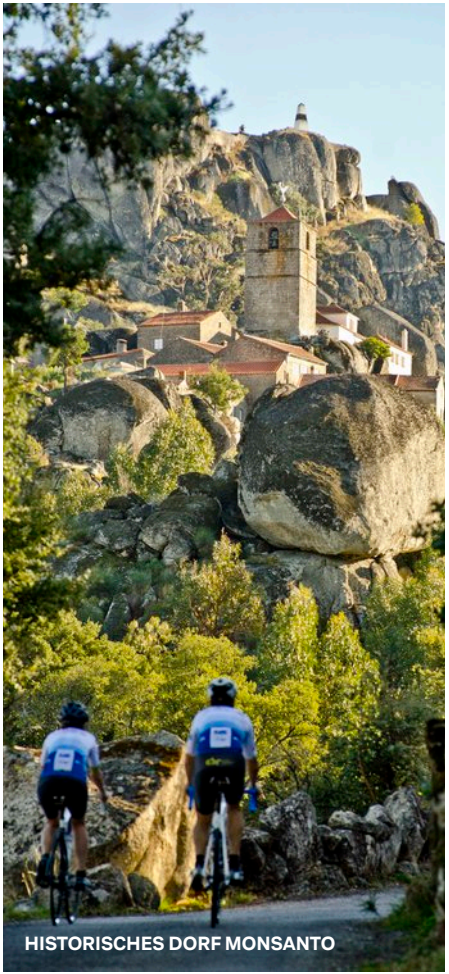


SERRA DA ESTRELA



Die Große Route der Historischen Dörfer — GR22

Diese Route verbindet die zwölf Historischen Dörfer im Centro de Portugal durch einen 600 Kilometer langen Rundweg. Sie führt zu beeindruckenden Burgen, die stolz über der Landschaft thronen, zu imposanten Gemäuern und zu Naturparks von außergewöhnlicher Schönheit. Dazu zählen der Archäologische Park im Côa-Tal, der Naturpark Serra da Estrela und der Naturpark Tejo Internacional. Das von der Europäischen Wandervereinigung verliehene Gütesiegel „Leading Quality Trails – Best of Europe“ unterstreicht die umgesetzten Nachhaltigkeitsmaßnahmen und würdigt das dem Nutzer gebotene Erlebnis, den ausgezeichneten Zustand des Weges sowie den natürlichen und kulturellen Reichtum des GR22. Die Große Route der Historischen Dörfer wird in Kürze um einen Verbindungsweg nach Spanien erweitert.



HISTORISCHES DORF MONSANTO



HISTORISCHES DORF CASTELO NOVO



KIRSCHBÜTEN IN CASTELO NOVO



HISTORISCHES DORF IDANHA-A-VELHA



HISTORISCHES DORF PIÓDÃO



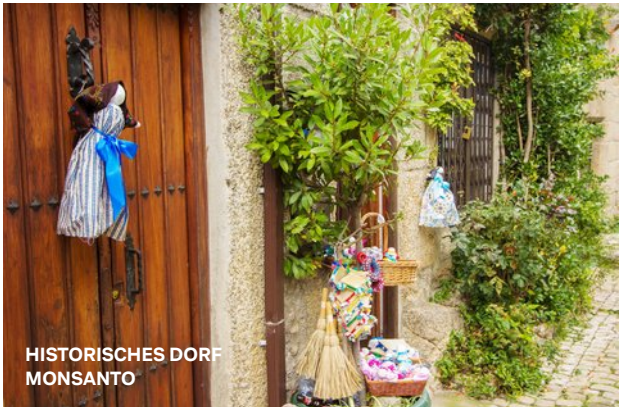
HISTORISCHES DORF CASTELO RODRIGO



HISTORISCHES DORF MARIALVA

Technische Daten und Höhenangaben

Länge: 600 km
Anzahl der Etappen: 13 zu Fuß, 13 mit dem Fahrrad
Höchster Punkt: 1588 m
Tiefster Punkt: 269 m
Aufstieg zu Fuß: 10.927 m
Abstieg zu Fuß: 10.707 m
Aufstieg mit dem Mountainbike: 10.296 m
Abstieg mit dem Mountainbike: 10.124 m
Schwierigkeitsgrad zu Fuß: mittel
Schwierigkeitsgrad mit dem Mountainbike: schwer
Zeitaufwand: 30 Tage Wandern; 7 Tage Mountainbiken; 12 Tage Laufen
Beste Jahreszeit: Frühling und Herbst



HISTORISCHES DORF MONSANTO

Die Große Route durchs Côa–Tal — GR 45

Die Große Route durchs Côa-Tal verläuft auf einer zauberhaften Strecke entlang des Côa-Flusses von seiner Quelle in Fóios in Sabugal bis zu seiner Mündung bei Vila Nova de Foz Côa in den Douro.

Der fast unberührte, 196 Kilometer lange Weg erstreckt sich vom Naturreservat Malcata, wo Schwarzeiche *(Quercus pyrenaica)*, Erdbeerbaum *(Arbutus unedo)* und Steineiche *(Quercus rotundifolia)* die Landschaft in viele verschiedene Grüntöne tauchen, bis zum steilen Flusstal nahe Foz, wo man unterhalb dramatischer Felsformationen am Himmel kreisende majestätische Habichtsadler *(Aquila fasciata)*, Steinadler *(Aquila chrysaetos)*, Sturmvögel *(Neophron percnopterus)* und Mönchsgeier *(Aegypius monachus)* bewundern kann.

