

URBANE ABENTEUER

# LISSABON

für  
Abenteurer



20  
Touren  
für 20  
unvergessliche  
Abenteuer

DER REISEFÜHRER ZUM SELBSTERKUNDEN

# LISSABON

## für Abenteuerler

DER REISEFÜHRER  
ZUM SELBSTERKUNDEN

20  
Touren  
für 20  
unvergessliche  
Abenteuer

URBANE ABENTEUER







Lissabon ist voller einzigartiger und oft unbeschreiblicher Erlebnisse. Diese Stadt ist mehr, als Du jemals in Worte fassen kannst.





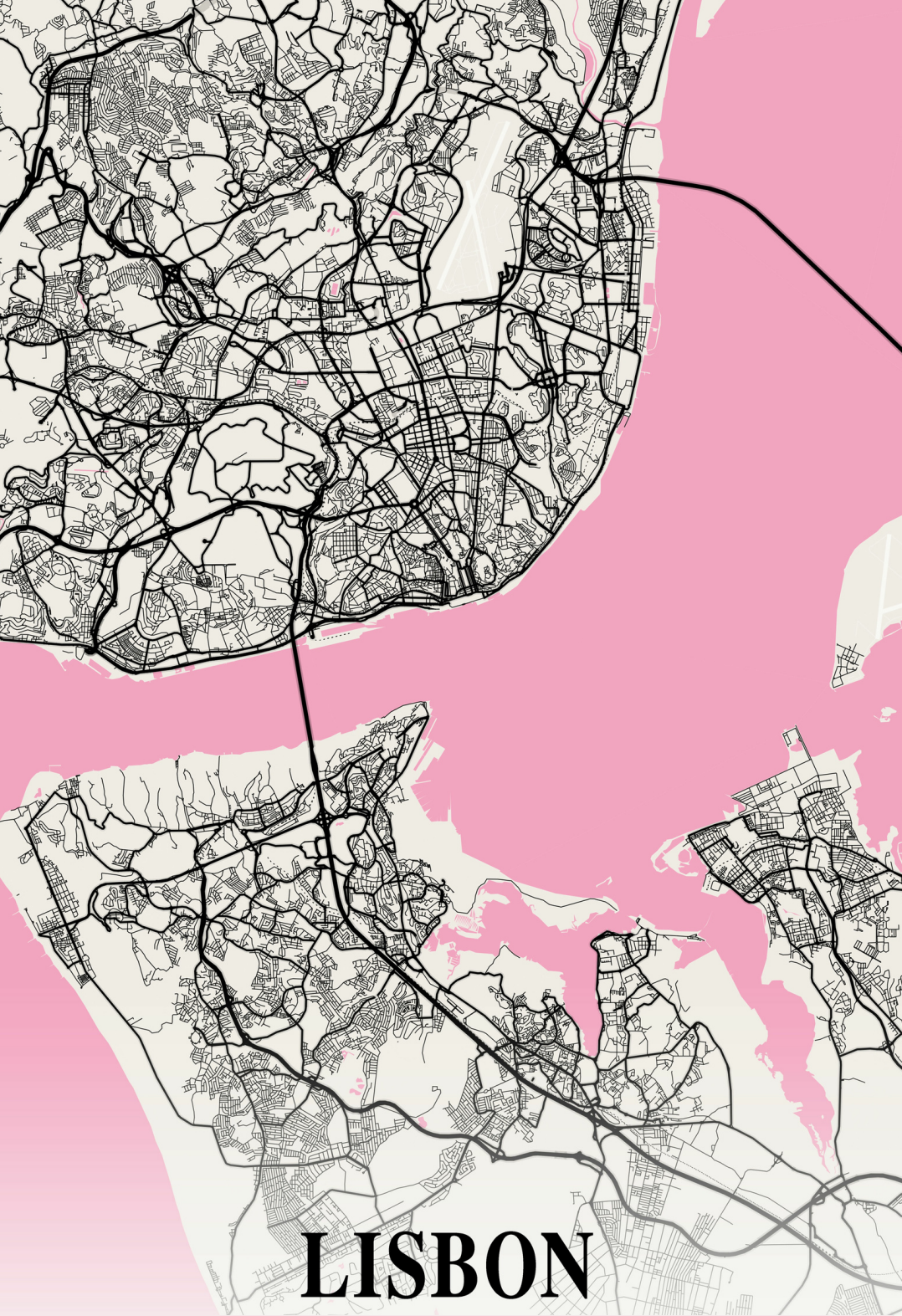


# DAS IST LISSABON

Lissabon, an der Mündung des Tejo gelegen, ist die zweitälteste Hauptstadt Europas. Die Stadt hat Invasionen, Besetzungen und Erdbeben überstanden und ist heute eine der buntesten, historischsten und lebendigsten Städte Europas. In der Stadt selbst reihen sich hügelige Stadtteile und hohe Gebäude aneinander, was ihr einen ganz eigenen Charme verleiht.

In der portugiesischen Hauptstadt befinden sich eine Vielzahl gemütlicher Cafés, schöner Gärten und historischer Gebäude mit beeindruckender Architektur, die Dich in Erstaunen versetzen werden. Mit über zwei Millionen Einwohnern ist die Metropolregion Lissabon die größte des Landes und eine der meistbesuchten in ganz Europa.

Lissabon, das auf sieben Hügeln über dem Atlantik thront, ist eine der malerischsten Städte Europas. Ihre Architektur ist eine bemerkenswerte Mischung aus Alt und Neu, mit vielen Kachelbauten, pastellfarbenen Häusern und Graffiti, die in Büchern und Filmen zu sehen sind.

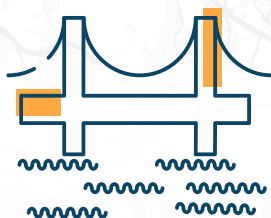


**LISBON**



# INHALTSVERZEICHNIS

Wie dieses Buch funktioniert	8
