Geschützte Gebiete

Alentejo

Barrancos

Parque de Natureza de Noudar
Geschützte Gebiete
Website: http://www.parquenoudar.com

Ausgeschilderte Strecken; Rundgänge mit Führung;

Der bei Barrancos direkt an der spanischen Grenze gelegene Naturpark von Noudar hat sich ein einzigartiges landschaftliches Ambiente bewahrt. Sämtliche agrarischen und forstwirtschaftlichen Aktivitäten erfolgen hier unter strengster Berücksichtigung des natürlichen Ökosystems.Dieser Naturpark, in dem Steineichenwälder vorherrschen, wird im Norden vom Fluss Ardila und im Süden vom Fluss Múrtega begrenzt. Im Zentrum dieses Areals erhebt sich die imposante Burg von Noudar gebieterisch über die Ebene. Gleichzeitig ist sie einer der besten Aussichtspunkte weit und breit. Aufgrund seiner vielfältigen Vegetation ist der Naturpark ein idealer Lebensraum für Hirsche und Wildschweine. Darüber hinaus lockt er die verschiedensten Vogelarten an: Mönchsgeier, Schwarzstörche, Kraniche, Heckensänger, Trauersteinschmätzer und Zilpzalp.Bei der Erkundung des Naturparks sollte man zunächst das "Interpretationszentrum" aufsuchen. Im ehemaligen Gehöft Monte da Coitadinha untergebracht, ist es bestens für den Empfang von Besuchern gerüstet; außerdem verfügt es über ein Restaurant und eine Bibliothek. In diesem Zentrum erhält man Auskunft über das vorhandene Wegenetz, das man entweder auf eigene Faust oder mithilfe digitaler Führer bzw. eines als Navigationssystem verwendbaren PDAs beschreiten kann. Die Pfade lassen sich zwar gut zu Fuß erkunden, doch werden vom Park auch geländetaugliche, umweltfreundliche Fahrzeuge bereitgestellt, zu denen etwa Fahrräder und "Noucars" (Fahrzeuge mit Solarantrieb) gehören. Es werden auch Führungen angeboten: Je nach den besonderen Interessen der Besucher stehen hierfür – nach Voranmeldung – sachkundige Spezialisten auf Gebieten der Ornithologie, Geologie, Botanik, Geschichte und Ethnographie zur Verfügung.

Castro Verde

Centro de Educação Ambiental de Vale Gonçalinho
Geschützte Gebiete
E-mail: lpn.cea-castroverde@lpn.pt Website: http://www.lpn.pt

Ausgeschilderte Strecken; Rundgänge mit Führung;

Das Umweltzentrum von Vale Gonçalinho ist obligatorischer Ausgangspunkt für einen Besuch des Vogelschutzgebiets von Castro Verde. Hier erhält man Informationen über die natürlichen Gegebenheiten der Region.Das als "Weißes Feld" bezeichnete, weitläufige Areal in der alentejanischen Ebene hat fast keinen Baumbestand und dient ganz der Getreideproduktion. Um Landwirtschaft und Vogelschutz in Einklang zu bringen, hat der portugiesische Naturschutzbund Liga de Protecção da Natureza das Programm "Lebensraum Castro Verde" verwirklicht, das sich über eine rund 1.700 Hektar große Fläche erstreckt. Das Jagen ist hier verboten; die Landwirtschaft hat mit traditionellen, die Umwelt schonenden Mitteln zu erfolgen. Dank dieser Initiative ist

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

die Gegend um Castro Verde nun eine der besten Vogelbeobachtungsstellen in ganz Portugal. Hier trifft man weltweit geschützte Arten wie die Großtrappe, die Zwergtrappe und den Rötelfalken an.Das Umweltzentrum von Vale Gonçalinho hält für seine Besucher eine Reihe didaktischer Aktivitäten parat; außerdem bekommt man dort wertvolle Informationen über die besten Beobachtungsposten im Vogelschutzgebiet und die geeignetsten Stellen für Naturphotographien. Ferner bietet das Zentrum den Verleih von Ausrüstungsgegenständen sowie Führungen an. Auch Umweltartikel und regionale Produkte werden ausgestellt. Schließlich gibt es noch ein Dokumentationszentrum und einen Bereich für Fachleute, die wissenschaftliche Studien in dieser Region durchführen.

Mértola

Parque Natural do Vale do Guadiana

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnvg

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 69.773 ha.; Höhe: Máx - 370; min - 9m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Der Naturpark breitet sich im Tal des Flusses Guadiana aus. Mal wird er von engen Ufern begrenzt, an denen Jahrhunderte alte Gezeitenmühlen stehen, mal fließt er eingezwängt zwischen steilen Hängen dahin, die von mediterraner Vegetation bedeckt sind und den Blick auf herrliche Naturlandschaften freigeben. Hier liegen Dörfer mit einem alten Kulturerbe, das sorgsam gepflegt wird.Am Nordrand des Parks stößt man inmitten einer unvergleichlich schönen Landschaft auf den Wasserfall Pulo do Lobo (“Wolfssprung”), an dem der Fluss den größten Höhenunterschied auf seinem Weg überwindet. Seinen Namen verdankt das Naturschauspiel der Tatsache, dass die Felsen auf beiden Ufern so nahe beeinander stehen, dass man fast glaubt, den Fluss mit einem Sprung überqueren zu können. Sie sollten es allerdings lieber nicht versuchen, denn es ist nicht so einfach, wie es auf den ersten Blick aussieht.In diesem Gebiet, das von den riesigen Ebenen geprägt wird, die sich von Corte Gafo bis zur Serra de Serpa erstrecken und als Weideland und zum Anbau von Getreide dienen, haben sich einzigartige Pflanzenspezies erhalten. Zu den seltensten Arten gehört der behaarte vierblättrige Klee oder auch Glücksklee, weil ihm Glück bringende Kraft zugeschrieben wird.Auf zahlreichen Wanderwegen, die vom Park empfohlen werden, können Sie das Landschaftsschutzgebiet zu Fuß erkunden. Im Sommer sollten Sie sich allerdings vor der Hitze in Acht nehmen, denn immerhin befinden Sie sich hier in dem Gebiet mit den höchsten Temperaturen und den meisten Sonnenstunden in Portugal. Als erfrischende Alternative bietet sich eine Kanufahrt auf dem Rio Guadiana an.Egal, zu welcher Jahreszeit Sie hierher kommen – zwei Orte müssen Sie sich unbedingt anschauen. Da ist einmal Serpa, ein von einer Stadtmauer aus dem 14. Jahrhundert umgebenes Städtchen mit engen, malerischen Gassen, in dem ausgezeichnete Käse hergestellt werden, und zum anderen die Museumsstadt Mértola. Unter den in den Ausgrabungstätten gefundenen Stücken aus römischer, westgotischer und islamischer Zeit war auch ein islamischer Keramikteller des 11. Jahrhunderts mit der Abbildung eines Greifvogels, der als Vorbild für das Logo des Naturparks diente.Wer sich für Industriearchäologie interessiert, kann den stillgelegten Minenkomplex von São Domingos im gleichnamigen Gebirge besichtigen, ein ehemals sehr bedeutendes Zentrum des Kupferpyritabbaus.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Odemira

Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnsacv

Unterkunft in einem Landhaus: Casas-retiro de Aljezur Serro do Mosqueiro, 8670-056 Aljezur Telf. +351 96 325 65 81 E-mail: info@carpe-vita.com www.carpe-vita.com; Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 75.000 ha.; Höhe: Máx - 156m; min - 0m; Profundidade máx - 50m;

Der Naturpark Südwest-Alentejo und Vicentinische Küste, der sich auf einer Länge von über 100 km von Porto Covo im Alentejo bis nach Burgau an der Algarve erstreckt, ist der am besten erhaltene Küstenstreifen in Europa, in dem zahlreiche einzigartige Tier- und Pflanzenarten ihren Lebensraum haben.Aus diesem Grund kommen auch viele Zoologen und Botaniker aus aller Welt hierher. Das Landschaftsbild wird beherrscht von den zerklüfteten Steilküsten, die auch im Logo des Parks dargestellt sind. Entstanden sind sie im Laufe der Zeit durch Erosion, und sie faszinieren mit ihrer Formen- und Farbenvielfalt.Hier begegnet man vielen Vogelarten wie den seltenen Fischadlern. Die größte Aufmerksamkeit gilt jedoch den Weißstörchen, die weltweit nur an dieser Küste in Meeresklippen nisten. Eine weitere Seltenheit sind die Otter, denn der Naturpark ist der einzige Ort in Portugal und eines der letzten Gebiete in Europa, in dem sie im Lebensraum Meer anzutreffen sind. Nirgendwo sonst in Portugal findet man auch eine so große Anzahl an besonders schützenswerten Pflanzen. Zu ihnen zählen einige endemische Arten, die so interessante Namen wie Biscutella vicentina oder Plantago almogravensis tragen.Die bei Surfern sehr beliebten Strände gehören zu den schönsten des Landes. Die Auswahl ist riesig und reicht von ausgedehnten Sandstränden bis hin zu kleinen Buchten, die versteckt zwischen Steilküsten und Felsen liegen. Wir können nicht alle nennen, deswegen hier stellvertretend nur ein paar Namen: Porto Covo, Malhão, Vila Nova de Milfontes, Almograve, Monte Clérigo, Arrifana und Praia do Amado. Wer Lust hat, kann viele andere, fast völlig unberührte Strände entdecken; er sollte allerdings gut zu Fuß sein und auch vor kleinen Kletterpartien nicht zurückschrecken, denn nicht immer sind die Strände leicht zugänglich.Im äußersten Südwesten des Parks sollten Sie das Kap São Vicente mit dem Leuchtturm besuchen, nach dem dieser Teil der Küste benannt ist, und natürlich auch der benachbarten Landzunge Ponta de Sagres einen Besuch abstatten, auf der Infante D. Henrique, bekannt als Heinrich der Seefahrer, im 15. Jahrhundert seine berühmte Seefahrerschule errichtete.