Rechts und links des Côa erstreckt sich ein faszinierendes Netzwerk von Bächen und Nebenflüssen mit einer reichen Palette an typisch mediterranen Kulturen wie Weinreben, Oliven- und Mandelbäumen.

Wo Mandelbäume wachsen, soweit das Auge reicht, stehen auch kreisrunde, aus Stein gebaute Taubenhäuser, die der Zucht von Felsentauben *(Columba livia)* dienen. Sie sind wichtig für die Produktion von „Taubenerbsen", dem natürlichsten aller Düngemittel.

Auf das Heidekraut, das die Landschaft des Côa-Tals dominiert, folgen im Naturpark Malcata Weißer Ginster *(Cytisus multiflorus)*, Gelber Ginster *(Retama sphaerocarpa)*, Zistrose *(Cistus ladanifer)* und Buschland mit Hundsrose *(Rosa canina)* und Brombeere *(Rubus sp.)*.

Näher an der Flussmündung, im Naturreservat Faia Brava, das zur Waldinter-



FUSSWEGE VON CÔA
VILA NOVA DE FOZ CÔA



NEOPHRON PERCNOPTERU
NATURSCHUTZGEBIET FAIA BRAVA





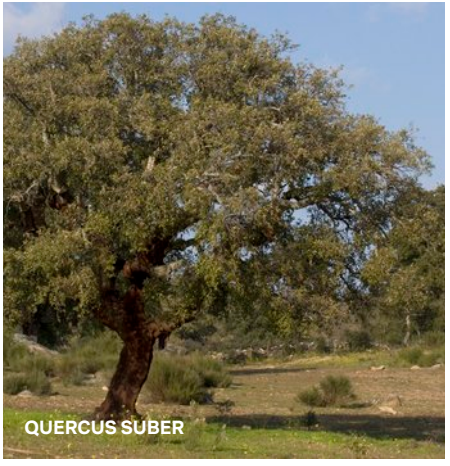
GYPS FULVUS
NATURSCHUTZGEBIET FAIA BRAVA



MEROPS APIASTER



NATURSCHUTZGEBIET FAIA BRAVA



QUERCUS SUBER

ventionszone von Algodres und Vale de Afonsinho gehört, überrascht uns ein ausgedehnter Wald mit Korkeichen *(Quercus suber)*, Steineichen *(Quercus rotundifolia)* und majestätisch anmutenden Portugiesischen Eichen *(Quercus faginea)*.

Und es gibt weite Flächen mit Lavendel *(Lavandula stoechas)*, dazwischen gedeihen Thymian *(Thymus mastichina)* und Mittelmeer-Strohblume *(Helichrysum stoechas)*.

An den Ufern des Flusses stehen akkurat in einer Reihe Eschen *(Fraxinus angustifolia)*, Zürgelbäume *(Celtis australis)* und Pappeln *(Populus sp.)*, in deren Geäst viele Vögel nisten.

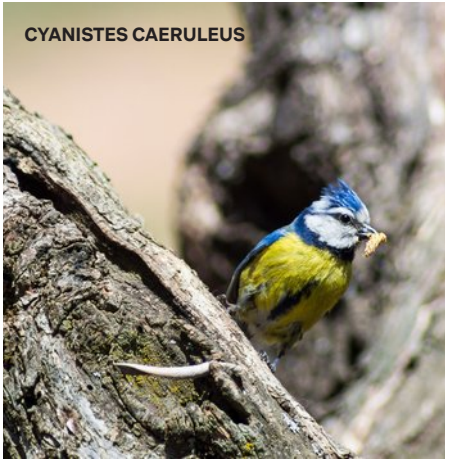
Wer ganz genau hinschaut, kann darunter auch Klappergrasmücken *(Sylvia undata)*, Pfuhlschnepfen *(Pyrrhula pyrrhula)* und Pirole *(Oriolus oriolus)* beobachten.

Entlang dieser Route ragen Burgen wie aus dem Märchen empor – sehr alte Burgen, einst strategisch wichtig für die Verteidigung der Grenze zwischen Portugal und Spanien. Sie alle sind beeindruckend: Sabugal, Vila Maior, schon auf dem Weg nach Almeida liegen Castelo Mendo und Castelo Bom, das prächtige Castelo de Pinhel, die Festung von Almeida, Castelo Rodrigo und Castelo Melhor.

Und als ob Bäume, Vögel und edle Düfte noch nicht genug wären, gibt es in der Nähe der Flussmündung Tausende von Felsbildern aus dem Jungpaläolithikum zu sehen – eine absolut einzigartige Kunstgalerie unter freiem Himmel, die über 30.000 Jahre erhalten blieb und von der UNESCO klassifiziert wurde: der Archäologische Park des Côa-Tals.

