Surf

RIGUARDO A

Surf

Con più di 850 chilometri, la costa portoghese è un'enorme spiaggia per la pratica del surf. Non esiste altra costa al mondo che possa offrire un tale numero di spot a una distanza cosi breve, e per questo si usa dire che in Portogallo le onde non mancano mai.

Con vento favorevole e molto sole durante tutto l'anno, le **onde perfette**, a volte magiche, offrono un'esperienza unica ai praticanti di vari sport. Surf, bodyboard, windsurf, kitesurf o paddle surf, sono molti gli sport per divertirsi sulle onde atlantiche e che fanno salire l'adrenalina a livelli inimmaginabili.

Dalle onde giganti della Praia do Norte a Nazaré, ricercate dai più audaci alla regolarità delle onde perfette di Carcavelos, Ericeira o Peniche, esistono molti luoghi amati dai **surfisti**, e non solo nei pressi di Lisbona. Una grande varietà di spiagge si trova anche verso nord a Figueira da Foz, Espinho e Viana do Castelo, o verso sud nel litorale dell'Alentejo e nella zona di Sagres, e perfino nelle Azzorre e a Madeira.

I praticanti di **bodyboard**, invece, trovano il posto migliore a Praia Grande, vicino a Sintra, una località segnalata in tutte le guide di questo sport e che ogni anno accoglie una prova del campionato mondiale, ma, va detto che anche la costa settentrionale e la costa occidentale dell' Algarve hanno cominciato ad attrarre sempre più praticanti.

2013 Turismo de Portugal. Tutti i diritti riservati.
info@visitportugal.com

La spiaggia di Guincho è la “mecca” nazionale del **windsurf** e ha già accolto i migliori praticanti a livello mondiale. Il vento e le onde assicurano lo spettacolo a chi osserva e il piacere a chi è in acqua. Anche il kitesurf guadagna qui sempre più appassionati, che frequentano anche altre spiagge: a Carcavelos, a Costa da Caparica o più a nord nella zona di Aveiro o di Viana do Castelo.

Ci sono molti altri sport per sfruttare a pieno tutto quello che offrono l’oceano, i fiumi e i laghi: dal **paddle surf**, in mare aperto o nelle acque più calme di baie riparate o di laghi, allo **sci nautico** e al **parasailing**. Insomma non c’è che l’imbarazzo della scelta per divertirsi e vivere emozioni forti. Difficile sarà, magari, proprio scegliere ...

SURF E BODYBOARD

Ribeira de Ilhas o Super Tubos sono nomi noti a livello mondiale, e si riferiscono a due magnifiche spiagge per il surf, fra le varie che si trovano nella parte del litorale occidentale tra le località di Ericeira e Peniche. Ma da un’estremità all’altra del Portogallo, includendo le isole delle Azzorre e Madeira, ce ne sono molte di più ...

Dato che è uno dei rari luoghi al mondo con un elevato numero di onde di alta qualità, la località di Ericeira è stata considerata una Riserva mondiale di surf dall’organizzazione americana Save the Waves Coalition. Questo riconoscimento riguarda un’area di 4 kms che comprende sette onde di classe mondiale – Pedras Brancas, Reef, Ribeira de Ilhas, Cave, Crazy Left, Coxos e São Lourenço. La riserva fa parte di una zona di costa più ampia che comprende circa 11 km e ha onde di caratteristiche differenti, adatte alla pratica di surf e bodyboard, di vari livelli di difficoltà e di esigenza, e con le condizioni meteorologiche più svariate.

Più a nord, nei pressi di Peniche, la Praia do Medão è un’altra spiaggia di riferimento per le grandi onde tubulari, o tubi, che l’ hanno reso famosa come Praia de Supertubos. Frequentata da praticanti di surf di tutto il mondo, è palco, nel mese di ottobre, di una gara del WSL - World Surf League Tour. Anche nelle altre spiagge del comune di Peniche si trovano onde perfette tutti i giorni, e non solo per i surfisti più esigenti: esistono numerose scuole che insegnano tutte le tecniche necessarie a chi vuole dare i primi passi in questo sport.

