

住宿

波尔图和北部地区

Esposende

Apartamentos Turísticos Pinhal da Foz

旅游公寓 / ***

地址：Aldeamento Pinhal da Foz - 4740 - 270 ESPOSENDE

電話：253961098 传真：253965937

电子邮件：info@clubepinhaldafoz.com

特色とサービス:

酒吧; 游泳池; 床位数: 20; 套间数量: 10; 网球场;

Axis Ofir Beach Resort Hotel

旅馆住宿 / 旅馆 / ****

地址：Avenida Raul Sousa Martins 4740-405 Ofir / Esposende

電話：+351 235 989 800 传真：+351 253 981 871

电子邮件：reservas@axisofir.com 网站 <http://www.axishoteisegolfe.com>

其它信息:

注册: 1625;

特色とサービス:

中央供暖; 换钱; 电视室; 游戏室; 床位数: 326; 房数量: 187; 套房数量: 4;

网络接入服务; 空调; 游泳池; 商店; 网球场; 健身房; 室内游泳池;

迷你高尔夫; 指导价格: \$\$\$ (60€ - 90€);

アクセス:

停车场; 车库;

客室設備:

室内有空调; 室内有电话; 室内有保险箱; 室内有电视机; 室内有吹风机;

室内上网服务; 室内有小酒吧; 室内有暖气装置;

可通达性:

残疾专用通道; 残疾专用设施; 残疾专用通道;

支払い:

欢迎使用信用卡;

時刻表:

早饭时间: 08h00/10h30; 客房服务时间表: 08h00/24h00;

Casa do Matinho

乡村旅游

地址：Rua do Matinho, 431 - Esposende - 4740 - 443 FORJÃES

電話：+351 253 961 599 传真：+351 253 871 167

电子邮件：casa.matinho@mail.telepac.pt 网站

<http://www.maisturismo.pt/cmatinho>; <http://www.casadomatinho.com>

特色とサービス:

游戏室; 游泳池; 床位数: 8; 房数量: 4; 双人房: 4; 客房在主楼: 2;

客房在邻楼: 2;

Hotel Mira Rio

旅馆住宿 / 旅馆 / **

地址：Rua da Ponte D. Luis Filipe nº. 113 4740-209 Esposende

電話：+351 253 964 430 传真：+351 253 964 430

电子邮件：geral@hotel-mirario.com 网站 <http://www.hotel-mirario.com>

其它信息:

Apulia Praia Hotel

旅馆住宿 / 旅馆 / ***

地址：Av. da Praia, 45 4740 - 033 Apúlia - Esposende

電話：+351 253 989 290 传真：+351 253 989 299

电子邮件：geral@apuliapraia-hotel.com 网站 <http://www.apuliapraia-hotel.com>

其它信息:

注册: 722;

特色とサービス:

换钱; 酒吧; 床位数: 58; 房数量: 44;

アクセス:

停车场;

客室設備:

室内有电话;

Casa da Azenha Branca

乡村旅游 / 乡村别墅

地址：Lugar de Guilheta - Esposende 4740 - 013 ANTAS EPS

電話：+351 919 843 434

电子邮件：azenhabranca@gmail.com 网站

<http://www.casaazenhabranca.com>

特色とサービス:

游戏室; 床位数: 4; 房数量: 2; 双人房: 2; 客房在主楼: 2;

Hotel do Zende

旅馆住宿 / 旅馆 / ***

地址：Av. Dr. Henrique Barros Lima 4740-203 Esposende

電話：+351 253 964 663 传真：+351 253 965 018

电子邮件：estalagemzende@gmail.com 网站

<http://www.estalagemzende.com>

其它信息:

注册: 3397;

特色とサービス:

中央供暖; 换钱; 酒吧; 电视室; 游戏室; 床位数: 50; 房数量: 24; 套房数量: 1;

空调; 商店;

アクセス:

停车场; 巴士;

客室設備:

室内有空调; 室内有电话; 室内有电视机;

Hotel Reguenga

旅馆住宿 / 旅馆 / **

地址：Lugar da Estrada 4740 - 012 Antas Eps

電話：+351 253 873 214 传真：+351 253 873 214

电子邮件：geral@residencialreguenga.com.pt 网站

<http://www.reguenga.com.pt>

其它信息:

注册: 3334;

特色とサービス:

换钱; 酒吧; 电视室; 床位数: 26; 房数量: 10; 套房数量: 3; 空调;

アクセス:

停车场;

客室設備:

室内有电话; 室内有电视机;

Hotel Suave Mar

旅馆住宿 / 旅馆 / ***

地址: Av. Engº Arantes de Oliveira 4740 - 204 Esposende

電話: +351 253 969 400 传真: +351 253 969 401

电子邮件: info@suavemar.com 网站 http://www.suavemar.com

其它信息:

注册: 82

特色とサービス:

中央供暖; 换钱; 酒吧; 饭馆; 电视室; 游戏室; 床位数: 162; 房数量: 68; 套房数量: 13; 空调; 游泳池; 网球场; 健身房; 指导价格: \$\$\$ (60€ - 90€);

アクセス:

停车场; 巴士; 车库;