Das erwartet Dich in Lissabon	10
Lissabons Geschichte	11
Lissabons Stadtteile	12
Must-Knows über Lissabon	18
15 wichtige Sehenswürdigkeiten	22
Übernachten in Lissabon	28
Ankommen in Lissabon	34
Parken in Lissabon	37
Mobilität innerhalb Lissabons	38
Gepäckaufbewahrung	41
Öffentliche Toiletten	43
Lissabons Umgebung	44
Feste, Feiertage & Events	52



20 Touren in und um Lissabon	62
1 Gehe surfen an der Caparica	64
2 Entdecke Lissabon mit der Tram E28	68
3 Stöbere durch das Künstlerquartier	72
4 Besuche die Jesus-Statue Cristo Rei	76
5 Mache die 7-Hügel-E-Bike-Tour	80
6 Erkunde die Altstadt Alfama	84
7 Mache eine Kneipen-Tour	88
8 Beobachte Delfine vor der Küste	92
9 Lass es Dir gut gehen im Spa	96
10 Gehe auf Belém-Entdeckungstour	100
11 Mache eine Innenstadt-Tour	104
12 Entdecke Street-Art-Spots	108
13 Mache eine Sonnenuntergangs-Segeltour	112
14 Erlebe eine abenteuerliche Kajak-Tour	116
15 Mache einen Ausflug nach Sintra	120
16 Absolviere die Weltkulturerbe-Tour I	124
17 Mache weiter: Weltkulturerbe-Tour II	128
18 Mache Yoga und gehe Schnorcheln	132
19 Beobachte die Vögel vor der Küste	136
20 Lass es Dir gut gehen mit Yoga	140
Wichtige Sätze auf Portugiesisch	144
Abreise	148



# WIE DIESES BUCH FUNKTIONIERT



Dieser Reiseführer wird Dich durch eine der atemberaubendsten Städte Europas führen und Dir schnell und unkompliziert helfen, in Lissabon eine unvergessliche Zeit zu haben. Dafür findest Du in diesem Buch erprobte Touren, die aufeinander abgestimmt sind.