Portalegre

Parque Natural da Serra de São Mamede

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnssm

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 29.694 ha.; Höhe: Máx - 1.025m; min - 350m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Im Gebirge von São Mamede entdecken wir einen Alentejo, der so gar nicht dem gewohnten Bild entspricht. Statt weiter, trockener Ebenen erwartet uns eine üppig grüne Berglandschaft, in der Spuren menschlicher Besiedelung aus verschiedenen geschichtlichen Epochen zu finden sind.Der 1.025 m hohe Gipfel des Gebirges ist die höchste Erhebung südlich des Tejo und gleichzeitig ein traumhafter Aussichtspunkt. Das Gebirge funktioniert als natürliche “Kondensationsbarriere” und hat ein

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

feuchtes Mikroklima entstehen lassen, in dem größere Niederschlagsmengen als in den umliegenden Gebieten zu verzeichnen sind, so dass sich eine dichte, artenreiche Pflanzendecke entwickeln konnte. Im Norden wird die Vegetation bestimmt von Eichen und Kastanienbäumen, während im Süden Kork- und Steineichenwäldchen vorherrschen.Um dieses Schutzgebiet zu erkunden, empfiehlt der Park fünf Wanderwege, auf denen Sie die abwechslungsreiche Pflanzenwelt bewundern und seltene Raubvögel wie den Gänsegeier, die Hühnerweihe und den Bonelli-Adler, das Symboltier des Parks, beobachten können. Wenn Sie Glück haben, entdecken Sie vielleicht auch die Wildschweine und Hirsche, die hier wieder heimisch geworden sind, nachdem man sich erfolgreich bemüht hat, ihnen ihren Lebensraum zurück zu geben.Wer eher am architektonischen Erbe Interesse hat, kommt an einem Abstecher in die vielen mittelalterlichen Städtchen wie Castelo de Vide, Alegrete und Marvão ebenso wenig vorbei wie an der Besichtigung von Portalegre. In dieser bedeutendsten Stadt der Region stehen nicht nur viele Adelssitze und Klöster, die ihr ein vornehmes Aussehen verleihen, sondern sie ist auch Sitz der Wandteppichmanufaktur, in der wahre Kunstwerke angefertigt werden. Nach so viel Kultur brauchen Sie eine Stärkung, und darum sollten Sie die schmackhaften regionaltypischen Gerichte probieren. Zu den berühmtesten gehören geschmortes Lamm, gebratenes Zicklein und Süßes wie die Kuchenspezialität Boleima und Sericaia, ein Eierpudding, der mit Pflaumen aus Elvas serviert wird.

Rio Maior

Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnsac

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 39.900 ha.; Höhe: Máx: 678m;

Der größte Reichtum des Naturparks verbirgt sich tief im Innern des Aire- und Candeeiros-Gebirges. Das Kalkmassiv ist ein Paradies für Höhlenliebhaber, denn im Erdinnern warten wunderschöne Höhlen darauf, entdeckt zu werden. Das Wasser und die Zeit haben hier erstaunliche Gesteinsformationen entstehen lassen. Einige der Höhlen wie die von Santo António, Moeda, Mira d'Aire und Alvados sind erschlossen und können besichtigt werden.An der Erdoberfläche sieht man weder Bäche noch Flüsse, nur hier und da ein paar Felsen in der rauen Landschaft. Dennoch zeichnet sich die Tierwelt durch eine große Artenvielfalt aus. So gibt es allein 18 Fledermausarten (die Fledermaus ist auch das Symboltier des Parks), die in den zahlreichen Höhlen ideale Lebensbedingungen vorfinden.Unweit von Rio Maior befinden sich die Salinen, in denen man die mühevolle Arbeit der Salzgewinnung aus Sole beobachten kann, die hier noch nach den gleichen Methoden wie schon vor über achthundert Jahren betrieben wird.An der Ostflanke des Aire-Gebirges, ca. 10 km von Fátima entfernt, kann man die weltweit größte und bedeutendste Fundstelle von Sauropodenspuren aus dem mittleren Jura (175 Mio. Jahre alt) bewundern. Einige der ungefähr 20 Dinosaurierfährten, die durch Zufall in einem ehemaligen Steinbruch, der "Pedreira do Galinha", gefunden wurden, sind über 100 m lang. Die hier gefundenen Fußspuren sind nicht nur die deutlichsten, sondern mit einer Länge von 95 cm und einer Breite von 70 cm auch die größten bekannten Abdrücke, die uns einen Eindruck von den Ausmaßen der größten Lebewesen vermitteln, die jemals die Erde bevölkert haben.Zur Erkundung des Schutzgebietes stehen 16 vom Park empfohlene Wanderwege zur Verfügung. Wer das Gebiet auf originellere und bequemere Weise kennen lernen möchte, lässt sich einfach auf dem Rücken eines Esels durchs Gebirge tragen.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Solche Touren werden von Freizeitunternehmen vor Ort angeboten.

Santiago do Cacém

Reserva Natural das Lagoas de Santo André e da Sancha

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnlsas

Fläche des Parks: 5.274 ha;

Das Naturschutzgebiet der Lagunen von Santo André und Sancha, im Alentejo, nimmt einen Teil der Küste der Kreise Sines und Santiago do Cacém und einen 15 Kilometer breiten Meeresbereich vor der Küstenlinie ein.Das Naturschutzgebiet besteht aus der Lagune von Santo André, der mit etwa 500 Hektar größten Lagune der Alentejo-Küste, und der kleineren Lagune von Sancha (15 Hektar). Sein Schutzstatut erkennt den hohen ökologischen Wert dieser beiden Feuchtgebiete und ihrer Umgebungen an, zu denen auch der Dünengürtel, der sie vom Ozean trennt, und der anschließende Meeresstreifen gehören.Das Vorkommen von Süß- und Brackwasser führt zu einer unterschiedlichen Reihe von aquatischen und Ufer-Ökosystemen, zu denen kleine Sumpfgebiete, Weidengebüsch, Röhrichte, Binsengebüsch, Moorheide und Feuchtlandschaften gehören.Diese Naturbedingungen ziehen viele Vögel an, die hier zu Jahreszeiten verbleiben, in denen andere Gebiete schon ganz oder teilweise trocken sind, weshalb Sommerende/Herbstbeginn die beste Zeit für ihre Beobachtung ist. An der Lagune von Santo André sieht man einige Vogelarten in viel größerer Anzahl als irgendwo sonst in Portugal, wie das Blässhuhn und die Kolbenente oder den Teichrohrsänger, das Symbol des Schutzgebiets. An der Lagune von Sancha ist dagegen eine Nistkolonie von Purpurreihern hervorzuheben, sie ist auch ein von der Kolbenente gewählter Zufluchtsort.Dieses Schutzgebiet von großer Naturschönheit bietet ausgezeichnete Bedingungen für verschiedene Aktivitäten wie Wanderungen, Kanufahrten oder Windsurfen, oder man kann einfach umherschlendern und sich in der Sonne auf den ausgedehnten Sandstränden der Küste von Santo André und Fonte do Cortiço, gleich nebenan, entspannen.

Algarve

Olhão

Parque Natural da Ria Formosa

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnrf

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 17.664 ha.; Höhe: Máx - 26m; min - 0m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Die Ria Formosa, ein international bedeutendes Feuchtgebiet, besteht aus einem Labyrinth von Kanälen, Inseln, Sumpfgebieten und Sandbänken, das sich über eine Länge von 60 km, genauer gesagt zwischen den Stränden von Garrão und Manta Rota, an der Algarveküste erstreckt.Seine vielfältigen Ökosysteme ziehen die unterschiedlichsten Tiere an, darunter natürlich auch zahlreiche Vogelarten. Eine der seltesten Spezies ist die Purpurralle, das Symboltier des Parks, die nur in diesem Teil des Landes anzutreffen ist. Wenn Sie diesen Vogel mit dem prächtigen Federkleid bewundern und alles über das

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Schutzgebiet erfahren möchten, beginnen Sie Ihre Besichtigung mit einem Besuch des Zentrums für Umwelterziehung von Marim. Dort erhalten Sie Hinweise zu den am besten geeigneten Wanderwegen und den Unterständen, in denen Sie sich verstecken können, um die verschiedenen Spezies in ihrem natürlichen Umfeld zu beobachten. Der Park organisiert außerdem Ausflüge mit einer alten Barke, die ursprünglich zum Tunfischfang eingesetzt wurde.Eines der freundlichsten und zutraulichsten Tiere, denen Sie hier begegnen, ist der portugiesische Wasserhund. Dabei handelt es sich um eine langhaarige Hunderasse, die den Fischern früher bei der Arbeit half; die Hunde tauchten zu den Netzen und brachten die Fische, die sich darin verfangen hatten.Neben dem Fischfang gehören die Salzgewinnung und das Sammeln von Weich- und Schalentieren zu den traditionellen Arbeiten der Bewohner der Ria, denen es nie an Einfallsreichtum und handwerklichem Können mangelte. So entstanden die Rezepte für köstliche gastronomische Spezialitäten wie Fischsuppe und Reis mit Taschenmessermuscheln, die Sie in den Restaurants am Meer probieren können.Wer die Sonne und das Meer liebt, für den sind die Inseln der Ria Formosa ein wahres Paradies. In der Reihenfolge von West nach Ost sind dies Faro, Barreta, Culatra, Armona und Tavira, deren ausgedehnte Strände fast menschenleer sind. Den krönenden Abschluss Ihres Ausflugs bildet eine Besichtigung der weißen Stadt Cacela Velha und ihrer sehenswerten Baudenkmäler. Steigen Sie auf die Festung hinauf und genießen Sie den Rundblick auf die herrliche Landschaft, in der die verschiedenen Blauschattierungen von Ria, Meer und Himmel miteinander verschmelzen.