客室設備:

室内有空调; 室内有电话; 室内有保险箱; 室内有电视机; 室内有吹风机;

室内有小酒吧; 室内有暖气装置;

可通达性:

残疾专用通道; 残疾专用设施; 残疾专用通道;

時刻表:

早饭时间: 7h30 - 10h00;

Parque de Campismo de Fão

野营

地址: Rua São João de Deus - 4740 - 380 FÃO

電話: 253981777 传真: 253817786

特色とサービス:

大篷车设施; 帐篷设施; 沙地; 自然阴影; 洗澡设施; 热水淋浴; 冷水淋浴;

水池; 洗衣盆; 烫衣板; 野营卡; 游戏室; 通用场; 草地;

可通达性:

残疾专用卫生间;

Quinta da Seara

乡村旅游 / 农业旅游

地址: Rua Padre José Pires Afonso, Quinta da Seara 4740-591

Palmeira de Faro - Esposende

電話: +351 253 961 28; 96 869 08 39 传真: +351 253 983 164

电子邮件: geral@quintadaseara.com 网站 http://www.quintadaseara.com

其它信息:

注册: 632;

特色とサービス:

网球场; 游戏室; 游泳池; 床位数: 14; 房数量: 1; 双人房: 2; 电视室;

中央供暖; 套房数量: 6; 双人房: 1; 网络接入服务; 单人房: 4; 允许携带宠物;

健身房; 室内游泳池; 套间数量: 2 T2;

アクセス:

停车场; 巴士;

客室設備:

室内有暖气装置; 室内有电视机;

時刻表:

早饭时间: 08h30-10h30; 客房服务时间表: 09h00 - 11h30;

支払い:

欢迎使用信用卡;

注册: 3701;

客室設備:

室内有电话; 室内有电视机;

特色とサービス:

床位数: 38; 房数量: 17;

Hotel-Apartamento Parque do Rio

旅馆住宿 / 酒店式公寓 / ****

地址: Pinhal de Ofir - Fão - 4740 - 405 FÃO

電話: 253981521 传真: 253981524

电子邮件: info@parque do rio.pt 网站 http://www.parquedorio.pt

特色とサービス:

中央供暖; 换钱; 酒吧; 电视室; 游戏室; 床位数: 138; 房数量: 25; 空调;

游泳池; 商店; 套间数量: 28; 网球场;

アクセス:

停车场; 巴士;

客室設備:

室内有电话; 室内有电视机;

支払い:

欢迎使用信用卡;

Pousada de Juventude de Foz do Cávado

青年旅舍

地址: Alameda Bom Jesus- Fão 4740-322 Esposende

電話: +351 253 981 790 传真: +351 253 981 790

电子邮件: fozcavado@movijovem.pt 网站

http://www.pousadasjuventude.pt

特色とサービス:

青年旅舍卡; 食堂; 会议室; 酒吧; 床位数: 84; 双人房: 10; 共享房: 16; 厨房;

公共电话; 游泳池; 套间数量: 1; 早饭;

アクセス:

停车场;

保护区

波尔图和北部地区

Esposende

Parque Natural do Litoral Norte

网站 <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/3>; <http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/3>

特色とサービス:

路标路线; 停车场: 440 ha; 高度: Máx - 20m; min - 0m;

北海岸自然保护区 (Parque Natural do Litoral Norte)

介于河与海之间, 在卡瓦杜河 (Cávado) 入海口与阿普利亚村之间绵延近 18 公里, 沿线到处是白色的沙丘。在海风吹拂下沙丘形成了现在的形状, 沙丘在低矮植被的固定作用下形成一道天然屏障, 又可抵御海风, 阻止大海侵袭附近的农田。

整片地区呈柔和的黄昏暖色调, 使这里成为葡萄牙沿海最美丽的风景之一。传统的风车完美地融入到自然环境中, 现在已不再碾磨玉米, 而是成为避暑小屋。

北海岸自然公园是葡萄牙北部地区大型海滨浴场之一, 最大的特色是海滩几乎未经开发, 清澈的海水拍岸, 在此散步定能令人心旷神怡。

要全面体验保护区, 可以从海边略微向内陆走一走。深深地呼吸一下奥菲 (Ofir) 松林纯净的空气, 沿着自然公园推荐的步行小径在卡瓦杜河 (Cávado)

河畔散步的同时还可以看到候鸟, 如蓝嘴黑顶鹭、绿头鸭和银鸥等。

远处可见农田, 其一大特色是以大海冲上岸的“马尾藻”为肥料。实际上, 采收马尾藻数百年来一直是这一地区男人们的传统职业, 而阿普利亚 (Apúlia) 海藻采集地 (沙格阿萨收割的人) 是该地区民间传说中最传统的主角之一。

博物馆、纪念地和遗址

波尔图和北部地区

Esposende

Museu Municipal de Esposende

地址：Praça do Município 4740-223 Esposende

電話：+351 253 960 182 传真：+351 253 960 176

电子邮件: cm.esposende@mail.telepac.pt;

museu.arte.esposende@sapo.pt 网站 <http://www.cm-esposende.pt>

特色とサービス:

导游;