In diesem Reiseführer wirst Du immer wieder auf QR-Codes stoßen. Diese nutzen wir, um Dich direkt zu den jeweiligen Restaurants, Sehenswürdigkeiten und Veranstaltungen zu leiten. Auf diese Weise kannst Du direkt einen Tisch reservieren, Dir Speisekarten anschauen oder Eintrittstickets kaufen. Außerdem werden Dir manche Touren direkt in Google Maps angezeigt. Zudem sind viele Informationen so umfangreich, dass es den Rahmen dieses Reiseführers sprengen würde. Diese Informationen möchten wir Dir aber nicht vorenthalten, sondern Dir durch weiterführende Artikel auf unserer Webseite zur Verfügung stellen.

## SCANNE MICH

Und so geht's: Du klickst einfach auf die verschiedenen Links in diesem Buch. Daraufhin öffnet sich die Webseite oder die Karte auf Google Maps ganz automatisch. Falls es nicht funktioniert, kannst Du den Link alternativ auch manuell eingeben.



erleb.is/  
libn-reisen





# DAS ERWARTET DICH IN LISSABON

Lissabon, die westlichste Stadt Europas, ist die Heimat traditioneller und gastfreundlicher Menschen. Da Lissabon für sein luftiges Wetter und ganzjähriges, mildes Klima berühmt ist, besuchen viele Touristen in der Hochsaison diese Stadt. Wenn Du in Lissabon ankommst, solltest Du Dich auf Folgendes einstellen:

- Die Stadt ist voller hügeliger Straßen. Nimm also unbedingt bequeme Schuhe mit.
- Sei darauf gefasst, Fado-Musik zu hören, denn die Einheimischen hören gerne ihre traditionelle Musik.
- Mach Dir keine Sorgen um Dein Budget. Lissabon ist eine der günstigsten Städte Europas.
- Lissabon ist der Traum eines jeden Feinschmeckers. In Lissabon gibt es eine große Auswahl an Restaurants mit traditioneller Küche.
- Straßenbahnen und Tuk-Tuks sind überall, denn sie sind das gängigste Verkehrsmittel in Lissabon.

# LISSABONS



# GESCHICHTE

Lissabon ist eine alte Stadt, die reich an Geschichte und Kultur ist. Studien zufolge wurde die Stadt erstmals 1200 v. Chr. als Handelsstation gegründet. Im Jahr 711 jedoch fielen die muslimischen Mauren in die gesamte Halbinsel ein und blieben dort fast 700 Jahre lang. Die Stadt blühte unter der Herr-

schaft des spanischen Königs II. erneut auf, erlangte 1640 ihre Unabhängigkeit zurück und wurde zu einer der vermögendsten Städte Europas. Im Jahr 1755 wurde Lissabon durch ein schweres Erdbeben völlig zerstört. Sie wurde jedoch nach und nach wieder aufgebaut und restauriert. Du findest aber noch immer Spuren des Bebens in der Stadt.







## SPRACHE & DIALEKTE



Die Amtssprache in Lissabon ist Portugiesisch, das weltweit von rund 265 Millionen Menschen gesprochen wird. Es ist auch die meist verbreitete Sprache in Lissabon. Einheimische verständigen sich problemlos auf Englisch, denn sie kennen in der Regel die wichtigsten Sätze. Da Lissabon ein beliebtes Touristenziel ist, findest Du viele Schilder auch auf Englisch.



## WÄHRUNG & BEZAHLUNG



Die Währung in Lissabon ist der Euro. Mobiles Bezahlen ist jedoch nur in größeren Läden möglich. Daher solltest Du auf jeden Fall auch Bargeld dabei haben.



## SICHERHEIT & KRIMINALITÄT



Lissabon ist eine der sichersten Städte in Europa, mit einer extrem niedrigen Kriminalitätsrate. Du kannst hier nachts herumlaufen, ohne Angst haben zu müssen, überfallen oder ausgeraubt zu werden.