Vila Real de Santo António

Reserva Natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnscmvrsa

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 2.089 ha.; Höhe: Máx - 50m; min - 0m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Nachdem er von seiner Quelle in Spanien bis hierher ca. 850 km zurück gelegt hat, verzweigt sich der Rio Guadiana kurz vor seiner Mündung bei Vila Real de Santo António in viele Arme und Kanäle, die sich auf der Uferebene ausbreiten und Seen, Sümpfe und Salinen bilden, die vielen verschiedenen Spezies einen Lebensraum bieten.Dieses Sumpfgebiet, das man unter dem Namen Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António kennt, war das erste Naturschutzgebiet, das auf dem portugiesischen Festland eingerichtet wurde. Fische, Weich- und Schalentiere finden hier ideale Bedingungen zur Fortpflanzung vor und können geschützt heranwachsen, bevor sie sich auf ihre abenteuerliche Reise zum Meer begeben. Das ganze Jahr über kann man Vögel wie Weißstörche, Flamingos und natürlich Stelzenläufer beobachten, die am zahlreichsten vertreten sind und daher zum Symboltier des Naturschutzgebietes ausgewählt wurden.Wer den vom Informationszentrum vorgeschlagenen Routen folgt, entdeckt eine andere Algarve, fernab überfüllter Strände, in der die Ruhe nur durch das Gezwitscher und Geschrei der Vögel unterbrochen wird. Die Fuß- und Radwanderwege führen Sie zu den Salinen, die ca. ein Drittel der unter Naturschutz stehenden Fläche einnehmen und die lange Zeit hindurch die Haupteinnahmequelle der Region waren. In vielen Salinen wird das Salz auch heute noch nach alten handwerklichen Traditionen gewonnen. Das so entstandene Produkt erhält ein Qualitätssiegel des Naturparks.In den trockeneren Gebieten herrscht die Landwirtschaft vor. Hier wachsen Johannisbrot-, Feigen- und Mandelbäume, Baumsorten also, die charakteristisch sind für die Algarve und die

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Grundzutaten für die köstlichen, regionaltypischen Süßigkeiten wie D.Rodrigo und Morgado liefern.Zum Abschluss Ihres Besuches sollten Sie auf die Burg von Castro Marim steigen, denn von dort oben können Sie das Naturschutzgebiet aus einer anderen Perspektive betrachten und den Blick über die Stadt Vila Real de Santo António schweifen lassen, die im 18. Jahrhundert nach für die damalige Zeit ausgesprochen innovativen Bauplänen entstand.

Azoren

Ilha de São Miguel

Centro Ambiental do Priolo
Geschützte Gebiete

Ausgeschilderte Strecken; Rundgänge mit Führung;

Das im Naturreservat Parque Florestal da Cancela do Cinzeiro innerhalb der Sonderschutzzone Pico da Vara/Ribeira do Guilherme gelegene "Umweltzentrum des Azorengimpels" hat sich zum Ziel gesetzt, diesen kleinen Singvogel in seinem Lebensraum zu schützen. Der Azorengimpel gilt als die gefährdetste und zweitseltenste Vogelart Europas: Man trifft ihn nur noch in den Gemeindebezirken Nordeste und Povoação im Osten der Insel São Miguel an.Die auch dem Empfang von Besuchern der Sonderschutzzone dienende Einrichtung wurde von der portugiesischen Gesellschaft für die Erforschung der Vögel (SPEA) in Zusammenarbeit mit der regionalen Waldschutzbehörde und dem Amt für Umwelt- und Meeresfragen ins Leben gerufen. Das Umweltzentrum umfasst zwei Gebäude, in denen interaktive Ausstellungen über die heimische Fauna und Flora gezeigt werden. Des Weiteren gibt es einen Shop, Erholungsflächen und eine Bar, an der man sich einen Drink oder regionale Spezialitäten genehmigen kann.Im Freien verfügt der Parque Florestal do Cinzeiro über eine Pflanzung einheimischer Arten und über einen kleinen Garten mit endemischen Gewächsen, die für die Wälder der Azoren in ihrer ursprünglichen Form typisch sind. Hier können die Besucher an den vom Umweltzentrum angebotenen Aktivitäten teilnehmen oder auf den verschiedenen Pfaden durchs Gelände wandern und sich dabei in der Bestimmung der vorhandenen Arten versuchen.

Ilha do Faial

Vulcão dos Capelinhos - Faial
Geschützte Gebiete

Capelinhos-Vulkan - FaialDie "Capelo-Halbinsel", auf der der Capelinhos-Vulkan liegt, entstand durch den Austritt von Lava aus einer Reihe von Vulkanen, die entlang einer Erdspalte in Richtung Westnordwest-Ostsüdost angeordnet sind.Der letzte dieser aneinander gereihten Vulkane ist der Capelinhos, der von 1957 bis 1958 aktiv war. Der Ausbruch begann mit gewaltigen Explosionen unter der Meeresoberfläche in der Nähe der Capelinhos-Inselchen. Die Gesteinsbrocken und Lavaströme, die dabei ausgestoßen wurden, formten eine kleine Insel, die allmählich größer wurde, bis sie schließlich mit Faial verbunden war. Seitdem ragt der einstmals unterseeische Vulkan aus dem Meer.Der Leuchtturm und die Überreste einiger Häuser, die bei dem Vulkanausbruch zerstört wurden, betonen noch die Dramatik dieser auf den Azoren einzigartigen Landschaft.Im Capelinhos-Vulkan nistet regelmäßig die Brandseeschwalbe. Auf den erstarrten Lavaströmen an etwas feuchteren Standorten siedeln sich ganz allmählich Flechten und einige für die

Reserva Natural Regional Ilhéu de Vila Franca
Geschützte Gebiete

Regionales Naturschutzgebiet Ilhéu de Vila FrancaDie Ilhéu de Vila Franca wurde 2004 zum regionalen Naturschutzgebiet erklärt.Entstanden ist das Inselchen durch einen unterseeischen Vulkanausbruch, der einen fast kreisrunden Krater mit einem Durchmesser von ca. 150 m hinterlassen hat. An einer Stelle ist der Kraterrand abgesackt, sodass eine Verbindung zum Meer entstanden ist.Die Insel besteht aus der Ilhéu Pequeno (kleine Felseninsel) und der Ilhéu Grande (große Felseninsel). Sie ist ein wichtiges Brut- und Rastgebiet für einige Seevögel wie den Gelbschnabel-Sturmtaucher und die Brandseeschwalbe. Zu den Pflanzen, die sich hier angesiedelt haben, zählen Gagelstrauch und Baumheide. Im Wasser leben viele verschiedene Arten von Algen und wirbellosen Tieren.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Küstenvegetation typische Spezies an.

Centro de Portugal

Arganil

Paisagem Protegida da Serra do Açor

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-prot/ppsa

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 346 ha.; Höhe: Máx - 1.012m; min - 400m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Ein Bestandteil des Landschaftsschutzgebietes Açor-Gebirge in der Nähe von Arganil ist die Mata da Margaraça, ein europaweit sehr bedeutsames Bioreservat. Die Schieferhänge dieses Waldgebietes sind noch heute üppig bewachsen mit den letzten Resten der ursprünglichen Pflanzendecke, die in den Gebirgsregionen Mittelportugals überall beheimatet war und andernorts längst zerstört wurde.Die reine Gebirgsluft und die angenehme Kühle, für die das im Überfluss vorhandene Wasser sorgt, laden an heißen Sommertagen zu ausgedehnten Wanderungen oder Fahrradtouren ein. Das Açor-Gebirge ist Quellgebiet vieler Flüsse; ihr Plätschern begleitet uns auf Schritt und Tritt, und überall entdecken wir kleine Seen oder Uferstrände. Eines der landschaftlich zauberhaftesten Fleckchen erwartet uns am Wasserfall von Fraga da Pena, wo das Wasser sechzig Meter in die Tiefe stürzt und sich in einem wunderschönen Naturschwimmbecken sammelt.Zu den typischen Vertretern der Tierwelt gehören neben dem Habicht (“açor”), jenem Raubvogel, der dem Gebirge seinen Namen gegeben hat und Symboltier des Landschaftsschutzgebietes ist, der Waldkauz und der Sperber. Außerdem leben hier eine ganze Reihe von Säugetieren wie Wildschwein und Iltis sowie eine Vielzahl an wirbellosen Tieren, darunter ca. 240 verschiedene Schmetterlingsarten.Auf dem Pflichtprogramm eines jeden Besuchers sollte das Historische Dorf Piódão stehen, das sich sanft an die Gebirgshänge schmiegt. Die Häuser dieser Ortschaft mit ihren engen und steilen Gässchen wurden aus dem Schiefer und den Steinplatten erbaut, die im Açor-Gebirge im Überfluss vorhanden sind. In dem Dorf können Sie regionale Produkte, vor allem den Honig und den Schnaps, probieren und Körbe oder Holzlöffel kaufen, die von einheimischen Handwerkern angefertigt werden.