Le onde giganti di Praia do Norte, conosciute come il Canyon di Nazaré, sono solo per i più abili e audaci. Questo tipo di onda, che può raggiungere circa 30 metri d’altezza, figura nel Guinnes dei Primati come la più grande del 2011 ed è stata affrontata da atleti professionisti come Garrett McNamara che usano il sistema tow in, ossia si fanno trainare

2013 Turismo de Portugal. Tutti i diritti riservati.
info@visitportugal.com

da una moto d’acqua fino alla cresta dell’onda per poi scivolare con la tavola da surf.

Quasi alle porte di Lisbona e raggiungibili facilmente con il treno, ci sono delle spiagge adatte alla pratica di surf e bodyboard, come quelle di Santo Amaro de Oeiras, Carcavelos o São Pedro do Estoril. Un più a ovest, nel mezzo del Parco Naturale, la spiaggia di Guincho ha onde abbastanza considerevoli, così come la località di Praia Grande, nei pressi di Sintra, che è particolarmente cara ai praticanti di bodyboard, vi si svolge infatti una prova del campionato mondiale.

Nella regione centro si segnala la Praia de Buarcos vicino a Figueira da Foz con onde che sono considerate le più lunghe d’Europa, possono raggiungere i 200 metri, e nella zona di Aveiro, vicino a ílhavo, la Praia da Barra, adatta ad ogni tipo di praticanti. Nel nord, Espinho è nota per la sua mitica onda – la “Direita do Casino” (destra del casinò), ma si devono ricordare anche le zone di Matosinhos, vicino a Porto, e più su Viana do Castelo, in particolare la Praia da Arda a Afife.

A sud di Lisbona, a Costa de Caparica, Cova do Vapor e Praia do CDS sono nomi di spiagge da ricordare. Vicino a Sines si trovano altre località interessanti come São Torpes o Praia dos Aivados, dove si vive in intimo contatto con la natura. Nel litorale occidentale dell’Algarve vanno segnalate le spiagge di Arrifana, Bordeira, Amado, Cordoama o Castelejo. Mentre la costa rivolta verso sud, nota per il mare calmo, offre delle belle onde nella parte orientale , in particolare nelle isole di Tavira e di Faro.

In pieno Atlantico, l’isola di Madeira ha onde memorabili nelle località di Jardim do Mar o Paul do Mar, ad esempio. L’arcipelago delle Azzorre, conosciuto per avere le quattro stagioni in uno stesso giorno, possiede luoghi davvero magici. Soprattutto nei mesi di settembre e ottobre si trovano ottimi spot nell’isola di São Miguel, sia nella costa nord, nelle spiagge di Areal de Santa Bárbara o di Monte Verde che sono palco di una prova del circuito mondiale (WQS), o a Praia do Pópulo rivolta verso sud. Posti adatti alla pratica si trovano anche a Praia Formosa nell’isola di Santa Maria, nella zona di Praia da Vitória nell’isola Terceira o nelle fajãs (terreni bassi e piani in riva al mare) dell’isola di São Jorge, in particolare la Fajã da Caldeira de Santo Cristo, che viene considerata uno spot mitico.

In effetti il Portogallo è un paese di belle onde, e non c’è nulla di meglio che provarle!

WINDSURF E KITESURF

Scivolare sull’acqua spinti dal vento garantisce divertimento e momenti di relax. E per una dose in più di adrenalina niente di meglio che le onde atlantiche che bagnano la costa portoghese.

Con le onde giuste, e il vento che soffia da nord fra marzo a ottobre, la spiaggia di Guincho è considerata da molti esperti il luogo migliore per la pratica dello windsurf in Portogallo. In luglio e agosto le condizioni sono ottimali e di solito si svolgono qui gare nazionali e internazionali. Più recente è la pratica del kitesurf, che fa confluire nel posto molti appassionati. Altrettanto frequentata è la Praia de Carcavelos, sempre nella costa di Cascais ma più vicina a Lisbona, particolarmente adatta alla pratica di entrambi gli sport.