## MOBILES INTERNET & WLAN



Obwohl Lissabon eine alte Stadt ist, ist mobiles Internet überall in der Stadt verfügbar. Die Internetpakete sind günstig und können einfach online gekauft werden. Die beliebtesten Internetdienstleister in der Stadt sind Vodafone, Telepac, ARTelecom und NetSapo. Kostenloses WLAN gibt es in den meisten Cafés, Restaurants und Hotels.

## NEST@LISBON

Nest@Lissabon ist eine kürzlich renovierte, gut ausgestattete, schicke Wohnung. Dieses Airbnb befindet sich in einem der beliebtesten Viertel Lissabons, Graça. Die Wohnung liegt in der Nähe von gemütlichen Cafés, Restaurants und beliebten Attraktionen der Stadt. Auch die Burg St. Jorge ist nur ein paar Blocks von diesem schönen Airbnb entfernt.

## KACHELRAUM



29,00 - 55,00 Euro  
pro Nacht



[erlebn.is/kachelraum](https://erlebn.is/kachelraum)



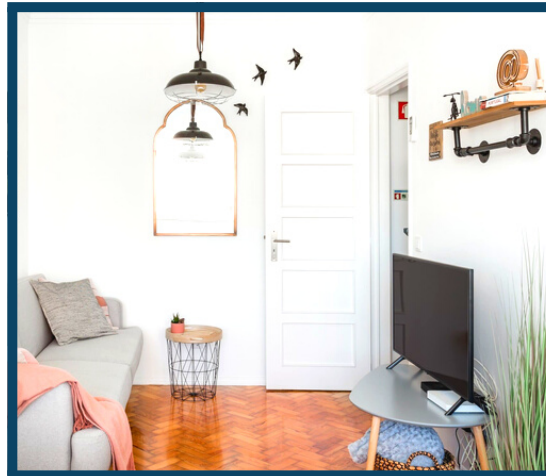
## AIRBNB



76,00 - 107,00  
Euro pro Nacht



[erlebn.is/nestlisbon](https://erlebn.is/nestlisbon)



Der Kachelraum ist ein wunderschönes und luxuriöses Airbnb, das sich in einem der besten Viertel von Graça befindet. Dieses Airbnb liegt in der Nähe von Santa Apolonia, und die Bushaltestelle ist nur 30 Meter entfernt. Der Kachelraum ist mit einem Kühlschrank, einer Mikrowelle, einem tragbaren Ventilator, einem Geschirrspüler und all den anderen wichtigen Geräten ausgestattet.



# GEPÄCKAUFBEWAHRUNG

Was ist wohl ein Städtetrip mit Koffer und Co.? Lästig ist Dein Gepäck dann, wenn Du dieses während Deines Städtetrips mit Dir herumtragen musst.

In den meisten Fällen lässt Du Dein Gepäck in Deiner Unterkunft. Jedoch haben wir die Erfahrung gemacht, dass insbesondere am An- und Abreisetag es unumgänglich ist, das Reisegepäck zwischenzulagern.

In Lissabon gibt es viele Orte, an denen Du Dein Gepäck aufbewahren kannst. Der bekannteste ist der Lissabonner Flughafen. Jedoch ist es meist zu umständlich, erst zum Flughafen zu fahren, um dann wieder zurück in die Innenstadt zu fahren.

In der kompletten Innenstadt gibt es daher viele Anbieter, die Dein Gepäck in Obhut nehmen. Meist sind dies kleinere Souvenir-Shops.



# ÓBIDOS



Óbidos ist eine kleine Stadt, die reich an Geschichte und Kultur ist. Die Stadt ist eines der beliebtesten Ausflugsziele in der Nähe von Lissabon. Die Gebäude von Óbidos versetzen jeden Besucher in Staunen. Die Muralhas da Cidade sind die Mauern, die die Stadt wunderschön umgeben und die besten Aussichten bieten.

Óbidos ist eine lebendige Stadt mit Straßen wie der Rua Direta, in der sich kleine Geschäfte und Cafés befinden. Die Stadt beherbergt auch das Castelo de

Óbidos, eine mittelalterliche Burg, die am höchsten Punkt der Stadt liegt.



