

Portugal – Hintergründe & Infos

12

Die Regionen Portugals	16
Geschichte	24
Kunstgeschichte	57
Politik und Gesellschaft	63
Wirtschaft	69
Anreise	78
Unterwegs in Portugal	82
Übernachten	89
Essen & Trinken	93
Wissenswertes von A bis Z	108

Nordportugal

146

Der Minho	147
Der Alto Minho	148
Monção	148
Valença do Minho	150
Caminha	151
Moledo do Minho	152
Vila Praia de Âncora	153
Peneda-Gerês-Nationalpark	154
Wandern im Peneda-Gerês-Nationalpark	158
Das Tal des Rio Lima	163
Arcos de Valdevez	163
Ponte da Barca	164
Ponte de Lima	165
Viana do Castelo	167
Rio-Cávado-Mündung	174
Esposende	175
Fão/Ofir.	175
Apúlia	176
Barcelos	177
Braga	180
Guimarães.	188

Trás-os-Montes

196

Vila Real	197
Chaves	202
Vidago	206
Boticas	206
Carvalhelhos	206
Bragança	206
Montesinho-Naturpark	211
França	212
Montesinho	212
Rio de Onor	212
Jerusalém de Romeu	213
Miranda do Douro	214

Die Douro-Region

216

Vila Nova de Foz Côa	217
Penedono	220
Pinhão	221
Lamego	222
Peso da Régua	224
Amarante	225
Arouca	228
Santa Maria da Feira	229
Porto	231
Die Vorstädte Portos	253

Vila Nova de Gaia	253	Póvoa de Varzim	258
Matosinhos	255	Aguçadoura	260
Im Norden Portos	255	Im Süden Portos	260
Vila do Conde	255	Esplinho	260

Mittelportugal 262

Beira 264

Beira Interior	264	Coimbra	308
Guarda	265	Conímbriga	327
Rundfahrt über die Dörfer	272	Ausflüge rund um Conímbriga	328
Castelo Mendo	273	Mealhada	328
Almeida	274	Luso/Buçaco	328
Castelo Rodrigo	274	Barragem da Aguieira	331
Marialva	275	Von Coimbra nach Viseu	331
Trancoso	276	Penacova	331
Von Guarda durch das Hinter- land nach Castelo Branco	278	Côja	334
Belmonte	279	Piódão	334
Sortelha	281	Avô	336
Serra da Estrela	282	Viseu	336
Covilhã	284	Von Viseu nach Aveiro	343
Penhas da Saúde	286	Termas de São Pedro do Sul	343
Sabugueiro	287	Caramulo	345
Seia	287	Rundwanderung ab Caramulo	346
Gouveia	289	Aveiro	347
Wanderung nach Folgoso	292	Das Haff von Aveiro	354
Linhares	292	Costa Nova	355
Manteigas	293	Torreira	356
Wanderungen um Manteigas	294	Ovar	358
Castelo Novo	295	Die Küste entlang von Aveiro bis Figueira da Foz	360
Monsanto	296	Praia de Mira	361
Idanha-a-Velha	297	Praia da Tocha	363
Castelo Branco	299	Figueira da Foz	363
Beira Litoral	304	Buarcos	368
Von Castelo Branco nach Coimbra	305	Montemor-o-Velho	368
Lousã	305	Leiria	369
		São Pedro de Moel	374
		Batalha	376

Das Tejo-Tal 380

Oeste	381	Alcobaça	383
Der Weg durch den „wilden“ Westen	381	Nazaré	385
		São Martinho do Porto	388

Foz de Arelho	390	Fátima	411
Caldas da Rainha	391	Von Fátima	
Óbidos	396	durch das Land der Templer	414
Lagoa de Óbidos	400	Ourém	414
Peniche	400	Tomar	415
Berlenga-Inseln	404	Dornes	421
Ribatejo	406	Abrantes	422
Von den Höhlen in den Himmel:		Von Abrantes durch das Tejo-Tal	424
Ein Ausflug in die Serras	407	Constância	425
Porto de Mós	407	Castelo de Almourol	426
Parque Natural das		Golegã	427
Serras de Aire e Candeeiros	408	Santarém	430