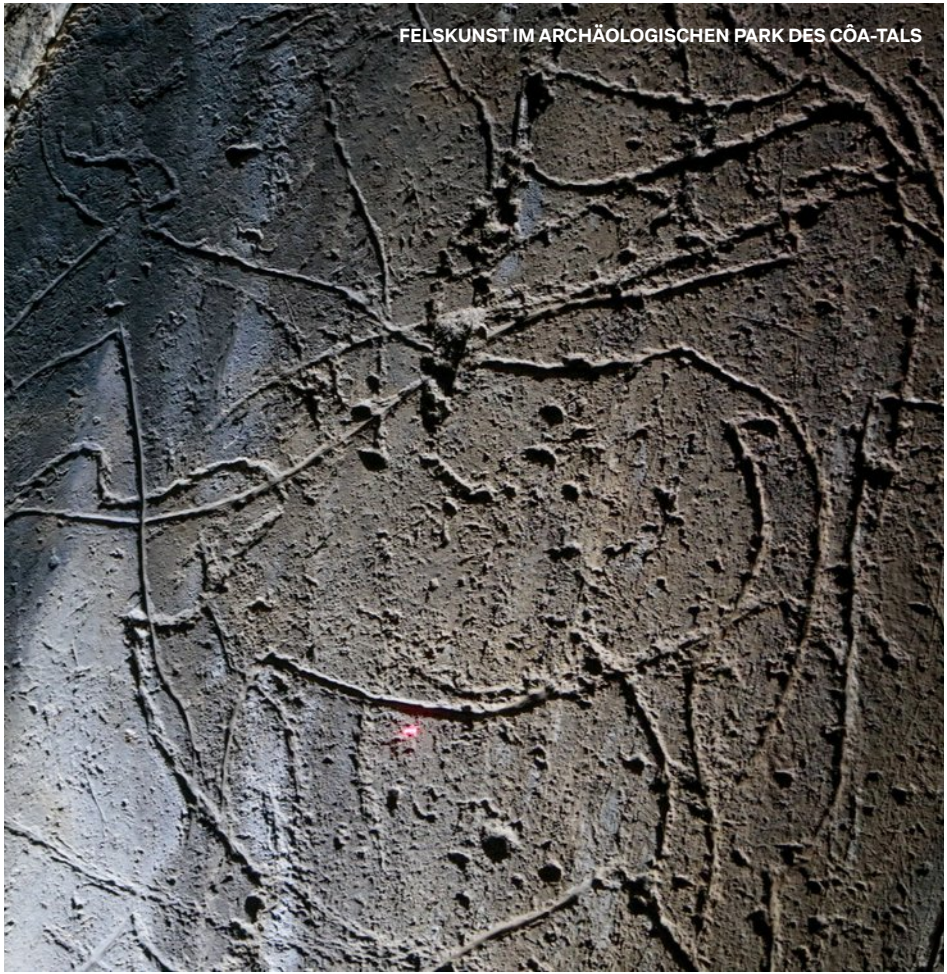


MILVUS MIGRAN



CYANISTES CAERULEUS





FELSKUNST IM ARCHÄOLOGISCHEN PARK DES CÔA-TALS



HISTORISCHES DORF CASTELO RODRIGO

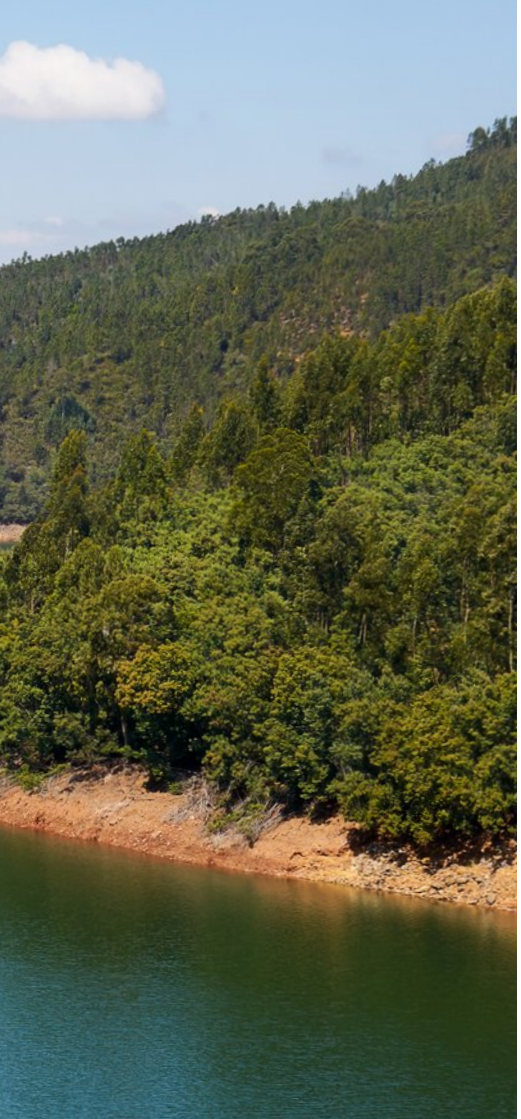


Technische Daten und Höhenangaben

Länge: 196 Km
Anzahl der Etappen: 11
Maximale Höhe: 1164 m
Minimale Höhe: 129 m
Schwierigkeitsgrad: mittel bis sehr schwer
Gesamtdauer: 10 bis 15 Tage Wandern; 3 bis 6 Tage Radfahren
Empfehlenswerte Jahreszeit: Frühling und Herbst


NATURSCHUTZGEBIET FAIA BRAVA





Die Große Route des Zêzere — GR 33

Die 370 Kilometer lange Strecke verläuft von der Quelle bis zur Mündung eines der wildesten Flüsse Portugals, des Zêzere – eine sportliche Herausforderung für Wanderer, Radfahrer und Kanuten.
Der spektakuläre Fernwanderweg ermöglicht ein tiefes Eintauchen in die mannigfaltige Natur und kulturelle Vielfalt, die das Tal des Zêzere-Flusses zu einer einzigartigen Landschaft im Herzen des Centro de Portugal macht.

