

INHALTSVERZEICHNIS

Übersichtskarte	6
Top-Touren der Rota Vicentina	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	10
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	11
Symbole	15
Informationen und Adressen	19
Zur Region Costa Vicentina	24
Caminho Histórico – Historischer Weg	34
1 6.00 h 17,5 km Santiago do Cacém – Vale Seco	35
2 6.00 h 22,7 km Vale Seco – Cercal do Alentejo	39
3 5.00 h 17,8 km Cercal do Alentejo – Porto Covo (Verbindungsweg)	44
4 7.00 h 19,8 km Cercal do Alentejo – São Luís	48
5 8.00 h 24,7 km São Luís – Odemira	52
6 8.00 h 31,9 km Santa Clara-Sabóia – Odemira (Zubringer)	56
7 6.00 h 19,0 km Odemira – São Teotónio	61
8 6.00 h 16,8 km São Teotónio – Odeceixe	65
9 6.00 h 19,7 km Odeceixe – Aljezur	70
10 4.30 h 12,5 km Aljezur – Arrifana	75
11 7.00 h 23,8 km Arrifana – Carrapateira	79
12 6.00 h 21,6 km Carrapateira – Vila do Bispo	84
13 4.00 h 14,9 km Vila do Bispo – Cabo de São Vicente	89
Trilho dos Pescadores – Fischerweg	94
14 3.00 h 10,6 km Praia de São Torpes – Porto Covo	95
15 7.00 h 19,6 km Porto Covo – Vila Nova de Milfontes	99
16 5.00 h 15,2 km Vila Nova de Milfontes – Almogrove	104
17 6.30 h 21,6 km Almogrove – Zambujeira do Mar	107
18 7.15 h 18,5 km Zambujeira do Mar – Odeceixe	112
19 6.00 h 22,6 km Odeceixe – Aljezur	116
20 5.00 h 18,1 km Aljezur – Arrifana	122
21 5.30 h 19,7 km Arrifana – Carrapateira	127
22 4.30 h 15,7 km Carrapateira – Vila do Bispo	132
23 5.30 h 21,5 km Vila do Bispo – Sagres	136
24 5.30 h 19,9 km Sagres – Salema	142
25 3.30 h 11,6 km Salema – Luz	148
26 3.30 h 11,1 km Luz – Lagos	152

Ausgewählte Rundwege			156
27	3.30 h 12,9 km	Die ehemaligen Reisfelder von Campilhas	157
28	3.00 h 11,1 km	Dünen und Küste nördlich von Vila Nova de Milfontes	161
29	2.30 h 8,2 km	Die Dünen von Almogrove	164
30	3.30 h 11,4 km	Von Troviscais zum Rio Mira	168
31	4.00 h 14,8 km	Auf dem Klippenpfad von Odeceixe	171
32	4.00 h 13,5 km	Hügel und Täler um Carrascalinho	175
33	1.15 h 3,8 km	Wanderung zu historischen Plätzen rund um Aljezur	178
34	8.00 h 29,9 km	Große Rundwanderung zur Ponta da Atalaia	181
35	3.15 h 11,6 km	Von Rogil zur Praia da Amoreira	186
36	4.00 h 13,2 km	Von Bordeira zum Meer	189
37	4.30 h 15,6 km	Die versteckten Seen von Bordeira	192
38	4.15 h 16,1 km	Über der Praia da Cordoama	195
39	4.30 h 14,2 km	Große Rundwanderung beim Cabo de São Vicente	200
Stichwortverzeichnis			204