Lissabon (Lisboa) und Umgebung 438

Praktische Informationen 442

Sehenswertes 479

In der Baixa und im Chiado	479	In Campo de	
In der Alfama und der Graça	482	Ourique und Amoreiras	490
In Santana/Avenida da Liberdade	485	In Alcântara	491
In den Avenidas Novas	486	In Belém und Ajuda	492
Im Bairro Alto	488	Im Osten Lissabons	498
In São Bento, Madragoa und Lapa	489		

Umgebung von Lissabon 501

Ausflug nach Almada	500	Praia das Maças/Azenhas do Mar	524
Costa do Estoril	501	Mafra	525
Estoril	501	Ericeira	526
Cascais	507	Südlich des Tejo	529
Praia do Guincho	513	Sesimbra	529
Sintra und Umgebung	514	Cabo Espichel	531
Queluz	514	Zwischen Sesimbra und Palmela	532
Sintra	515	Palmela	533
Cabo da Roca	523	Setúbal	534

Südportugal 540

Alentejo 542

Alto Alentejo	543	Marvão	548
Von Castelo de Vide nach Elvas	544	Portalegre	550
Castelo de Vide	544	Elvas	554

Über Schmugglerwege ins Marmortal	560	Costa Alentejana	604
Alandroal	560	Porto Covo da Bandeira	604
Vila Viçosa	562	Odeceixe	605
Borba	564	Vila Nova de Milfontes	607
Estremoz	565	Costa Vicentina	611
Zu Burgen, Teppichen und köstlichem Wein	567	Almogrove	611
Évoramonte	567	Odemira	612
Arraiolos	568	Barragem Santa Clara	614
Évora	570	Zambujeira do Mar	614
Steinzeitliche Kultstätten bei Évora	580	Durch den Campo Branco nach Beja	616
Monsaraz	581	Ourique	617
Baixo Alentejo	584	Castro Verde	618
Zwischen Sado und Sines	585	Beja	622
Alcácer do Sal	586	Von Wein, Fresken und Oliven: Der Norden des Distrikts	629
Comporta und Umgebung	590	Cuba	630
Torrão	591	Alvito	633
Grândola und Umgebung	593	Vidigueira	634
Centro Ciência Viva de Lousal	595	Moura	637
Wandern in der Serra da Grândola	595	An den Ufern des Stausees entlang	641
An der Küste westlich von Grândola	596	Alqueva-Staudamm	641
Baden an der Praia da Galé	596	Estrela	642
Baden an der Praia Aberta Nova	596	Luz	643
Lagoa de Melides	596	Mourão	643
Lagoa Santo André	597	Barrancos	644
Lagoa da Sancha	598	Entlang der Verteidigungslinie gegen die Spanier	648
Santiago do Cacém	598	Serpa	648
Sines	600	Mértola	652
		Parque Natural do Vale do Guadiana	656
Algarve			658
Ostalgarve (Sotavento)	658	Vorgelagerte Inseln	683
Vila Real de Santo António	658	Faro	684
Castro Marim	661	Faro-Strand (Praia do Faro)	691
Monte Gordo	663	Almancil	692
Westlich von Monte Gordo	664	Estói	693
Tavira	667	Das Hinterland im Osten	694
Die Umgebung von Tavira	676	Den Rio Guadiana entlang in den Alentejo	694
Santa Luzia	676	Alcoutim	695
Fuseta	677	Cachopo	696
Olhão	678	São Brás de Alportel	697
Naturpark Ria Formosa	682		

Loulé	699	Praia da Rocha	738
Die Umgebung von Loulé	702	Alvor	741
Querença	702	Alcalar	743
Salir	702	Silves	743
Die Umgebung von Salir	704	Serra de Monchique	749
Benafim	704	Caldas de Monchique	750
Alte	705	Monchique	751
Westalgarve (Barlavento)	708	Lagos	754
Quarteira	708	Praia da Luz	772
Olhos d'Água	711	Barão de São João	774
Albufeira	712	Die Küste zwischen	
Armação de Pêra	723	Lagos und Sagres	776
Küste zwischen Armação		Burgau	776
de Pêra und Portimão	725	Salema	776
Praia Albandeira	726	Vila do Bispo	780
Praia Marinha	726	Sagres	781
Benagil	726	Costa Vicentina	792
Carvoeiro	726	Carrapateira	792
Ferragudo	731	Aljezur	794
Portimão	733	Monte Clérigo	796
		Arrifana	796
Etwas Portugiesisch			797
Register			808