

Nordportugal – Die Vorschau	10
------------------------------------	-----------

Nordportugal – Hintergründe & Infos	14
--	-----------

<i>Natur und Umwelt</i>	16
-------------------------	-----------

Politik und Gesellschaft	18
---------------------------------	-----------

32.000 Jahre im Zeitraffer	22
-----------------------------------	-----------

Architektur und Kunstgeschichte	27
--	-----------

Anreise	31
----------------	-----------

Unterwegs in Nordportugal	32
----------------------------------	-----------

Übernachten	35
--------------------	-----------

Pousadas	35	Camping	36
----------	----	---------	----

Turismo de Habitação	36	Sonstige Unterkünfte	37
----------------------	----	----------------------	----

Hotels	36		
--------	----	--	--

Essen und Trinken	38
--------------------------	-----------

Wissenswertes von A bis Z	46
----------------------------------	-----------

Adressen	46	Karten	51
----------	----	--------	----

Ärzte/Apotheken	46	Kinder	51
-----------------	----	--------	----

Baden	47	Kleidung	51
-------	----	----------	----

Menschen mit Handicap	47	Klima und Reisezeit	52
-----------------------	----	---------------------	----

Cartão Jovem	47	Lesben und Schwule	52
--------------	----	--------------------	----

Diplomatische Vertretungen	48	Notfall	53
----------------------------	----	---------	----

Einkaufen/Souvenirs	48	Öffnungszeiten	53
---------------------	----	----------------	----

Einreisebestimmungen	49	Post	53
----------------------	----	------	----

Elektrizität	49	Reklamationen	53
--------------	----	---------------	----

Feiertage	49	Telefonieren	53
-----------	----	--------------	----

Feste	50	Toiletten	54
-------	----	-----------	----

Fotografieren	50	Trinkgeld	54
---------------	----	-----------	----

Frauen	50	Wasser	54
--------	----	--------	----

Geld	51	Zeit	54
------	----	------	----

Information	51	Zeitungen/Zeitschriften	54
-------------	----	-------------------------	----

Internet	51	Zoll	54
----------	----	------	----

Großraum Porto 58**Porto** 59

Rund um die Kathedrale	84	Das Douro-Ufer bis zur Mündung	93
Rund um die Ribeira	86	Museen in Porto	95
Die Baixa	90	Spaziergang durch den Park von Serralves	97
Cordoaria-Viertel und nördliche Innenstadt	92		

Südlich von Porto 98

Vila Nova de Gaia	98	Santa Maria da Feira	108
Espinho	103	Arouca	111

Nördlich von Porto 112

Matosinhos	112	Póvoa de Varzim	119
Vila do Conde	114		

Minho 122

Guimarães	123	Póvoa de Lanhoso	145
Braga	134	Barcelos	147

Die Küste entlang 153

Apúlia	153	Vila Praia de Âncora	169
Fão/Ofir	153	Moledo do Minho	170
Esposende	155	Caminha	171
Viana do Castelo	157		

Den Rio Minho entlang 174

Vila Nova de Cerveira	174	Monção	178
Valença do Minho	176	Melgaço	181

Im Tal des Rio Lima 184

Arcos de Valdevez	184	Ponte de Lima	188
Ponte da Barca	186		

Nationalpark Peneda-Gerês 194

Gerês	198	Weitere Orte im Nationalpark	200
-------	-----	------------------------------	-----

Trás-os-Montes 202

Chaves	203	Bragança	212
Südlich und westlich von Chaves	208	Vinhais	218
Mirandela	209	Parque Natural de Montesinho	219

Den Rio Douro flussabwärts	222
Miranda do Douro	222
Torre de Moncorvo	226
Vila Nova de Foz Côa	227
Geführte Touren zu den Ritzzeichnungen im Côa-Tal	228
Penedono	230
Pinhão	232
Sabrosa	234
Peso da Régua	235
Lamego	238
Vila Real	242
Amarante	248

Kleiner Wanderführer für Nordportugal **254**

Wanderung 1	Trilhos dos Canos de Água	256
Wanderung 2	Entlang Vianas Küste	258
Wanderung 3	Durch die Serra de Arga	260
Wanderung 4	Zu den Mühlen von Parada	262
Wanderung 5	Rund um Entre-Ambos-os-Rios	263
Wanderung 6	Im Naturpark Lagoas	264
Wanderung 7	Der „Weg der Faulheit“	265
Wanderung 8	Zu den Aussichtspunkten rund um Gerês	266
Wanderung 9	Zum Gipfel des Calcedónia	268

Alle Wanderungen sind GPS-kartiert. Waypoint-Dateien zum Downloaden finden Sie unter: www.michael-mueller-verlag.de/gps

Etwas Portugisisch	270
Register	274

Kartenverzeichnis

Nordportugal Übersicht		vordere Umschlagklappe	
Großraum Porto		hintere Umschlagklappe	
Barcelos	150	Guimarães	127
Braga	138/139	Metroplan von Porto	67
Bragança	215	Porto	74/75
Chaves	206	Viana do Castelo	162/163
Durch den Park von Serralves	99	Vila do Conde	116
Espinho	106	Vila Real	245