Der GR33 startet auf 1.900 Metern Höhe in Covão d'Ametade am Ursprung des Zêzere und führt durch Teile der Serra da Estrela, passiert einige der schönsten Schieferdörfer und das charmante Dorf Dornes am Ufer des Stausees Castelo de Bode und endet schließlich in Constância an der Mündung des Gebirgsflusses in den Tejo.

Auf der 370 Kilometer langen Strecke kommt man durch die Orte Manteigas, Covilhã, Guarda, Fundão, Pampilhosa da Serra, Vila de Rei, Oleiros, Sertã, Pedrógão Grande, Figueiró dos Vinhos, Ferreira do Zêzere, Abrantes und Constância; man passiert die Staudämme von Cabril, Bouçã und Castelo de Bode.

Die tief beeindruckende Landschaft entlang des Rio Zêzere ist ein Geschenk der Natur. An seinem Ufer kann man unterschiedliche Gesteinsschichten aus verschiedenen Epochen der Erdgeschichte erkennen. Das Gletschertal des Zêzere in der Serra da Estrela ist einzigartig in Europa. An seinem Oberlauf ist der Fluss voller Energie, wild und kristallklar. Er fließt an Manteigas vorbei, bis er, schon deutlich ruhiger, das Historische Dorf Belmonte und die Stadt Covilhã erreicht.

Südlich von Covilhã streift er erneut das Iberische Scheidegebirge, bis er über viele Flusswindungen Zaboeira im Landkreis Vila de Rei erreicht. Zwischen den einladenden Schieferdörfern Janeiro de Cima, Janeiro de Baixo und Pedrógão Grande



COVÃO DA AMETADE, MANTEIGAS



FOZ DE ALGE • FIGUEIRÓ DOS VINHOS



STAUSEE VON CASTELO DE BODE

fließt der Zêzere dann unterhalb des Aussichtspunktes Cabeço do Mosqueiro an dieser von der UNESCO zum Weltnaturerbe ernannten Geostätte vorbei.

Unweit von Fundão passiert der Fluss den Cabeço da Argemela, rundum liegen die Gebirgszüge des Gardunha-Gebirges, der Serra da Estrela und der Serra de Açor. Das Dorf Barco verdankt seinen Namen dem alten Boot, das hier einst den Zêzere überquerte. Am rechten Ufer des Flusses liegt das sehenswerte, 1320 gegründete Dorf Dornelas do Zêzere. Die Kirche ist der Heiligen Maria von Dornelas gewidmet und wird bereits im „Verzeichnis aller Kirchen, Kommenden und Klöster des Königreichs Portugal und des Königreichs Algarve“ erwähnt.

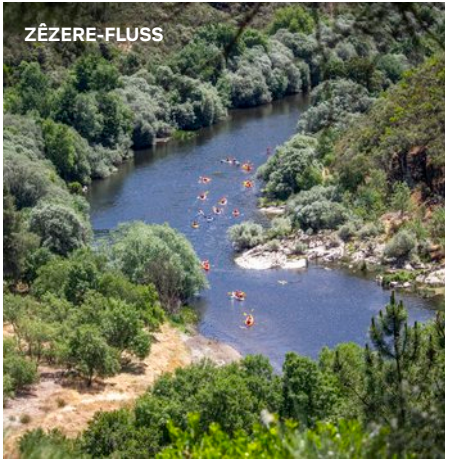
Das Schieferdorf Álvaro im Kreis Oleiros beeindruckt mit seinen vielen Kirchen und Kapellen; es liegt nicht weit von der Talsperre des Cabril-Stausees entfernt. Unweit des Schieferdorfes Pedrógão Pequeno quert schließlich die legendäre Nationalstraße EN2 den Fluss. Bereits am Zufluss in den Stausees Castelo do Bode, 10 Kilometer von Ferreira do Zêzere entfernt, liegt das pittoreske Dorf Dornes, das gut in die Welt von Game of Thrones passen würde. Die Große Route des Zêzere kann man zu Fuß, mit dem Fahrrad oder mit dem Kanu absolvieren. Über die Strecke verteilt findet man in Flussnähe 13 sogenannte intermodale Stationen mit entsprechender Ausrüstung, an denen man das Fortbewegungsmittel wechseln kann, ohne die Route verlassen zu müssen. Von dem großen Fernwanderweg zweigen immer wieder ergänzende Wanderwege wie etwa die Schieferpfade ab, die zu nahegelegenen Sehenswürdigkeiten führen.