## ANFAHRT

Am schnellsten nach Óbidos kommst Du mit dem Auto. Die Stadt ist nur ein km von der Autobahn A8 entfernt. Die Fahrt mit dem Zug nach Óbidos dauert 2,5 Stunden.

## ENTFERNUNG

90 km





# MODA LISBOA: LISSABONNER MODEWOCHE

Die Lissabonner Modewoche ist eine der bekanntesten Modeveranstaltungen des Landes. Journalisten und Designer werden aus der ganzen Welt eingeladen, um an diesem großen Ereignis teilzunehmen. Etwa 20.000 Menschen kommen zu dieser

Veranstaltung zusammen.

Der Sangue Novo ist der Höhepunkt der Veranstaltung, denn es handelt sich dabei um einen Wettbewerb unter jungen Modestudierenden.

Die Veranstaltung umfasst Konferenzen, Ausstellungen, Modenschauen und Mentorentreffen, um die portugiesische Mode in der ganzen Welt bekannt zu machen. Das Projekt wurde 1991 von der Stadt Lissabon ins Leben gerufen.



[erlebn.is/modalisboa](http://erlebn.is/modalisboa)



# ENTDECKE LISSABON

## MIT DER TRAM 28

2

Die Tram E28 ist die beliebteste Bahnlinie bei Touristen. Sie führt durch alle bekannten Viertel Lissabons. Die Linie startet in Martim Moniz und endet am Campo Ourique. Auf dem Weg hält sie an vielen historischen Orten der Stadt, unter anderem in den Vierteln Graça, Alfama, Baixa und Estrela. Alle wichtigen Sehenswür-

digkeiten liegen direkt auf der Strecke. Insgesamt hat diese Tram 32 Haltestellen, die sie im Idealfall in 25 Minuten durchfährt.

Da viele bekannte Sehenswürdigkeiten direkt an den Haltestellen liegen, kannst Du entlang der Tram auf eigene Faust eine Stadtbesichtigung durchführen.





- 1 Campo Ourique
- 2 Basílica da Estrela
- 3 Assembleia da República
- 4 Praça Luís de Camões
- 5 Rua Augusta
- 6 Igreja de Santo António
- 7 Sé de Lisboa
- 8 Miradouro das Portas do Sol
- 9 Mosteiro de São Vicente
- 10 Martim Moniz



## SEHENSWÜRDIGKEITEN ENTLANG DER ROUTE

2

Basílica da Estrela: Die Basilika fällt insbesondere wegen ihrer imposanten Kuppel auf.  
Ausstieg an der Haltestelle Estrela (Basílica)

3

Assembleia da República: Eindrucksvoll ist die neoklassizistische Säulenfront am Haupteingang.  
Ausstieg an der Haltestelle R. Poiais S. Bento

6

Igreja de Santo António: Die Holzschnitzereien zählen zu den schönsten des Landes.  
Ausstieg an der Haltestelle Sé

8

Miradouro das Portas do Sol: Wunderschöner Aussichtspunkt mit Blick auf Alfama.  
Ausstieg an der Haltestelle Lg. Portas Sol

9

Mosteiro de São Vicente: Die Architektur ist wegen ihrer Linien äußerst sehenswert.  
Ausstieg an der Haltestelle Voz Operário

## 7

ZIEHE UM DIE HÄUSER UND  
MACHE EINE KNEIPEN-TOUR

Tagsüber wirkt das Viertel Bairro Alto eher verschlafen. Nachts verwandeln sich die engen Kopfsteinpflastergassen in eines der lebhaftesten Viertel ganz Europas. Hier koexistieren traditionelle Fado-Häuser, LGBT-Kneipen, erlesene Weinbars und Studenten-Hotspots nebeneinander. Dementsprechend gemischt ist das Publikum der Nachtschwärmer in Lissabon.