Aveiro

Reserva Natural das Dunas de São Jacinto

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rndsj

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 666 ha; Höhe: Máx - 17m; min - 2m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Eine schwer definierbare Landschaft zwischen Land und Meer, Stränden und Sümpfen, Süß- und Brackwasser, Heimat wertvoller Arten. Ein Ausflug, den man nicht so schnell vergisst.Der Naturpark Dünen von São Jacinto liegt am äußersten Südende der Landzunge, die den Nordausläufer der Ria von Aveiro vom Atlantischen Ozean trennt. Er umfasst eine Fläche von etwa 700 ha und gehört zur Gemeinde São Jacinto, in ungefähr 50 km Entfernung zur Bezirkshauptstadt Aveiro.Der Naturpark ist ein Küstengebiet mit festen Dünen und Wanderdünen, Pinienwäldern und Süßwasserteichen, für manche Tierarten nur ein Ort für einen kurzen Aufenthalt, für die

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Wasserzugvögel jedoch ein Platz zum überwintern.Das Schutzgebiet besteht aus 3 höchst unterschiedlichen Zonen: dem Dünenbereich, den wilder Vegetation, der wiederum seinerseits in einen Pinien- und Akazienwald übergeht, der Ende des letzten Jahrhunderts zur Befestigung der Dünen gepflanzt wurde. In dessen Innerem befinden sich die Süßwasserteiche, die Zufluchtstätten für die Entenvögel [Anatidae] der Ria von Aveiro und die Reiher. Der größte dieser Teiche, der "Pateira" genannt wird, wird von gleich mehreren Wasservogelarten während der Winterzeit besucht.Das Info-Zentrum, veranstaltet geführte Wanderungen und empfiehlt Ihnen, den Naturentdeckungspfad. Im Hauptbüro des Naturparks befindet sich eine interessante Sammlung an maßstabsgerechten Nachbildungen der typischen Boote der Ria, die von Handwerkern aus São Jacinto gebaut wurden. Der Naturpark besitzt auch eines dieser typischen, farbenfrohen Boote, die "Moliceiro" genannt werden. Es nimmt auch heute noch alljährlich an der Regatta der Moliceiros teil, die die Ria während des Sommers mit Leben erfüllt.

Castelo Branco

Geopark Naturtejo da Meseta Meridional

Geschützte Gebiete

Website: http://www.naturtejo.com

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 4.625 Km2; Höhe: 40 m2 - 1.227 m2; Verfügt über Hotelunterkunft; Rundgänge mit Führung; Bus; Bahnhöfe;

Lernen Sie den ersten portugiesischen, von der Unesco anerkannten Geopark kennen. Der Geopark Naturtejo, Exponent des Naturtourismus im Centro de Portugal, lädt Sie dazu ein, 16 Geo-Stätten und ein Gebiet mit einem wertvollen natürlichen, geschichtlichen und kulturellen Erbe kennenzulernen.Reisen Sie bis zu 600 Millionen Jahre zurück, wenn sie die Ichnofossilien von Penha Garcia ansehen. Schlendern Sie durch Monsanto, das portugiesischste Dorf, und durch die ehemals römische und westgotische Stadt Egitânia, und entdecken Sie darüber hinaus die spektakulären Burgen und Komtureien.Machen Sie eine Bootstour, besuchen Sie den Naturpark Tejo Internacional, beginnen Sie bei den Portas de Ródão und lassen Sie sich von den Geiern, Schwarzstörchen und Kaiseradlern, den bunten Bienenfressern, den singenden Nachtigallen, den brünstigen Hirschen und der blühenden Vegetation überraschen.Wenn man die 6 Kreise, die zum Geopark gehören, durchquert, lernt man auch Gebräuche, Legenden, Geschichten, altertümliche Rituale und die Freundlichkeit ihrer weisen Bewohner kennen und genießt die Düfte und Geschmacksrichtungen der regionalen Gastronomie. Erfreuen Sie sich an den verschiedenen kulturellen Ausdrucksweisen an hervorragenden Orten und am Kunsthandwerk, das von den geschickten Händen talentierter Künstler hergestellt wird.

Parque Natural do Tejo Internacional

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnti

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 27.968 ha.; Höhe: Máx - 383 m; min - 120 m;

Der Tejo ist der größte Fluss, der durch Portugal fließt. Er entspringt in Spanien und hat bereits eine lange Wegstrecke zurückgelegt, bis er portugiesisches Gebiet erreicht. Dort bildet er zunächst einmal auf 50 km Länge die natürliche Grenze zwischen den beiden Ländern – und genau dieses Gebiet wurde zum Naturpark erklärt - , bis er seinen Weg bis zur Mündung in der Nähe von Lissabon (Oeiras) fortsetzt.Der Naturpark umfasst Teile der Kreise Castelo Branco und Idanha-a-Nova und dehnt sich auf einem Gebiet aus, in dem die Berge der Region Centro allmählich in die Ebenen des Alentejo übergehen. Hier erwarten uns die tief eingeschnittenen Flusstäler des Tejo und seiner Nebenflüsse (Pônsul, Erges und Aravil) mit schroffen, dramatischen Steilhängen, in denen einige der 154 im Naturpark festgestellten Vogelarten nisten. Diese Gegend eignet sich hervorragend für Vogelbeobachtungen; neben dem Schwarzstorch, der hier in ganzen Kolonien lebt und Symboltier des Parks ist, sieht man auch Adler und Uhus. Wer seinen Urlaub aktiver und ereignisreicher gestalten möchte, hat die Wahl zwischen Wanderungen oder BMX-Touren, Klettern oder Kanufahrten und vielen anderen Aktivitäten.Dieses bedeutsame Schutzgebiet verdankt einen Teil seiner großen Vielfalt der Tatsache, dass der Mensch hier im Einklang mit der Natur lebt und seinen Tätigkeiten nachgeht, vor allem der Landwirtschaft und der Schäferei. Die regionalen Produkte sind von ausgezeichneter Qualität. Reiner Honig, Olivenöl, hausgemachtes Brot und Käse werden nach traditionellen Methoden hergestellt und können direkt beim Erzeuger gekauft werden.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Coimbra

Reserva Natural do Paul de Arzila

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnpa

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 535 ha; Höhe: Máx - 88m; min - 6m;

Das Naturschutzgebiet Paul de Arzila wurde eingerichtet, um ein weltweit als schützenswert eingestuftes Sumpfgebiet des Flusses Cernache unweit des Mondego zu erhalten. Der abgegrenzte Bereich der Landschaft, der Teile der Kreise Coimbra, Condeixa und Montemor-o-Velho umfasst, schließt die drei Abzugsgräben “dos Moinhos”, “do Meio” und “da Costa” sowie ein Waldgebiet ein.Wie das Wort “Paul” (Sumpf) im Namen schon sagt, handelt es sich um ein Auengebiet, das in erster Linie durch seinen großen Wasserreichtum gekennzeichnet ist und in dem sich eine äußerst abwechslungsreiche Pflanzengesellschaft entwickelt hat, die wiederum sehr viele Tierarten anzieht. Zu ihnen gehören einige Vögel wie Enten und verschiedene Reiher, die hier brüten. Besonders häufig trifft man den Purpurreiher an, der auch zum Symboltier des Parks erkoren wurde.Einige Vögel haben hier ihren natürlichen Lebensraum, manche kommen nur zu bestimmten Jahreszeiten und wieder andere machen auf ihrem Zug in den Süden im Paul da Arzila Station, weil sie Ruhezonen und Nahrung finden.Sie benötigen zwei Stunden, um das Landschaftsschutzgebiet zu erkunden. Beginnen Sie mit einem Besuch des Informationszentrums und folgen Sie dem empfohlenen, ca. 3 km langen Rundweg.

Figueira de Castelo Rodrigo

Área Protegida Privada da Faia Brava

Geschützte Gebiete

E-mail: geral@atnatureza.pt Website: http://www.atnatureza.org

Das private Schutzgebiet Faia Brava im Tal Vale do Côa, ein rauer Ort voll ursprünglichem Leben, besitzt Nistorte und Futtergebiete für eine Reihe der wichtigsten Felsnister des Sonderschutzgebiets Vale do Côa. Diese Zone besitzt ebenfalls eine wichtige Gruppe geschützter und in der Region sehr seltener Habitate wie einen Teil des ausgedehnteren Korkeichengebiets des Distrikts Guarda.Faia Brava wird von einer Reihe von Grundstücken auf einem 5 Kilometer langen Streifen entlang des höchsten Steilhangs des Flusses Côa gebildet und umfasst etwa 600 Hektar in den Gemeinden Algodres im Kreis Figueira, Castelo Rodrigo und Cidadelhe im Kreis Pinhel. Dieses Schutzgebiet ist Eigentum von ATN – Associação Transumância e Natureza (Vereinigung Wanderviehzucht und Natur), welche die Werte der Natur und der biologischen Vielfalt durch ein Modell nachhaltiger Verwaltung erhalten, aufwerten, kennenlernen und verbreiten will.Damit Sie Ihren Besuch bei Faia Brava voll und ganz ausnutzen können, macht die Associação Transumância e Natureza Führungen, bei denen Sie die Steilhänge des Rio Côa, das größte Korkeichengebiet der Gegend, die alten Häuser und Pfade, einen traditionellen Taubenschlag und Greifvögel wie den Gänsegeier, den Königsadler, den Habichtsadler, den Schmutzgeier oder den Schwarzstorch bewundern können.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Manteigas