Technische Daten und Höhenangaben

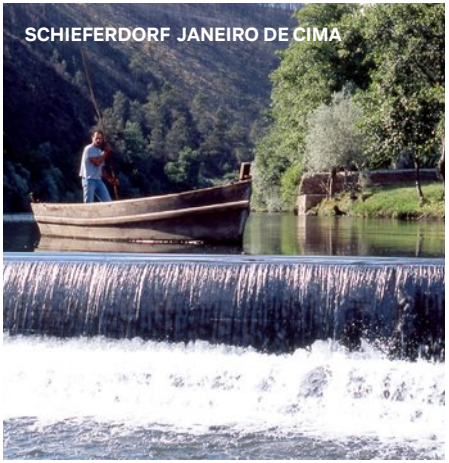
Länge: 370 km
Anzahl der Etappen: 9
Zeitaufwand: 112 Stunden
Höchster Punkt: 1 429 m
Tiefster Punkt: 20 m
Aufstieg: 7 245 m
Abstieg: 8 644 m
Beste Jahreszeit: Frühling, Sommer und Herbst

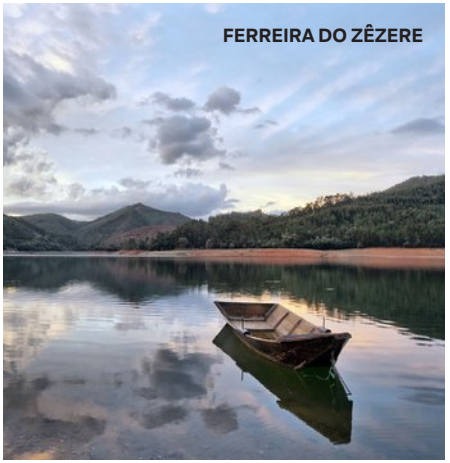

SCHIEFERDORF ÁLVARO


ZÊZERE-GLETSCHERTAL


ZÊZERE-FLUSS




SCHIEFERDORF JANEIRO DE CIMA


FERREIRA DO ZÊZERE


PEDRÓGÃO GRANDE


STAUSEE VON CASTELO DE BODE

Die Wanderwege am Rio Mondego

Die im Herzen des Naturparks Serra da Estrela und des UNESCO-Geoparks Estrela gelegenen Mondego-Wanderwege sind ein brandneues Naturtourismus-Angebot in der Region Guarda, in das kräftig investiert wurde und das schon jetzt ein großer Gewinn für die gesamte Region ist.

Die Wege verlaufen entlang des Mondego-Flusses und zweier seiner Nebenflüsse, des Ribeiro do Barrocal und des Rio Caldeirão. Die gesamte Strecke umfasst zwölf Kilometer, von denen 6,7 Kilometer über Holzstege bzw. Holztreppen führen. Der Rest der Strecke verläuft auf bestehenden Wegen und Pfaden. Für die Realisierung wurden drei Hängebrücken neu gebaut und die Ribas-Brücke aufwendig saniert.

Die Wanderwege beginnen im Bergdorf Videmonte und führen durch Trinta, Meios und Corujeira sowie Aldeia Viçosa, Mizarela, Pero Soares und Vila Soeiro bis zum Caldeirão-Stausee.

Trinta war einst das erste Dorf im Bezirk Guarda, das über Elektrizität verfügte, und mit sieben Fabriken war es ein wichtiges Zentrum der Wollindustrie. Bis heute sind in diesem gastfreundlichen Dorf die Erinnerungen an die Wolle lebendig. In der Gegend wurden früher auch Decken gewebt, die eines Papstes würdig waren. So entstand der Name „cobertor de papa“, was so viel wie „Wolldecke des Papstes“ bedeutet.

In Meios wurde in einer ehemaligen Wollfabrik ein Webereimuseum eingerichtet. Hier können die Besucher noch alte Webmaschinen im Betrieb erleben.
Vom herrlichen Flussstrand am rechten Ufer des Mondego in Aldeia Viçosa eröffnet sich ein atemberaubender Blick auf das Mondego-Tal.

Für Besucher hält die Gegend zahlreiche Attraktionen bereit – etwa den Aussichtspunkt Mocho Real, verschiedene Wasserfälle, Mühlen und alte Wasserkraftwerke (Hidroelétrica do Pateiro).

Direkt am Ortseingang von Guarda liegt der gigantische Caldeirão-Wasserfall, an dem das Wasser des Ribeira do Caldeirão über rötlich schimmernde Felswände steil nach unten stürzt.

Die Mondego-Wanderwege stellen eine faszinierende Möglichkeit dar, zu den bestgehüteten Geheimnissen des Mondego-Flusses zu gelangen und wurden so angelegt, dass sie höchste Nachhaltigkeitsstandards erfüllen

