

# **Wissenswertes über Portugal**

<b>Zwischen Melancholie und Moderne</b>	12
<b>Steckbrief Portugal</b>	14
<b>Natur und Umwelt</b>	16
<b>Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik</b>	26
<b>Geschichte</b>	32
<b>Zeittafel</b>	42
<b>Gesellschaft und Alltagskultur</b>	44
<b>Architektur und Kunst</b>	52
<b>Frühzeit und Altertum</b>	52
<b>Frühchristen und Mauren</b>	52
<b>Romanik und Gotik / Manuelinischer Stil</b>	53
<b>Die Zeit der Gegenreformation</b>	55
<b>Die Baukunst des Barock</b>	55
<b>Klassizismus und Romantik</b>	57
<b>Architektur des 20. und 21. Jahrhunderts</b>	57
<b>Malerei der Moderne</b>	58
<b>Portugiesische Musik</b>	60
<b>Essen und Trinken</b>	62
<b>Kulinarisches Lexikon</b>	70

## **Wissenswertes für die Reise**

<b>Informationsquellen</b>	74
<b>Reise- und Routenplanung</b>	77
<b>Anreise und Verkehr</b>	83
<b>Unterkunft</b>	89
<b>Sport und Aktivurlaub</b>	92
<b>Einkaufen</b>	96
<b>Ausgehen</b>	97
<b>Gut zu wissen</b>	98
<b>Reisekasse und Reisebudget</b>	99
<b>Reisezeit und Reiseausrüstung</b>	100
<b>Gesundheit und Sicherheit</b>	101
<b>Kommunikation</b>	103
<b>Sprachführer</b>	104

# **Unterwegs in Portugal**

## **Kapitel 1 Lissabon**

<b>Auf einen Blick: Lissabon</b>	110
<b>Lissabons historisches Zentrum</b>	112
Rund um den Rossio	112
Baixa	115
Chiado	116
<b>Aktiv unterwegs: Nightlife am Tejo –</b>	
Streifzug durch die Szene	118
Vom Bairro Alto zum Cais do Sodré	119
<b>Die östliche Altstadt</b>	120
Mouraria	120
Graça	121
Alfama	125
<b>Der Westen Lissabons</b>	128
São Bento, Estrela, Campo de Ourique	128
Lapa, Alcântara, Belém	129
<b>Das moderne Lissabon</b>	138
Nördlich des Zentrums	138
Expo-Gelände	139
<b>Aktiv unterwegs: Metrofahrt durch eine unterirdische Kunstgalerie</b>	144

## **Kapitel 2 Lissabons Umgebung**

<b>Auf einen Blick: Lissabons Umgebung</b>	156
<b>Die Halbinsel von Setúbal</b>	158
Cacilhas	158
Costa da Caparica	158
Cabo Espichel	160
Sesimbra	161
Parque Natural da Arrábida	161
Azeitão	162
Setúbal	163
Reserva Natural do Estuário do Sado	166
Palmela	166

<b>Nördlich der Tejo-Mündung</b>	168
Palácio Nacional de Queluz	168
Estoril	168
Cascais	170
Prala do Guincho und Cabo da Roca	171
Sintra	172
<b>Aktiv unterwegs: Parque do Pena:</b>	
Wanderung durch den Garten Eden	174
<b>Ausflug an den Atlantik</b>	177
Mafra	177
Ericeira	179

## **Kapitel 3 Portugals Mitte**

<b>Auf einen Blick: Portugals Mitte</b>	182
<b>Estremadura und das Land der Klöster</b>	184
Peniche	184
Óbidos	186
Caldas da Rainha	187
Santarém	188
Den Tejo hinauf	188
Tomar	191
Ourém	194
Fátima	194
Serra de Aire	195
Batalha	195
Alcobaça	196
Nazaré	199
<b>Beira Litoral</b>	201
Leiria	201
Marinha Grande und die Küste	201
Conimbriga	202
Coimbra	202
Die Bergwelt um Coimbra	208
Am Atlantik in Richtung Norden	210
Aveiro	212
Costa da Prata	217
<b>Aktiv unterwegs: Birdwatching – Eine Tour durch das Haff</b>	218
<b>Beira Interior</b>	220
Caramulo	220
Viseu	220
Ein Abstecher Richtung Dourothal	222

Guarda	224
Serra da Estrela	225
Aktiv unterwegs: Skifahren in 2000 m Höhe	227
Belmonte	229
Historische Dörfer	230
Castelo Branco	232

## **Kapitel 4 Porto und die Douromündung**

<b>Auf einen Blick: Porto und die Douromündung</b>	236
<b>Porto</b>	238
Portos Zentrum	238
Ribeira	244
Westliche Altstadt	247
Westliche Vororte	249
Aktiv unterwegs: Ein nostalgischer Einkaufsbummel	252
Aktiv unterwegs: Eine Schifffahrt durch die Weinberge am Douro	257
<b>Portos Umgebung</b>	258
Von Porto nach Süden	258
Von Porto nach Norden	263

## **Kapitel 5 Der grüne Norden**

<b>Auf einen Blick: Der Grüne Norden</b>	268
<b>Im Zentrum des Minho</b>	270
Von Porto nach Guimarães	271
Guimarães	271
Auf dem Weg nach Braga	279
Braga	279
Barcelos	283
<b>Der Obere Minho</b>	286
Am Mündungsdelta des Rio Cávado	286
Viana do Castelo	287
Durch das Tal des Rio Lima	293
Aktiv unterwegs: Hoch über Viana – Wandern über Wasserleitungen	294
An der Küste nach Norden	297
Am Rio Minho	298
Aktiv unterwegs: Auf dem Pilgerpfad nach Ponte de Lima	299
Parque Nacional Peneda-Gerês	302