Parque Natural da Serra da Estrela

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnse

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 101.060 ha.; Höhe: Máx - 1.993m; min - 300m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Der Naturpark Serra da Estrela ist das größte Schutzgebiet Portugals. Er liegt im zentralen Gebirgsmassiv auf einem nach Nordosten geneigten Hochplateau, in das die vielen Flüsse, die - wie beispielsweise Mondego und Zêzere - hier entspringen, tiefe Täler gegraben haben.Riesige Felsen prägen das Landschaftsbild. Einigen von ihnen hat der Volksmund wegen ihrer eigentümlichen Form Namen wie "Kopf der Alten" oder "bauchiger, schlanker und flacher Krug" gegeben. Auf einem der vielen Wanderwege werden Sie sie bestimmt entdecken.Da es sich bei dem Gebirge um die höchste Erhebung auf dem portugiesischen Festland handelt, kommt es hier naturgemäß zu ergiebigen Niederschlägen, und zwar nicht nur in Form von Regen, sondern oft auch als Schnee, sodass sogar Wintersport möglich ist..Bei der Wahl eines Symbols für den Naturpark entschied man sich für ein Eiskristall – eine Anspielung sowohl auf die klimatischen Besonderheiten als auch auf die eiszeitliche Entstehung des Gebirges, von der neben dem Zêzere- und Unhais-Tal auch Höhlen und ca. 25 Seen zeugen.Auf den ausgedehnten Weideflächen grasen große Schafherden, die von einer hier eigens gezüchteten Hunderasse, dem Cão da Serra da Estrela, bewacht werden. Diesen imposanten Hütehunden machen auch niedrige Temperaturen nichts aus. Aus der Milch der Schafe entsteht das bekannteste Produkt der Region, der berühmte Bergkäse „Queijo da Serra", der nach alt überlieferten Rezepturen durch den Zusatz von Kardenblüten als Lab hergestellt wird. Nachdem Sie den leicht cremigen, gelben Käse mit dem hausgemachten Brot probiert haben, werden Sie sicher einen Vorrat mit nach Hause nehmen wollen. Es gibt ihn ganzjährig zu kaufen, aber im Februar und März, wenn in zahlreichen Orten der Region Märkte stattfinden, ist die Sortenauswahl am größten.

Penamacor

Reserva Natural da Serra da Malcata

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnsm

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 16.347 ha; Höhe: Máx - 1.078m; min - 425m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Der Hauptgrund für die Ausweisung des Malcata-Gebirges zum Naturschutzgebiet bestand darin, den Iberischen Luchs und sein Habitat zu erhalten. Bei dieser Raubkatze handelt es sich um eine Spezies, die nur auf der Iberischen Halbinsel anzutreffen ist. Sie ist sehr viel kleiner als ihre eurasischen Artgenossen und an den schwarzen Haarbüscheln an seinen dreieckigen Pinselohren zu erkennen. Bevorzugtes Habitat des Iberischen Luchses sind abgeschiedene Orte fernab menschlicher Siedlungen mit dichter Bodenvegetation, wo er seine Hauptbeute, Wildkaninchen und Hasen, jagen kann.Es ist eher selten, dass man einen Iberischen Luchs zu Gesicht bekommt, aber dafür können Sie sicher einige der vielen anderen Tierarten beobachten, die im Naturschutzgebiet leben. Neben Säugetieren sind dies zahlreiche Raubvögel wie der Mönchsgeier, dessen Flügel eine Spannweite von über drei Metern erreichen können.Das Naturschutzgebiet liegt zwischen den Ortschaften Penamacor und Sabugal in einem kaum besiedelten Gebiet, das sich durch seinen dichten Bewuchs

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

auszeichnet. Es sind hauptsächlich Heidekraut und Ginster, die hier gedeihen und deren Blüten einen herrlichen Duft verströmen. An den Ufern der zahlreichen Wasserläufe, die wie die Flüsse Côa, Bazágueda und Meimoa durch das Gebiet fließen, kann man entspannen und sich ausruhen.Auf den von der Parkverwaltung empfohlenen Wanderwegen können Sie die Landschaft erkunden. Wer mehr Action möchte, kann natürlich auch mit dem BMX-Rad durch die Gegen fahren oder Kanufahrten unternehmen.

Peniche

Reserva Natural das Berlengas

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnb

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 9.560 ha.; Höhe: Máx - 94m; min - 0m; Profundidade máx: 555m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Die Peniche vorgelagerten Berlengas bestehen aus 3 Inselgruppen, den Estelas, den Farilhões und der Hauptinsel Berlenga, die 10 km vor der Küste liegen. In diesem fast völlig unberührten Naturrefugium hat sich eine üppige Pflanzendecke erhalten, die sich durch eine große Artenvielfalt auszeichnet. Unter anderem wachsen hier einzigartige Spezies wie die Armeria berlegensis und die Herniaria berlengiana, deren Namen bereits auf ihre Herkunft schließen lassen.Für viele Vögel sind die Inseln der ideale Nistplatz oder ein Rastplatz auf ihrem Wanderzug. Am häufigsten sieht man Möven, die überall anzutreffen sind, aber man kann auch bedrohte Spezies wie die Trottellumme beobachten. Sie ähnelt einem kleinen Pinguin und ist das Symboltier des Naturschutzgebietes, zu dem außerdem ein bedeutendes, 985 ha großes Meeresschutzgebiet mit einer artenreichen Fauna zählt.Die Berlenga ist die größte Insel des Archipels und als einzige ganzjährig bewohnt, allerdings nur, um den Betrieb des Leuchtturms sicherzustellen und das Naturschutzgebiet zu überwachen, das ansonsten völlig von der Außenwelt abgeschlossen ist. Von Mai bis Oktober gibt es eine tägliche Schiffsverbindung von Peniche aus. Falls Sie zu einer anderen Tageszeit oder außerhalb der Saison auf die Insel gelangen möchten, können Sie sich von kleinen Booten übersetzen lassen – ruhiges Meer vorausgesetzt.Wer absolute Ruhe sucht, für den ist die Berlenga-Insel genau das Richtige, denn hier dürfen sich nur maximal 350 Personen gleichzeitig aufhalten. Wanderwege führen Sie zu den Grotten und der Festung São João Baptista und an Orte, die dazu einladen, die atemberaubende Landschaft einfach nur auf sich wirken zu lassen.

Torres Novas

Reserva Natural do Paul do Boquilobo

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnpb

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 530 ha.; Höhe: Máx - 22m; min - 16m;

Der ca. 6 km von Golegã entfernt gelegene Paul do Boquilobo ist eine Schwemmebene mit Sumpf- und Feuchtgebieten. Das Leben hier richtet sich nach dem jeweiligen Wasserstand der benachbarten Flüsse Tejo und Almonda, die das Schwemmland überfluten.Das Landschaftsbild wird bestimmt von einem verzweigten Netz aus Wassergräben, die von Wasserpflanzen bedeckt sind, und von den Weiden an ihren Ufern, in denen der

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Silberreiher (das Symboltier des Parks) sein Nest baut. Die größte Reiherkolonie der Iberischen Halbinsel beginnt alljährlich ab Februar/März mit dem Nestbau und bleibt den Sommer über in dem Schutzgebiet. In der beeindruckenden Stille des Paul de Boquilobo hat man Gelegenheit, die verschiedenen Zugvögel, die zu unterschiedlichen Jahreszeiten das Gebiet bevölkern, in aller Ruhe zu beobachten.Nicht nur Reiher sind hier anzutreffen. Ungefähr 200 Vogelspezies, in erster Linie Wasservögel, kommen in den Paul do Boquilobo, den die UNESCO aus gutem Grund zu einem Biosphärenreservat erklärt hat.Innerhalb des Naturschutzgebietes leben keine Menschen, aber das umliegende Gelände, das von der Feuchtigkeit profitiert, weist sehr fruchtbare Böden auf, die sich hervorragend für die Landwirtschaft und als Weideland eignen. Nicht selten begegnet man im Naturschutzgebiet Pferdeherden, die auf den Wiesen grasen oder einfach nur durch das Gelände traben.Da während der Brutzeiten einige Wege gesperrt oder nur bedingt benutzbar sein können, raten wir Ihnen, sich vor Ihrem Besuch mit der Verwaltung des Naturschutzgebietes in Verbindung zu setzen. Sie bietet geführte Besichtigungen an, kann Ihnen aber auch Hinweise zum Wanderweg geben, wenn Sie das Gebiet lieber auf eigene Faust erkunden möchten.