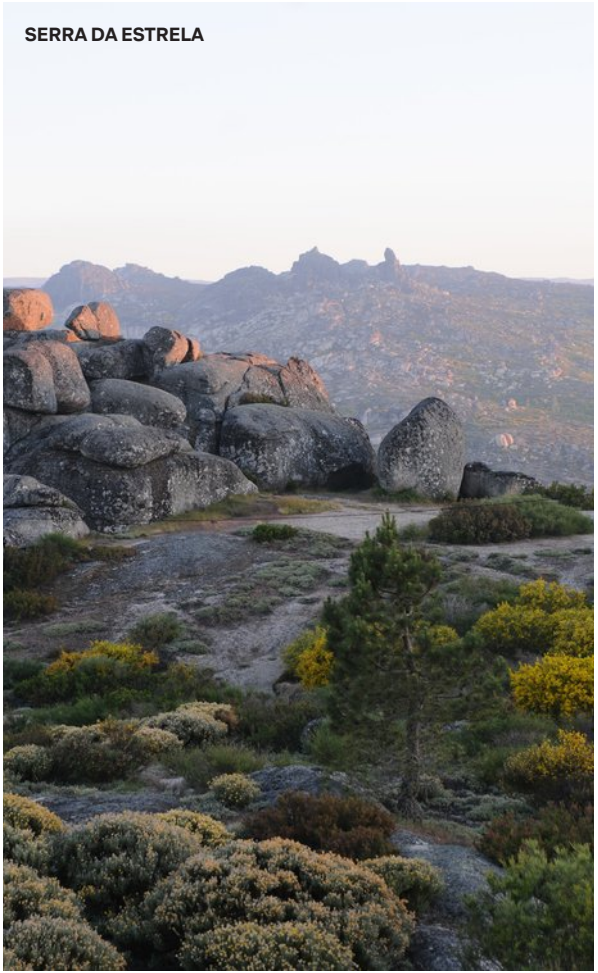


Nützliche Informationen

Es sind 3 Routen verfügbar:

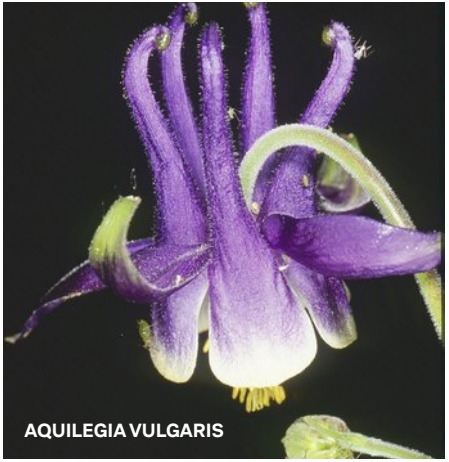
- Die vollständige Route: 12 km lang; mittlerer Schwierigkeitsgrad; ungefähre Dauer: 4/5 Stunden // Barragem do Caldeirão – Videmonde
- Die Familienroute: 2 km langer geradliniger Weg // Videmonde – Açude dos Trinta
- Die Route für Besucher mit eingeschränkter Mobilität: 2 km langer geradliniger Weg // Vila Soeiro – Central – Hängebrücke Engenho do Pateiro

Die Wanderwege sind täglich von 9 bis 17 Uhr geöffnet.
Parkplätze und sanitäre Einrichtungen an den Zugängen zu den Wanderwegen.
Das Mitführen von Kinderwagen wird nicht empfohlen, außer auf der Route für Personen mit eingeschränkter Mobilität.
Das Mitbringen von Tieren ist nicht erlaubt.
Cafés und Restaurants findet man an den 3 Zugängen zu den Wanderwegen.
Für Besucher besteht eine Transfermöglichkeit von einem Ende der Route zum anderen.
Besucher können die Route über jeden der 3 Eingänge/Ausgänge betreten/verlassen.
Ticketreservierung ist obligatorisch.


SERRA DA ESTRELA



GEBIRGSDORF VIDEMONTE



AQUILEGIA VULGARIS



WINTER IN DER SERRA DA ESTRELA





Die Wanderwege im Côa–Tal

Diese 930 Meter langen Stege verbinden das Côa-Museum mit dem stillgelegten Bahnhof von Côa in der Nähe der Mündung des Flusses Côa in den Douro. Der Weg ist kurz, aber schweißtreibend: 890 Stufen und ein Höhenunterschied von 160 Metern dürften so ziemlich jedem den Atem rauben!

Doch die Anstrengung wird reichlich belohnt: mit einer noch weitgehend unberührten Natur, mit einem überwältigenden Blick auf wilde Felslandschaften sowie die friedlich dahinfließenden Flüsse Douro und Côa und einer begeisternden, zum Teil geschützten Fauna und Flora. Der Weg verbindet gleich zwei Stätten des UNESCO-Welterbes: den Archäologischen Park im Côa-Tal und das Douro-Tal. Ein Teil des Gesamtgebietes des Archäologischen Parks umfasst das Sonderschutzgebiet Côa-Tal, das 1999 ausgewiesen wurde.

Ausgangspunkt des Wanderwegs ist das Côa-Museum in Vila Nova de Foz Côa.



Der Radweg durchs Vouga–Tal und der Dão–Radweg: Hundert aufregende Kilometer

Der Radweg durchs Vou–ga–Tal

Auf der 1980 stillgelegten und sehr kurvenreichen Bahnlinie durch das Vouga-Tal verläuft heute der über 70 Kilometer lange Vouga-Tal-Radweg. Er verbindet Sernada do Vouga, eine kleine Stadt im Kreis Águeda, mit Santa Comba Dão; unterwegs kommt man durch Águeda, Albergaria-a-Velha, Sever do Vouga, Oliveira de Frades, Vouzela, S. Pedro do Sul, Viseu und Tondela.

Das verwunschene Tal des Vouga-Flusses bildet die perfekte Kulisse für die Radtouren. Die Vouga entspringt in der 930 Meter hohen Serra da Lapa bei Viseu als schmales Rinnsal und fließt über 148 Kilometer bis zu ihrer Mündung in die Lagune von Aveiro.

