

# Serra da Estrela

## ÜBER



Foto: ARTP Centro de Portugal

### Serra da Estrela

**Ob Sommer oder Winter, das höchste Gebirge in Kontinental-Portugal ist der ideale Hintergrund für einige entspannte Tage mitten in der Natur.**

Mit ihrem höchsten Punkt von 1993 Metern in Torre ist die **Serra da Estrela** ein Gebiet von seltener landschaftlicher Schönheit mit beeindruckenden Gebirgserhebungen, wo wir die Stille der Höhe intensiv erleben können. Diese Momente der Gemeinschaft mit der Natur können wir ausnutzen, um sie zu beobachten und die Vielfalt ihrer Vegetation, ihre Vögel oder Schafherden zu betrachten, die von Hunden einer Rasse gelenkt werden, denen die Serra ihren Namen gab.

Aber wir können auch dem Lauf der großen **portugiesischen Flüsse** von ihren Quellen an folgen – der Mondego in Mondeguinho, der Zêzere in Covão da Ametade und der Alva in Vale do Rossim sind großartige Orte. Oder die Gletschertäler genießen in Loriga, Manteigas, oder den Covão do Urso (Bärenhöhle) und den Covão Grande (Große Höhle). In den wärmsten Monaten ist der beste Vorschlag sicherlich die **Rota das 25 lagoas** (Route der 25 Seen), die uns entlang erfrischender Stellen führt.

Wenn es kalt ist, ist die Serra da Estrela der einzige Ort in Portugal, wo wir im **Schnee Skifahren** können ebenso wie Schlitten, Snowboard oder Motoski. Es gibt verschiedene Pisten mit entsprechender Infrastruktur, und ebenso finden wir Pisten aus Kunstschnee, auf denen man zu jeder Jahreszeit Skifahren kann.

Dieser Naturpark eignet sich ausgezeichnet für Wanderungen, Ausritte und Fahrradtouren. Es gibt ein **Streckennetz von etwa 375 Kilometern**, das im Gelände gekennzeichnet ist und verschiedene Schwierigkeitsgrade aufweist, weshalb sicherlich eine Strecke dabei ist, die unseren physischen Voraussetzungen entspricht. Und wer hat nicht schon davon geträumt, wie ein Vogel zu fliegen? Wir können dieses Gefühl mit einem Gleitschirm in **Linhares da Beira** erleben und dies historische Dorf überfliegen, das man auf jeden Fall auch zu Fuß erkunden muss.

Zur Wiedererlangung der Kräfte muss man das berühmteste Produkt der Region probieren – den **queijo da Serra** (Käse). Mit seiner weichen Beschaffenheit passt er hervorragend zum traditionellen Brot. Wir können ihn in der ganzen Region genießen, aber in **Celorico da Beira**, im Solar do Queijo, gibt es zu der Probe Erklärungen über den Herstellungsprozess. In **Seia** ist es das pão (Brot), das Museumsehren genießt, und in **Covilhã** sind es die lanifícios (Wollwaren). Die beliebtesten Straßen für die Durchquerung des Gebirges verbinden genau diese beiden Städte und bringen uns zu Bergdörfern wie Sabugueiro, Alvoco da Serra oder Loriga und zu vielen anderen nicht zu versäumenden Orten – Penhas Douradas, Penhas da Saúde oder Torre auf der Spitze des Gebirges.

Als Anregung für eine Tour schlagen wir eine Wegstrecke durch das Gebirge vor, aber da es im größten

---

portugiesischen Schutzgebiet viel zu sehen und zu tun gibt, ist es am besten, in einem der Centros de Interpretação do Parque Natural (Zentren zur Erklärung des Naturparks) zu beginnen und Informationen einzuholen, damit wir das Beste aus unserem Aufenthalt machen können.

**Nicht versäumen**

- > nach Torre hochfahren, dem höchsten Punkt der Serra da Estrela
- > auf den echten oder künstlichen Schneepisten Skifahren
- > den Queijo da Serra probieren und mitnehmen
- > Wollstrümpfe oder Teile aus Wollstoff in zeitgenössischem Design kaufen
- > die Gletschertäler von Zêzere, Loriga und Unhais da Serra bestaunen
- > während des Sommers die Frische der Flussstrände entdecken
- > das Museu do Pão (Brotmuseum) in Seia besuchen
- > Gleitschirmfliegen in Linhares da Beira
- > Wasser an einer Quelle trinken
- > eine lange Fußwanderung machen und die Pracht der Natur entdecken

---

**NÜTZLICHE INFORMATIONEN**

Weitere Informationen:

Naturpark

<http://www.icnf.pt>

Serra da Estrela

<http://www.turismoserradaestrela.pt/index.php/en/>

Skigebiet

<http://www.skiserradaestrela.com>

---

**ANREISE**

Straße:

A25 – Ausfahrten in Viseu(N231) , Mangualde (N232), Celorico da Beira und Guarda

A23 – Ausfahrten in Covilhã, Belmonte und Guarda

N17 – Ausfahrten in Seia, Guarda und Celorico da Beira

Zug: ([www.cp.pt](http://www.cp.pt))

Linie Beira Alta – Bahnhöfe Nelas, Mangualde, Celorico da Beira und Guarda

Linie Beira Baixa – Bahnhöfe Covilhã, Belmonte und Guarda

Fernbus: ([www.rede-expressos.pt](http://www.rede-expressos.pt))

nach Covilhã, Guarda, Seia, Gouveia und Celorico da Beira