Aktiv unterwegs: Nationalpark Gerês – Wandern auf Weidepfaden	306
<b>Dourothal und Trás-os-Montes</b>	308
Den Douro hinauf	308
Amarante	309
Vila Real	311
Aktiv unterwegs: Mit der Dampflok durch das Dourothal	312
Peso da Régua	313
Lamego	314
Pinhão	317
Vila Nova de Foz Côa	317
Miranda do Douro	318
Bragança	319
Chaves	320

## Kapitel 6 Alentejo

<b>Auf einen Blick: Alentejo</b>	324
<b>Alto Alentejo</b>	326
Montemor-o-Novo und Umgebung	326
Évora	328
Monsaraz	333
Aktiv unterwegs: Auf der Weinstraße »Rota dos Vinhos do Alentejo«	334
Vila Viçosa	335
Elvas	336
Campo Maior	338
Estremoz	338
Évoramonte	339
Portalegre	339
Marvão	342
Castelo de Vide	343
Aktiv unterwegs: Archäologische Rundfahrt – Eine Reise in die Steinzeit	344
<b>Baixo Alentejo</b>	346
Alcácer do Sal	346
Alentejanische Costa Azul	348
Grândola	349
Von Grândola nach Sines	350
Sines	352
Von Sines an die Algarve	354
Beja	355

Moura	358
Serpa	359
Mértola	361

## **Kapitel 7 Algarve**

<b>Auf einen Blick: Algarve</b>	366
<b>Felsalgarve</b>	368
Sagres und Umgebung	368
Ausflug an die Costa Vicentina	370
Lagos	371
Alvor	375
Portimão	375
<b>Aktiv unterwegs: Bootsfahrt durch die Grotten der Algarve</b>	376
Die Küste entlang	378
Albufeira	380
Vilamoura	382
Die roten Felsstrände	382
<b>Sandalgarve</b>	384
Faro	384
Olhão	390
Naturpark Ria Formosa	391
Tavira	392
Vila Real de Santo António	396
Castro Marim	396
<b>Hinterland der Algarve</b>	397
Ein Ausflug den Guadiana hinauf	397
<b>Aktiv unterwegs: Radeln und Wandern am Rio Guadiana</b>	398
Serra do Caldeirão	399
Loulé	400
<b>Aktiv unterwegs: Per Rad durch stille Berglandschaften</b>	401
Durch die Landschaft des Barrocals	403
Alte	404
Silves	405
Serra de Monchique	406
<b>Register</b>	410
<b>Abbildungsnachweis/Impressum</b>	416

# Themen

Waldbrandbekämpfung mit Teilerfolgen	21
Portugals Energie aus Sonne, Wind und Wellen	25
Aufschwung im Beton verschwunden	28
Wettlauf in den reichen Orient – der Seeweg nach Indien	36
Frauenemanzipation à portuguesa	47
Golos und Goldene Pfeifen	48
Azulejos: Kunst auf Ton gebrannt	56
Literatur auf der Suche nach dem Menschsein	61
Bacalhau: Ein nationales Phänomen	64
Fado: Amália und ihre Töchter	127
Steingewordene Märchenwelten: die Manueinik	190
Neues Leben in alten Gemäuern	274
Inbrünstige Heiligenverehrung: Feste im Minho	290
Staudamm Alqueva – eine Hoffnung im Alentejo?	360
Maurisches Erbe in Alltag und Kultur	408

## Das Klima im Blick

Reisen verbindet Menschen und Kulturen. Wer reist, erzeugt auch CO<sub>2</sub>. Der Flugverkehr trägt mit bis zu 10 % zur globalen Erwärmung bei. Wer das Klima schützen will, sollte sich – wenn möglich – für eine schonendere Reiseform entscheiden. Oder die Projekte von atmosfair unterstützen: Flugpassagiere spenden einen kilometerabhängigen Beitrag für die von ihnen verursachten Emissionen und finanzieren damit Projekte zur Verringerung des CO<sub>2</sub>-Ausstoßes in Entwicklungsländern ([www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de)). Auch der DuMont Reiseverlag fliegt mit atmosfair!

nachdenken • klimabewusst reisen

**atmosfair**

# Alle Karten auf einen Blick

<b>Lissabon, Überblick</b>	111
Lissabon Innere City	122
Lissabon Übersicht	132
Lissabon Expo-Gelände	142
<b>Lissabons Umgebung, Überblick</b>	157
Rund um Lissabon	159
<b>Portugals Mitte, Überblick</b>	183
Coimbra	204
Aveiro	216
Beira Interior	223
<b>Porto und die Douromündung, Überblick</b>	237
Porto	242
Schiffsfahrt auf dem Douro: Routenkarte	257
Portos Umgebung	262
<b>Der Grüne Norden, Überblick</b>	269
Guimarães	272
Braga	282
Viana do Castelo	292
Hoch über Viana: Wanderkarte	295
Der Obere Minho	300
Nationalpark Gerês: Wanderkarte	306
Dourotai und Trás-os-Montes	310
<b>Alentejo, Überblick</b>	325
Alto Alentejo	328
Évora	332
Archäologische Rundfahrt: Routenkarte	344
Baixo Alentejo	350
Beja	356
<b>Algarve, Überblick</b>	367
Felsalgarve	370
Lagos	372
Grottenfahrt: Routenkarte	376
Faro	386
Durch Berglandschaften: Radkarte	401

► Dieses Symbol im Buch verweist auf die Extra-Reisekarte Portugal