Lisboa Region

Alcochete

Reserva Natural do Estuário do Tejo

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnet

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 14.192 ha; Höhe: Máx - 11m; Profundidade máx - 10m; Rundgänge mit Führung;

Von seiner Quelle in der Serra de Albaracin in Spanien bis zur Mündung in der Nähe von Lissabon legt der Tejo 1.100 km zurück. Er ist der längst Fluss, der durch Portugal fließt.Sein Mündungsgebiet vor den Ostteilen der Stadt Lissabon ist so breit, dass man es auch als “Mar da Palha”, Strohmeer, bezeichnet. Das nördlich von Alcochete gelegene Naturschutzgebiet ist das größte Feuchtgebiet Portugals und zählt zu den zehn bedeutendsten Feuchtgebieten Europas. Als Naturschutzgebiet wurde es ausgewiesen, um die Seezugvögel zu schützen, die hier Station machen. Während der Vogelflugzeit rasten mehr als 120.000 Vögel im Mündungsgebiet, vor allem Säbelschnäbler; über 20% der gesamten Population im westeuropäischen Raum legen hier einen Zwischenstopp ein.Vor allem jedoch sind es die rosa gefiederten Flamingos, die die Landschaft prägen. Beim Anblick dieser Vögel, die im Sommer zu Hunderten die Sümpfe um Alcochete nahe der portugiesischen Hauptstadt bevölkern, fühlen wir uns immer wieder in sehr viel südlichere Gefilde versetzt.Das Tejo-Naturschutzgebiet erstreckt sich bis zum Marschland von Vila Franca de Xira, auf dem die Stiere und die Pferde für den portugiesischen Stierkampf gezüchtet werden. Andere traditionelle Berufsstände, die heute im Aussterben begriffen sind, haben ihre Spuren hinterlassen: die Salinen von Samouco und die Gezeitenmühlen in Seixal, die gegenwärtig zu Ökomuseen umgebaut werden.Man kann das Naturschutzgebiet auf den markierten Wegen zu Fuß, per Rad oder mit dem Auto erkunden. Wer das Gelände aus einem anderen Blickwinkel betrachten möchte, hat die Möglichkeit, einen Ausflug mit einem der typischen „Fragatas“ oder „Varinas“ zu unternehmen, jenen Barkschiffen, die früher Personen und Waren über den Fluss transportierten.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Costa de Caparica

Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa de Caparica

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-prot/ppafcc

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 1.594 ha.; Höhe: Máx - 111m; min - 0m;

Die Arriba Fóssil ("fossile Küste") besteht aus mehreren Schichten von Sedimentfelsen, die zu den bedeutendsten in ganz Westeuropa zählen und im Pliozän vor ca. 10 Mio. Jahren entstanden sind. Zur damaligen Zeit reichte das Meer bis an die Steilküste heran, aber im Laufe der Zeit zog es sich immer weiter zurück, bedingt durch die Verschiebung der tektonischen Platten und das Erdbeben von 1755, bei der die von Dünen dominierte Küstenebene entstand. Da die Dünen drohten, weiter ins Landesinnere vorzudringen, ließ König João V. im 18. Jahrhundert einen Wald, den sogenannten „Mata dos Medos", anpflanzen. Der Wald hat nichts Gefährliches an sich, denn das Wort „medo" bedeutet in diesem Fall nicht wie sonst üblich „Angst", sondern „Düne".Heute ist der Wald, in dem hauptsächlich Pinien und Mastixbäume wachsen, ein Pflanzenschutzgebiet, in dem Sie schöne Spaziergänge auf markierten Wanderwegen unternehmen können.Am späten Nachmittag, wenn die Felsen in allen Goldtönen schimmern, entfaltet die bizarr geformte Steilküste ihre ganze Schönheit. Die Erosion hat im Laufe der Zeit die steilen Felswände so geformt, dass einige Raubvögel wie Mäusebussard und Schleiereule darin Zuflucht finden. Wer es den Vögeln gleichtun und einen weiten Rundblick über die Landschaft genießen möchte, steigt zum Kapuzinerkloster hinauf. Vom dortigen Aussichtpunkt reicht der Blick in Richtung Norden bis zum Sintra-Gebirge und in Richtung Süden bis zum Kap Espichel.Die Hauptattraktion der Costa da Caparica sind die ausgedehnten Sandstrände, die besonders bei den Einwohnern von Lissabon und Umgebung beliebt sind und sich über eine Strecke von ca. 10 km erstrecken. Hier kann man diverse Wassersportarten betreiben oder einfach nur in der Sonne liegen und entspannen. Für Abwechslung und Unterhaltung sorgen die vielen Restaurants und Bars, die bis spät in die Nacht geöffnet haben.

Mafra

Centro de Recuperação do Lobo Ibérico

Geschützte Gebiete

E-mail: crloboiberico@ciencias.ulisboa.pt Website: http://lobo.fc.ul.pt/

Öffnen: Samstags, Sonntags und FeiertageWinter (Oktober-April) - 14:30-18:30Erster Besuch - 15:00, Zweiter Besuch - 16:30.Sommer (Mai-September) - 15:30-20:00Erster Besuch - 16:00; Zweiter Besuch - 18:00.(Die Touren werden geführt und haben eine Laufzeit von ca. 1:30 Uhr)HINWEIS: Die Beobachtung der Tiere ist schwieriger, an den Tagen der hohen Temperaturen.; Rundgänge mit Führung; Parkplatz; Toiletten;

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Setúbal

Parque Natural da Arrábida

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnar

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 10 821 ha.; Höhe: Máx - 499m; min - 0m (até 100m profundidade mar); Rundgänge mit Führung;

Der zwischen Setúbal und dem Fischerort Sesimbra am Meer gelegene Naturpark von Arrábida zeichnet sich durch seine unvergleichlich schöne Landschaft aus, in der das Blau des Meeres, das strahlende Weiß der Kalkfelsen und das Grün der dichten Vegetation, die das Gebirge überzieht, ein wunderschönes Bild ergeben.Eine der Hauptsehenswürdigkeiten des Parks sind der dichte Bewuchs und der Pflanzenreichtum. Hier findet man eine der wenigen Macchien, die es in Portugal gibt, und die Sicherung ihres Erhalts war der Hauptbeweggrund, warum Arrábida als Naturerbe von internationalem Rang eingestuft wurde. Um die Macchie vor der Zerstörung zu bewahren, ist der Zutritt zu bestimmten Gebieten nur in Begleitung eines von der Parkverwaltung empfohlenen Führers erlaubt. Einige Firmen mit spezieller Genehmigung bieten Outdoor-Aktivitäten wie Höhlenerkundungen, Tauchen und Klettern an.Wer mehr über die Fauna und Flora wissen möchte, findet entsprechende Informationen im Ozeanografischen Museum, das im Fort Nossa Senhora da Arrábida nahe dem Strand von Portinho untergebracht ist. Fast direkt gegenüber liegt das kleine Felsinselchen „Pedra da Anixa“, das wegen seiner Unterwasservegetation zum zoologischen Schutzgebiet erklärt wurde.Innerhalb des Parks liegen neben der Serra da Arrábida noch weitere Erhebungen wie die Serra do Risco mit der höchsten Küste auf dem portugiesischen Festland. Dabei handelt es sich um eine imposante Klippe, die 380 m steil ins Meer abstürzt und unvergleichliche Blicke auf den Atlantik eröffnet.Am Fuße des Gebirges umspült das glasklare Meer eine ganze Reihe feinsandiger Strände wie die von Figueirinha, Galapos und Portinha da Arrábida, die man so eigentlich nur an der Mittelmeerküste vermuten würde.Auch die Franziskanermönche liebten diese Gegend. Zwischen dem 16. und dem 19. Jahrhundert bewohnten sie das Kloster, das noch heute zu sehen ist, und meditierten in den Kapellen, die in der Einsamkeit des Gebirges verstreut liegen. Arrábida ist geradezu prädestiniert für die land- und weidewirtschaftliche Nutzung. Hier entstehen Produkte von außergewöhnlicher Qualität. Zu ihnen gehören die Weine, die man am besten kennen lernt, wenn man der Weinroute der Costa Azul folgt. Sie führt in das nette Städtchen Azeitão, in dem Sie auch gleich noch ein paar der köstlichen Käse probieren können.

Reserva Natural do Estuário do Sado

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/r-nat/rnes

Unterkunft in einem Landhaus: Carrasqueira A Cabana do Pai do Tomás CCI n.º 3700 Carrasqueira, 7580-613 Comporta Tel: +351 265 532 996/ 79 - Fax: +351 265 539 663 E-mail: acabanadopaidotomas@mil-andancas.pt www.mil-andancas.pt/pages/cabana; Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 23.160 ha.; Höhe: Máx - 36m; min - 0m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Der Fluss Sado entspringt im Vigia-Gebirge nahe Beja und fließt auf seinem Weg in Richtung Norden durch die Ebenen des Alentejo, um dann nach 180 km bei Setúbal ins Meer zu münden. Sein Mündungsgebiet beginnt in der Nähe von Alcácer do Sal in einem sehr fruchtbaren Feuchtgebiet, dessen Landschaft von den terrassenförmig angelegten Reisfeldern und von den Nestern der Weißstörche geprägt ist, die hoch oben auf den Kirchtürmen oder Strommasten thronen. Diese eleganten Vögel, die sich als Nistplatz immer die höchsten Stellen aussuchen, sind eine von über 200 Vogelarten im Mündungsgebiet des Sado, das zu ihrem Schutz den Status eines Natur- und Sonderschutzgebietes erhalten hat.Die freundlichsten Bewohner des Naturschutzgebietes, die auch in seinem Logo dargestellt werden, sind die Delfine. In Europa sieht man diese Tiere nur noch selten in ihrem natürlichen Habitat. Im Sado jedoch lebt eine bedeutende Kolonie von großen Tümmlern. Ihren portugiesischen Namen „roazes-corvineiros“ haben ihnen die Fischer gegeben, weil sie ihre Netze zernagen („roer“) und sich hauptsächlich von Rabenfischen („corvinas“) ernähren. Nutzen Sie die Gelegenheit zu einer Bootsfahrt, auf der Sie einige dieser verspielten Säugetiere beobachten können.Die Natur hat dieses Gebiet reich beschenkt mit Gaben, die der Mensch sich zu Nutze machen kann. Das Sonderschutzgebiet umfasst einen Eichenwald, der Kork liefert, Pinienwälder, in denen die Pinienkerne gesammelt werden, aus denen beliebte regionale Süßigkeiten hergestellt werden, und Salinen, die heute zwar stillgelegt sind, aber Jahrhunderte lang für die Wirtschaft der Region von großer Bedeutung waren.Von einer sehr alten Industrie zeugen Becken, in denen Fisch gepökelt wurde. Besichtigen können Sie sie in der römischen Ausgrabungsstätte bei Tróia. Die Halbinsel Tróia mit ihren weißen Sanddünen und sanften Wellen ist ein herrlicher Badeort und der ideale Ausgangspunkt zur Erkundung der schönen Region.