Das Flusstal besticht durch seine abwechslungsreiche Landschaft und einen enormen Artenreichtum. Bis São Pedro do Sul zeigt die Vouga den Charakter eines Bergbachs. Dann wird ihr Tal tiefer und sie mutiert bis Pessegueiro do Vouga zu einem beachtlichen Gebirgsfluss. Auf ihren letzten 50 Kilometern strömt sie, gesäumt von breiten Uferzonen, ihrer Mündung in die Ria de Aveiro entgegen.

Ein echtes Highlight ist die monumentale, 28,5 Meter hohe ehemalige Eisenbahnbrücke Poço de Santiago bei Sever do Vouga, eine der höchsten Steinbrücken Portugals. Mit elf perfekt geformten Rundbögen und einer Länge von 165 Metern ist sie eine der beeindruckendsten Sehenswürdigkeiten auf dem gesamten Radweg.

Machen wir eine Zugfahrt

Auf der 1908 eingeweihten Vouga-Linie zwischen Aveiro und Sernada do Vouga verkehrt auch ein Zug. Im Laufe seiner Geschichte transportierte er viele Menschen, die den Sturz der Monarchie und die Gründung der Republik miterlebten, die zwei Weltkriege überstanden und Zeugen vom Aufstieg und Fall des Faschismus in Portugal wurden.

Der historische Vouga-Zug zwischen Aveiro und Macinhata do Vouga ist von Juni bis Oktober in Betrieb. Die Fahrt mit der einzigen noch in Betrieb befindlichen Schmalspurbahn Portugals ist ein echtes Erlebnis!



RADWEG IM VOUGA-TAL • S. PEDRO DO SUL

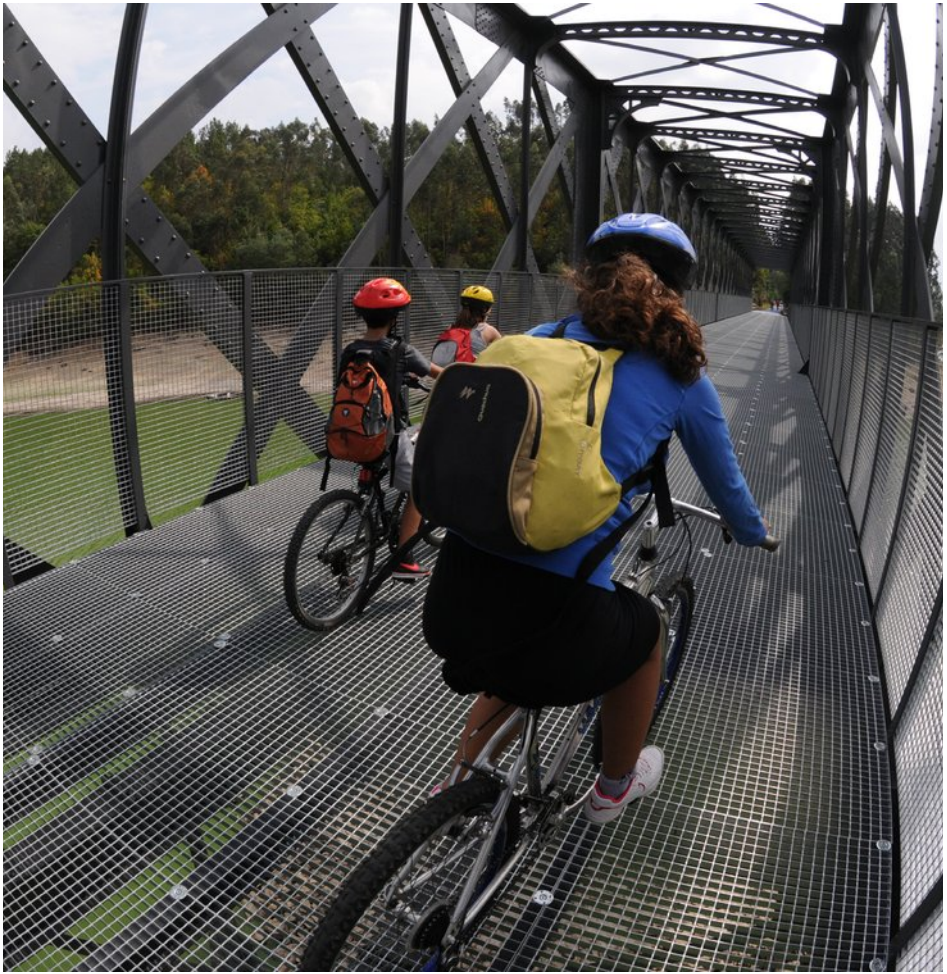
Der Dão-Radweg

Der Dão-Radweg verläuft auf der ehemaligen Eisenbahnstrecke von Viseu (der alten Dão-Bahnlinie) und wurde im Juni 2011 offiziell eingeweiht. Der Radweg ist 49 Kilometer lang und durchquert die Gemeinden Santa Comba Dão, Tondela und Viseu.

Er folgt dem Verlauf der Flüsse Dão und Paiva und führt vorbei an Korkeichen, Kastanienbäumen, Eichen, Weinbergen und Getreide- und Gemüsefeldern mit Blick auf das Caramulo-Gebirge und die Serra da Estrela.

Machen wir eine Zugfahrt

Nach Santa Comba Dão gelangt man mit dem Zug ab Coimbra. Zur Wahl stehen Intercidades und Regionalzüge.