L’offerta di spot per gli amanti di kitesurf e windsurf non finisce qui … Sempre nelle vicinanze di Lisbona, ma sull’altra sponda del fiume Tago, le spiagge di Costa de Caparica sono molto ricercate, in particolare quelle di São João e di Fonte da Telha, così come quelle un po’ più a sud di Lagoa de Albufeira o di Sesimbra. In Algarve, vicino a Sagres si segnalano le spiagge di Tonel e di Martinhal, o la Praia da Rocha ma soltanto durante l’inverno. A nord di Lisbona, ci sono altri posti da non perdere: Praia do Baleal vicino a Peniche, Lagoa de Óbidos, Costa Nova e Murtosa vicino a Aveiro, Matosinhos nei pressi di Porto, e ancora Ofir e Esposende,la Praia do Cabedelo a Viana do Castelo e Moledo do Minho.

A Madeira si può praticare windsurf durante tutto l’anno. Funchal, Porto da Cruz, Achadas da Cruz, Caniço, Caniçal, Paul do Mar e Porto Santo sono alcuni dei luoghi migliori. Per il kitesurf, invece, si consiglia la baia di Funchal, la località di Praia Formosa e Porto Santo. Nelle Azzorre, si trovano bei posti nelle spiagge di Água d’Alto e di Monte Verde nell’isola di São Miguel, nell’isola Terceira vicino a Praia da Vitória, o nell’isola di Faial.

2013 Turismo de Portugal. Tutti i diritti riservati.
info@visitportugal.com

Ci sono molti altri posti adatti a chi preferisce meno ondulazione o vuole cominciare a praticare questo tipo di sport. Nelle spiagge di Troia, ad esempio, e in quasi tutto il litorale dell'Algarve si possono trovare luoghi dove noleggiare l'attrezzatura e scuole dove imparare. Da nord a sud, nella zona centrale del Portogallo, inoltre, ci sono laghi naturali e artificiali che offrono ottime condizioni. Nelle isole delle Azzorre, è possibile praticare kitesurf o windsurf nei crateri di vulcani spenti. Davvero esaltante!

ALTRI SPORT

Dagli sport tradizionali alle novità oriunde da lontani paraggi o nate dall'immaginazione dei praticanti, esistono molte altre attività sportive per divertirsi sulle onde dell' oceano Atlantico.

Una delle più recenti, ma che è già abbastanza diffusa è il paddle surf. Dato che si può praticare in qualsiasi superficie d'acqua con profondità minima, i luoghi dove farlo sono disseminati un po' dappertutto: in mare, nei fiumi, nei laghi, nei bacini artificiali. Vicino a Lisbona, a Oeiras o nelle spiagge di Parede e dei Pescadores a Cascais, si vedono spesso dei praticanti che pagaiano in piedi sulle tavole. Altre località frequentate sono Lagoa de Óbidos, Figueira da Foz, la zona di Viana do Castelo e l'isola di Madeira. Bisogna ricordare anche l' Algarve, in particolare la spiaggia di Faro, nella quale si sono già svolte gare di questo sport.

Scivolare sull'acqua con l'aiuto di un motore può essere ancora più emozionante in virtù della velocità che si raggiunge. Oltre alla moto d'acqua, molto popolare in gran parte delle spiagge e dei laghi portoghesi, anche lo sci nautico viene praticato in tutta la costa, e in particolare nelle isole delle Azzorre e di Madeira, e nei laghi artificiali: dal grande lago di Alqueva, in Alentejo ai bacini del nord del Portogallo, la scelta è molto ampia.

In Algarve si pratica un'altro sport - il parasailing, nel quale si vola con un paracadute trascinati da un motoscafo, mentre l'adrenalina sale a mille. Con il vento a favore e in mezzo alle onde, sono tanti gli sport con i quali divertirsi alla grande.

2013 Turismo de Portugal. Tutti i diritti riservati.
info@visitportugal.com