Sintra

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Parque Natural de Sintra-Cascais

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnsc

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 14.583 ha; Höhe: Máx: 528 m; min: 0 m;

Das Cabo da Roca, der westlichste Punkt des europäischen Festlandes, von dem unsere Vorfahren glaubten, dies sei der Ort “wo das Land endet und das Meer beginnt”, zählt zu den spektakulärsten Sehenswürdigkeiten im Naturpark Sintra-Cascais. Die senkrechten Steilklippen ragen fast 100 m hoch aus dem Meer und eröffnen fantastische Ausblicke auf die Landschaft. Wenn Sie schon einmal hier sind, dann lassen Sie sich Ihren Besuch mit einer Urkunde bestätigen.Wer sich für Geologie interessiert, sollte sich auch die anderen interessanten Felsformationen anschauen, die es in dieser Region gibt, z.B. die versteinerten Dünen in Magoito und Oitavos, die Karstfelder in der Nähe des Cabo Raso (Cascais) und die „lebende“ Steilküste von Azenhas do Mar, auf der ein malerisches Dorf errichtet wurde.Auch die Dinosaurier haben hier ihre Spuren hinterlassen. An der fast senkrecht abfallenden Klippe südlich der Praia Grande befindet sich eine bedeutende Fundstelle mit 11 Fährten und einzelnen Fußabdrücken.Die Praia Grande ist nur einer der vielen Strände, die sich an dem zum Naturpark gehörenden Küstenabschnitt aneinander reihen. Die Strände von Adraga, Samarra, die Praia das Maçãs und der Guincho-Strand liegen in einem für die Gegend charakteristischen Dünensystem. Hier herrschen ideale Bedingungen für Windsurfer, Surfer und Bodyboarder, aber auch Ruhesuchende kommen an der Küste auf ihre Kosten.Im Norden des Gebirges trifft man im Landesinnern auf eine weitgehend ländliche Region mit kleinen Dörfern, in denen der Wein von Colares produziert wird. Ein typisches Merkmal dieses Gebietes sind die Trockenmauern um die Felder und Äcker, die den rauen Meereswind abhalten sollen.Beherrscht wird die Landschaft jedoch vom üppig grünen Sintra-Gebirge, dessen eigenes Mikroklima den Naturpark zu etwas ganz Besonderem macht. Die angenehme Kühle und die vielen verschiedenen Düfte, die in der Luft liegen, lassen einen Spaziergang durch das Gebirge zu einem unvergesslichen Erlebnis werden. Sie können sich auf eigene Faust aufmachen oder aber einem der vom Park empfohlenen Wanderwege folgen, die beispielsweise zum bescheidenen Kapuzinerkloster aus dem 16. Jahrhundert oder zur Wallfahrtskapelle Peninha führen, die auf einem Berg nahe der Küste errichtet wurde, von dem man ein wunderbares Panorama genießt.Sintra war der bevorzugte Sommersitz der Könige, des Adels und reicher Bürger. Das bedeutende bauliche Erbe und seine harmonische Einbettung in die Natur haben die UNESCO veranlasst, Sintra als Kulturlandschaft in die Liste des Welterbes aufzunehmen.

Porto und der Norden

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Arouca

Geoparque de Arouca

Geschützte Gebiete

Website: http://www.geoparquearouca.com

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 328 km2; Rundgänge mit Führung;

Der Geopark Arouca, der auf insgesamt 328 Quadratkilometern das ganze Gebiet des gleichnamigen Kreises umfasst, wurde 2009 in Anerkennung der Bedeutung seines geologischen Erbes vom Europäischen Netz der Geoparks mit Unterstützung der UNESCO ausgewiesen. Es befinden sich dort 41 Geo-Stätten mit einzigartigen Charakteristiken und einem bemerkenswerten wissenschaftlichen Wert, aus denen drei mit internationaler Bedeutung hervorzuheben sind - die Pedras Parideiras von Castanheira, die Trilobites Gigantes von Canelas und die Ichnofossilien von Vale do Paiva.Der Geopark Arouca liegt in einer gebirgigen Gegend, seine höchsten Punkte befinden sich in den Gebirgen Serra da Freita und Serra de Montemuro mit teilweise über 1000 Meter Höhe. Dieses Gebiet wird von Flüssen mit kristallklarem Wasser durchquert wie dem Arda, dem Paiva und dem Paçô, die in manchmal sehr engen Tälern fließen. Diese Natureigenschaften bieten ausgezeichnete Bedingungen für verschiedene Aktivitäten wie Kanufahren, Felsklettern oder Rafting, das in den Wasserschnellen des Rio Paiva einen der besten Orte in Portugal hat.Damit man diese herrlichen Landschaften voll und ganz genießen kann, hat der Geopark ein enges Fußwegenetz festgelegt (13 kleine Touren und eine große Tour). Neben der großen Vielfalt an Flora und Fauna kann man auch einzigartige Orte wie Frecha da Misarela kennenlernen, einen Wasserfall, bei dem der Rio Caima aus etwa 75 Meter Höhe hinunterstürzt, oder sich an Spuren der Bergwerkstätigkeit in der Region erfreuen - die römischen Goldminen und der Abbau von Wolfram durch Engländer und Deutsche während des 2. Weltkriegs.Im Hinblick auf das kulturelle und historische Erbe ist das Kloster von Arouca zu erwähnen, das auf die Entwicklung dieser Gegend einen großen Einfluss hatte und sogar in der Gastronomie seine Merkmale hinterlassen hat mit Rezepten für Süßspeisen, die noch heute sehr geschätzt werden, wie die barrigas de freira, castanhas und morcelas doces oder die roscas und charutos de amêndoa (Süßspeisen aus Eiern, Zucker, Mandeln). Bei den Hauptgerichten sticht in dieser Region Kalbsbraten oder ein Stück Rindfleisch der einheimischen Rasse hervor, die passenderweise "arouquesa" heißt.

Braga

Parque Nacional da Peneda-Gerês

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/pnpg

PAN Park Der Naturpark Parque Nacional da Peneda Gerês ist als PAN Park zertifiziert. Diese Auszeichnung wurde nur 11 europäischen Naturparks verliehen, welche mindestens 20.000 Hektar umfassen müssen und deren naturbelassene Gebiete („wilderness area“) mindestens 10000 Hektar betragen müssen, so dass Fauna und Flora sich frei entfalten können. Die zertifizierten Parks müssen eine nachhaltige Tourismusstrategie vorweisen, die Maßnahmen zur Erhaltung der Natur und Biodiversität einkalkuliert, Strategien zur Kontrolle der Besucheranzahl beinhaltet und eine Zertifizierung der touristischen Anbieter vornimmt.; Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 70.290 ha; Höhe: Máx: 1.545m; min - 140m; Verfügt über Hotelunterkunft; Rundgänge mit Führung;

Im äußersten Nordwesten Portugals liegt zwischen den Regionen

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Alto Minho und Trás-os-Montes das einzige als Nationalpark ausgewiesene Schutzgebiet des Landes, das sich aus dem Peneda- und dem Gerês-Gebirge zusammensetzt. Es ist eine eigene kleine Welt für sich, in der der Mensch im völligen Einklang mit der Natur lebt und arbeitet und in der, wie in den Gemeinschaftsdörfern Pitões das Júnias und Tourém, alte Werte und Traditionen gepflegt werden.Eine üppige Vegetation, die in allen Grünschattierungen schimmert, bedeckt das Gebirge. Hier findet man den einzigen Stechpalmenwald auf portugiesischem Boden und endemische Spezies wie die Gerês-Lilie, die mit ihren Blüten den Wiesen blau-violette Farbtupfer aufsetzt. Flüsse durchqueren das sehr gebirgige Gelände – mal stürzen sie in Wasserfällen in die Tiefe, mal kommen sie in den Stauseen der Talsperren wie Caniçada, Vilarinho das Furnas oder Portela do Homem zur Ruhe. Die Landschaften rauben dem Betrachter den Atem.Wenn Sie die Augen aufmerksam offen halten, dann gelingt es Ihnen vielleicht, ein Reh (das Symboltier des Parks) oder seinen Jäger, den Iberischen Wolf, zu erspähen. Häufiger sieht man die „garranos“, wilde Ponys, die frei durch die Berge galoppieren. Wahrscheinlich begegnen Sie auch den Barrosã-Rindern und den Hunden der Rasse Castro Laboreiro, die man an ihrem dunklen Fell erkennt. Sie bewachen die Herden, die je nach Jahreszeit auf den Sommerweiden („brandas“) oder Winterweiden („inverneiras“) grasen.Sie wollen überschüssige Energie loswerden? Auch hierfür gibt es jede Menge Möglichkeiten, zum Beispiel beim Canyoning oder Kanufahren. Wenn Sie nur wandern möchten, folgen Sie der gewundenen, gut erhaltenen Römerstraße und bewundern die fast zweitausend Jahre alten Meilensteine. Oder Sie entscheiden sich für einen anderen Weg, auf dem Sie an Hünengräbern, mittelalterlichen Burgen oder Klöstern und Kirchen vorbei kommen, die sich perfekt in die Landschaft einfügen.