Die Pink Street in Cais do Sodré und ihre Umgebung beherbergen einige der klassischen Nachtclubs und die angesagtesten Cocktailbars der Stadt. Die Vergnügungsmeile am Hafen war früher das Lissabonner Rotlichtviertel. Sperrstunde für Bars ist um zwei Uhr morgens, aber Clubs dürfen bis vier Uhr früh geöffnet bleiben – also genug Zeit, damit Du ausgiebig um die Häuser ziehen kannst!







## STARTE IN DER BAR 4 CARAVELAS



Starte Deine Kneipen-Tour in dieser kleinen, alten Hafenbar mit ein paar leckeren Cocktails oder Bier. Die Pink Street und das Flusssufer sind nur wenige Schritte entfernt. Das Ambiente ist maritim und es kann gut passieren, dass Du den ganzen Abend hier bleibst.



erlebn.is/  
caravelas

## FÜR WEINLIEBHABER: PINK WINE POINT

Zum nächsten Stopp Deiner Kneipen-Tour hast Du es nicht weit. Die Weinbar Pink Wine Point liegt direkt auf der Pink Street. Eine umfangreiche Weinkarte mit vielen exzellenten Weinen und zusätzlich auch tolle Cocktails stehen zur Auswahl. An Wochenenden gibt es hier regelmäßig Live-Musik.



erlebn.is/  
pinkwine



# LISSABON FÜR ABENTEURER

Du hast Lust auf Bacalhau, Pastéis de Nata und echten Portwein? Dann wird es Zeit für Dein nächstes urbanes Abenteuer in Lissabon! Egal, ob Du das erste Mal in der Hauptstadt Portugals bist oder Lissabon auf eine neue Art entdecken möchtest: In diesem Reiseführer bekommst Du genau die richtigen Ideen für Deinen nächsten Städtetrip.

Lissabon hält auch für erfahrene Städtereisende noch viele Geheimtipps bereit. Dieser Reiseführer begleitet Dich auf Deinem Abenteuer durch die Stadt und gibt Dir dabei 20 unvergessliche Touren an die Hand. Es geht durch die Viertel Alfama, Baixa, Belém und Chiado. Aber auch abseits der bekannten Spots führt Dich Dein Weg zu den faszinierenden UNESCO-Weltkulturerbe-Stätten und raus zu traumhaften Stränden. Du möchtest einmal vor den Toren Lissabons surfen oder bei Sonnenuntergang eine romantische Segel-Tour machen? Dann gehe mit uns auf Abenteuerreise und mache Deinen nächsten Städteurlaub zu einem einzigartigen Erlebnis!

AUF  
AMAZON  
SICHERN

erlebn.is/  
lissabon-  
reisebuch



## Erlebe Lissabon auf eine besondere Art und Weise!

Du hast Lust auf Bacalhau, Pastéis de Nata und echten Portwein? Dann wird es Zeit für Dein nächstes urbanes Abenteuer in Lissabon! Egal, ob Du das erste Mal in der Hauptstadt Portugals bist oder Lissabon auf eine neue Art entdecken möchtest: In diesem Reiseführer bekommst Du genau die richtigen Ideen für Deinen nächsten Städtetrip.

Lissabon hält auch für erfahrene Städtereisende noch viele Geheimtipps bereit, die Deinen Urlaub zu einem unvergesslichen Erlebnis werden lassen. Dieser Reiseführer begleitet Dich auf Deinem Abenteuer durch die Stadt und gibt Dir dabei 20 unvergessliche Touren an die Hand. Es geht durch die Viertel Alfama, Baixa, Belém und Chiado. Aber auch abseits der bekannten Spots führt Dich Dein Weg zu den faszinierenden UNESCO-Weltkulturerbestätten, raus zu traumhaften Stränden und zu ungestörten Naturschutzgebieten. Du möchtest einmal vor den Toren Lissabons surfen, Delfine beobachten oder bei Sonnenuntergang eine romantische Segel-Tour machen?

Dann gehe mit uns auf Abenteuerreise und mache Deinen nächsten Städteurlaub zu einem einzigartigen Erlebnis!