DARK SKY-SCHIEFERDÖRFER

Nützliche Links

Die Eurail-Website hilft Besuchern bei der Planung von Bahnreisen durch Europa. Die Website zeigt die durchschnittlichen Reisezeiten zwischen allen großen europäischen Städten an:
www.eurail.com

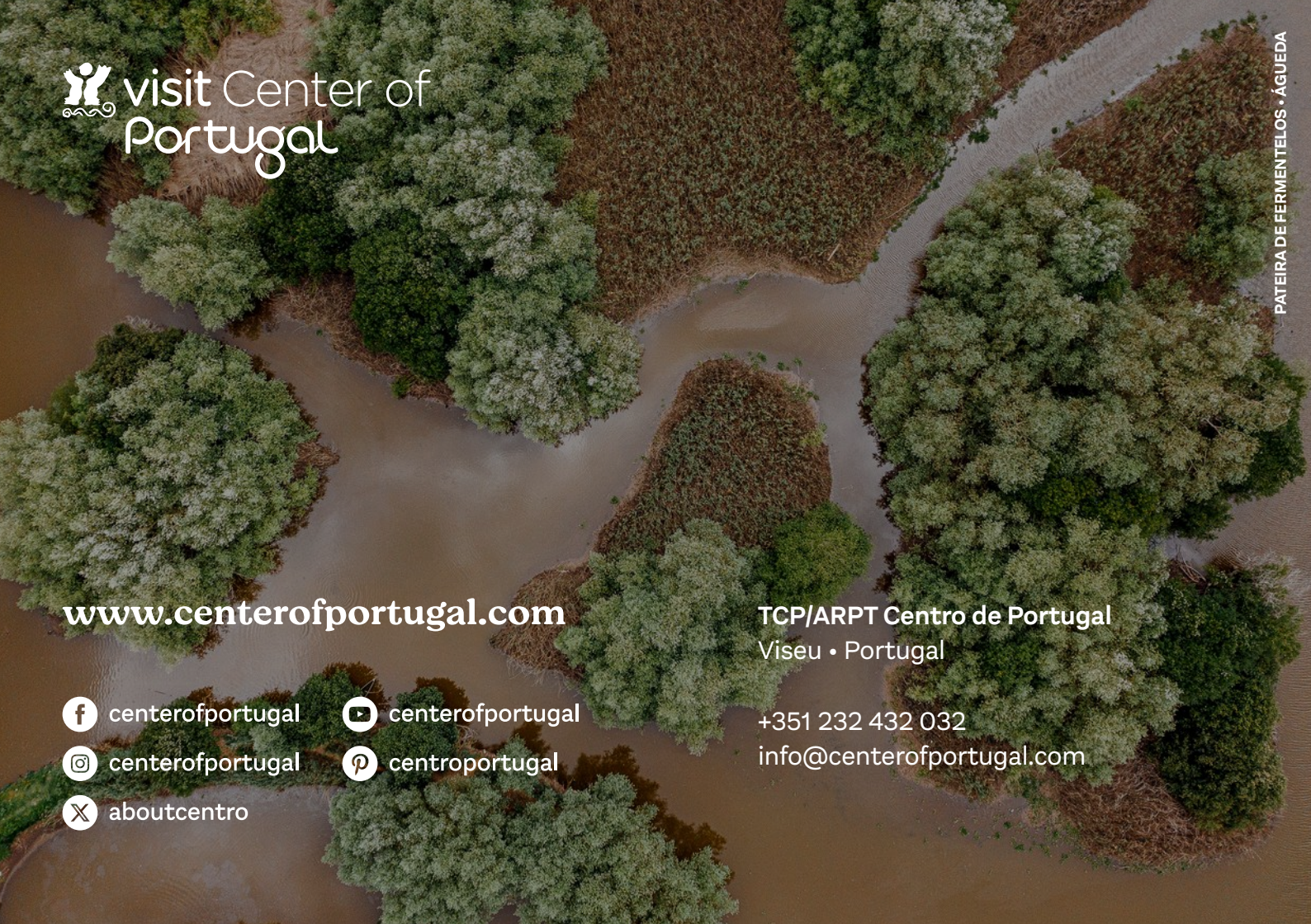
Zwei weitere umfassende Dienste für die Planung von Bahnreisen und die Buchung von Fahrkarten für ganz Europa sind Rail Europe und The Train Line:
www.raileurope.com
www.thetrainline.com

The Man in Seat 61 ist eine ausgezeichnete Webressource für Zugreisen in Europa. Die Website bietet Informationen über die besten Strecken, Zeiten und Tarife von London zu allen wichtigen Zielen in Europa und zwischen den wichtigsten Städten in Europa: **www.seat61.com**

Die Website der portugiesischen Eisenbahn CP (www.cp.pt) ermöglicht die Abfrage von Fahrplänen in ganz Portugal: **www.cp.pt**

Ein Rechner zum Vergleich des Energieverbrauchs, der CO2- und Abgasemissionen von Flugzeugen, Autos und Zügen im Personenverkehr:
www.ecopassenger.org

visit Center of Portugal



PATEIRA DE FERMENTELOS • ÁGUEDA

www.centerofportugal.com

centerofportugal
centerofportugal
centerofportugal
centroportugal
aboutcentro

TCP/ARPT Centro de Portugal
Viseu • Portugal

+351 232 432 032
info@centerofportugal.com