Bragança

Parque Natural de Montesinho

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnm

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 74.229 ha.; Höhe: Máx - 1.486m; min - 438m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Das gesamte Gebiet wird von beschaulicher Ländlichkeit geprägt. Besonders spürbar wird die ländliche Idylle in den Dörfern, deren traditionelle Schiefer- oder Granithäuser sich so perfekt der Natur anpassen, dass man sie kaum entdeckt.Sanft abgerundete Hügel mit tief eingeschnittenen Flusstälern, die von Pappeln, Erlen, Weiden, riesigen Pyrenäen-Eichenwäldern, Kastanienbäumen und Stechpalmen gesäumt werden, bestimmen die Landschaft in diesem Park.Mit dem Boden und dem Klima wechselt auch das Erscheinungsbild: während die Landschaft im Westen noch von den Meereswinden beeinflusst wird und grünt und blüht, wird sie zum Osten hin unter dem Einfluss des Kontinentalklimas immer karger. Die höchsten Erhebungen des Parks sind das Coroa-Gebirge (1273 m) und das Montesinho-Gebirge (1486 m), in denen vor allem im Sommer immer eine leichte, erfrischende Brise weht.Auf den Hochebenen dominieren Schiefer- und Kalk, während ganz oben im Montesinho-Gebirge der Granit überwiegt. Diese geologische Vielfalt hat ebenso wie die verschiedenen Klimazonen dazu geführt, dass sich hier eine sehr artenreiche Vegetation entwickeln konnte, in der Tiere wie der Wolf, das Wildschwein, das Reh, der Hirsch und ca. 240 andere Spezies ihr ideales Habitat gefunden haben.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Esposende

Parque Natural do Litoral Norte

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnln

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 440 ha; Höhe: Máx - 20m; min - 0m;

Der Naturpark Litoral Norte wird von Flüssen und dem Meer begrenzt. Etwa über 18 km reihen sich zwischen der Mündung des Flusses Cávado und dem Ort Apúlia große weiße Dünen aneinander. Hier und da wächst auf ihnen eine karge Vegetation, die verhindert, dass der Sand davongetragen wird. Die Dünen sind eine natürliche Barriere für den Wind, der vom Atlantik her weht und ihnen ihre Form gibt. Ebenso sorgen sie dafür, dass das Meer die Felder nicht überschwemmt.Die Landschaft in ihren sanften und ausgewogenen Farben erscheint am späten Nachmittag in warmes Licht getaucht und ist so eine der schönsten Regionen der portugiesischen Küste. Die hier typischen Windmühlen, die einst Getreide mahlten, gehören zur natürlichen Umgebung. Heute dienen sie zur Unterkunft im Sommer.Der Naturpark Litoral Norte bietet eine der hauptsächlichen Bademöglichkeiten im Norden des Landes. Die Strände mit klaren Wasser sind weitgehend menschenleer und laden zu einem ausgiebigen Spaziergang ein, um neue Kräfte zu sammeln.Wenn Sie ein Stück weit ins Landesinnere fahren, können Sie das gesamte Naturschutzgebiet kennenlernen. Atmen Sie im Pinienwald von Ofir die klare Waldluft in vollen Zügen! Folgen Sie dem Fußweg des Naturparks, entlang dem Fluß Cávado. Dort lassen sich Zugvögel wie Graureiher, Seeschwalbe, Stockente und Silbermöwe beobachten.Das Besondere der Felder in diesem Gebiet ist, dass sie mit „sargaço" gedüngt werden, vom Meer an die Strände gespülter Seetang. Das Einsammeln des Seetangs war in dieser Region lange Zeit traditionell Männerarbeit. Bis heute steht der Algensammler „Sargaceiro da Apúlia" für die hier heimische Folklore.

Macedo de Cavaleiros

Geopark Terras de Cavaleiros

Geschützte Gebiete

E-mail: geral@geoparkterrasdecavaleiros.com Website: http://www.geoparkterrasdecavaleiros.com

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 700 km2; Rundgänge mit Führung;

Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo

Geschützte Gebiete

Website: http://www.azibo.org/

vorhandene Einrichtungen: Bar, Waschräume, für jeden zugängliche Rettungsausrüstungen, Wasserqualitätskontrolle, Picknick-Gelände. Zufahrt: ab Macedo de Cavaleiros über die IP4, Strände in weniger als 1 km Entfernung. Folgen Sie der Beschilderung in Richtung Stausee (Albufeira) und Santa Combinha. Die Nationalstraße EN 216 (Estrada Nacional) führt zum Informationszentrum und Museum.; Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 4897 ha; Höhe: 602 m;

Entdecken Sie das Landschaftsschutzgebiet Albufeira do Azibo im Nordosten der Provinz Trás-os-Montes.Die Talsperre im Bezirk Macedo de Cavaleiros wurde Anfang der achtziger Jahre erbaut. In dem großen Wasserresservoir konnte sich ein Ökosystem entwickeln, in dem zahlreiche Zugvögel leben, die ihrerseits ganzjährig viele Ornithologen und Naturliebhaber anziehen. Das bedeutende Landschaftsschutzgebiet ist Bestandteil des ökologischen Netzes “Natura 2000”.Auf dem Stausee von Azibo können diverse Wassersportarten ausgeübt werden, darunter Schwimmen, Rudern und Kanufahren. In der Nähe der Ortschaft Santa Combinha erwarten Sie das Flussufer Fraga da Pegada und Ribeira mit einem schwimmenden Pool. Außerdem stehen dem Besucher des Schutzgebietes Wander- und Radwanderwege zur

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

Verfügung. Das Informationszentrum, das zwischen den Ortschaften Vale da Porca und Salselas liegt, wartet mit einem archäologischen Museum mit Auditorium und Bar sowie einer Ökothek auf.

Mogadouro

Parque Natural do Douro Internacional

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pndi

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 86.500 ha; Höhe: Máx - 895m; min - 125m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Der Naturpark Douro Internacional, der sich auf einer Länge von ca. 122 km entlang des Douro erstreckt, der hier die Grenze zu Spanien bildet, umfasst Teile der Kreise Miranda do Douro, Mogadouro, Freixo de Espada à Cinta und Figueira de Castelo Rodrigo.Das enge Flusstal wird hier von hohen Steilwänden begrenzt, die sich zahlreiche im In- und Ausland vom Aussterben bedrohte Vogelarten als ideale Nistplätze auserkoren haben. Angelockt wurden sie sicherlich auch von den landwirtschaftlichen Nutzflächen und Viehzuchtbetrieben in der Umgebung, wo sie problemlos an Nahrung herankommen können. Zu diesen Vögeln zählt auch der Schmutzgeier, den man zum Symbol des Parks gemacht hat.In dieser Region herrscht ein Klima mit kalten Wintern und sehr heißen, trockenen Sommern. Der Süden des Naturpark gehört zur sogenannten „Terra Quente“ (heißes Land). In den Monaten Februar und März, wenn die Mandelbäume blühen, verwandelt sich die Natur in eine traumhafte, farbenfrohe Landschaft, die mit vielen Volksfesten gefeiert wird.

Vila Real

Parque Natural do Alvão

Geschützte Gebiete

Website: http://www.icnf.pt/portal/naturaclas/ap/p-nat/pnal

Ausgeschilderte Strecken; Fläche des Parks: 7.239 ha; Höhe: Máx: 1.339m - min: 260m; Verfügt über Hotelunterkunft;

Dieses Schutzgebiet an der Westflanke des Alvão-Gebirges besteht aus einem imposanten Bergmassiv, zu dem auch die Serra de Marão gehört. Der Olo bahnt sich seinen Weg zwischen hohen Felsen und stürzt an den Wasserfällen „Fisgas de Ermelo“ insgesamt 250 m in die Tiefe. Hier offenbart sich auf eindrucksvolle Weise die ganze Kraft des Wasser. Dieser Ort zählt zu den schönsten der Region und wird deshalb auch auf dem Logo des Parks dargestellt.Der Olo durchquert auf seinem Weg zwei völlig gegensätzliche Landschaften. Die Gegend von Lamas de Olo in einer Höhe von ca. 1.000 m ist gekennzeichnet durch Granitgestein und eine Hochgebirgsvegetation; weiter unten bei Ermelo, das ca. 450 m hoch liegt, dominiert das Schiefergestein, und die Landschaft ist so grün wie die der Region Minho.Schiefer, Granit und Stroh sind die Materialien, aus denen die Häuser in den typischen Dörfern Lamas de Olo, Anta oder auch Ermelo gebaut werden. Hier scheint die Zeit stillzustehen; man hat den Eindruck, ganz weit weg von irgendeiner Stadt zu sein, obwohl das Gebiet von Porto aus in nur einer Stunde zu erreichen ist. Wer sich mit den Lebensgewohnheiten der Bewohner dieser Dörfer vertraut machen möchte, besucht am besten das Ökomuseum in Arnal, in dem ein traditionelles Dorf nachgebaut wurde.Folgen Sie den von der Parkverwaltung empfohlenen Wanderwegen und bleiben Sie aufmerksam, während Sie die herrlichen Ausblicke genießen

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.
info@visitportugal.com

– vielleicht bekommen Sie ja einen Wolf oder einen Wanderfalken zu Gesicht. Eher unwahrscheinlich ist die Begegnung mit einem Steinadler, der so gut wie ausgestorben ist. Überschüssige Energie bauen Sie am besten beim Rafting auf einem der Flüsse ab. Um sich anschließend wieder zu stärken, gibt es nichts besseres, als die ausgezeichnete regionale Küche zu probieren. Zu den Spezialitäten gehören unter anderem Fleischpastete und gebratenes Kalbfleisch; das ausgezeichnete Fleisch stammt von Tieren einer alten Rasse, der „Maronesa“.

2013 Turismo de Portugal. Alle Rechte vorbehalten.