城镇和乡村

波尔图和北部地区

Esposende

Esposende

艾斯波岑德(Esposende) 在航海大发现时代，艾斯波岑德(Esposende)是一个重要的海港和渔港，知道今天这些海上活动依然在继续，当然这里也是一个深受人们喜爱的度假区。除了捕鱼，在艾普利亚(Apúlia)镇的人们的特色活动便是在退潮时收获海带。

在风景保护区，海岸线从艾斯波岑德一直延伸至奥弗里和福昂(Ofir e Fão)，这被认为是葡萄牙北部最漂亮的海岸。

在北面大约6千米的地方时圣巴塞洛缪(São

Bartolomeu)，这里因八月二十四的罗马利亚(Romaria de 24 de Agosto)而闻名，在这里还有“圣浴”，根据传统，在海中洗澡可以治愈疾病并可以让孩子更加健康的成长。

旅行社

波尔图和北部地区

Esposende

Avic / Esposende

地址：R. 1º de Dezembro, 7 4740-226 Esposende

電話：+351 253 961 250 传真：+351 253 961 154

电子邮件: agesposende@avic.pt 网站 <http://www.avic.pt>

活动

波尔图和北部地区

Esposende

Dunar - Turismo e Lazer do Norte, Lda.

地址：Travessa Sr^a das Neves, 9 - Marinhas 4740-577 Esposende

電話：+351 253 963 331 - 968 680 025 传真：+351 253 963 331

电子邮件: dunarlazer@gmail.net 网站 <http://www.dunar.pt>

活动:

乘船游览; 潜水; 徒步; 趴冲浪; 冲浪; 自行车运动; 越野驾驶; 租船; 独木舟;
皮划艇; 卡丁车; 越野定向运动; 射击运动; 风筝冲浪; 骑马; 爬山; 彩弹射击;
越野摩托车; 滑索; 漂流; 爬山; 峡谷漂流; 摩托车租赁; 租自行车;

EscoladeKiteSurf.com

地址：R. da Central, 5^oC 4740-537 Esposende

電話：+351 938 332 245

电子邮件: info@escoladekitesurf.com 网站
<http://www.escoladekitesurf.com>

其它信息:

注册: 76/2011;

活动:

冲浪; 风筝冲浪;

海滩

波尔图和北部地区

Esposende

Praia da Apúlia

地址：Apúlia - Esposende

特色とサービス:

停车场; 酒吧; 夏季海水平均温度 (): 15-17 °C; 饭馆; 保安; 蓝旗;
租遮阳伞; 淋浴; 租艇;

活动:

冲浪; 潜水; 滑浪风帆; 趴冲浪; 帆船;

可通达性:

至海滩;

阿普利亚海滩(Praia da Apúlia) 阿普利亚海滩(Praia da Apúlia)同样也位于以世博桑度海岸自然保护景观区(Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende), 并且占据大片面积, 阿普利亚海滩(Praia da Apúlia)被沙丘所包围, 沙丘阻挡了强劲的风, 在这片地区有古老的风车房子, 但是如今已经被度假屋所取代。夏天, 这里是热闹的旅游胜地, 这片海滩有完备的基础设施的支持, 并且, 这里碘含量丰富, 连医生们都建议来这里度假。这里另一个显著的特点是海藻的种类丰富, 这些海藻集中在北部沿海阿普利亚海藻采集地(Sargaceiro da Apúlia), 十分美丽, 采集海藻的目的是挑选例如马尾藻(依据藻类名字)这样的藻类, 以作为肥料用于附近的农田种植。

Praia de Ofir

地址：Ofir - Esposende

特色とサービス:

停车场; 酒吧; 夏季海水平均温度 (): 15-17 °C; 饭馆; 保安; 蓝旗;
租遮阳伞; 淋浴; 租艇;

活动:

冲浪; 潜水; 滑浪风帆; 趴冲浪; 帆船;

奥菲尔海滩(Praia de Ofir) 卡瓦度河(Rio

Cávado)河口南部, 在以世博桑度海岸自然保护景观区(Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende)处, 汇集着奥菲尔海滩(Praia de Ofir), 海滩被沙丘及松树林所包围, 是葡萄牙北部海岸线延伸处最美丽的海滩。这里会出现一种自然奇观, 在海水出现低潮的时候, 在海上会出现岩石, 根据岩石的形状, 人们称其为仿马(Cavalos de Fão)。在夏天的几个月中, 这里的生机不减。在白天, 人们更喜欢选择海滩的中心位置下水游泳, 而冲浪爱好者则喜欢选择靠南的位置, 因为靠南的位置海浪更猛烈些, 更加适合冲浪。在夜晚, 生机仍旧不减, 许多餐厅营业到很晚, 这里还有许多酒吧, 迪斯科可供人们消遣。

Praia de Marinhas-Cepães

地址：Esposende

特色とサービス:

停车场; 酒吧; 夏季海水平均温度 (): 15-17 °C; 饭馆; 保安; 蓝旗;
租遮阳伞; 淋浴;

活动:

冲浪; 帆船;

可通达性:

至海滩;

瑟报海事海滩(Praia de Marinhas-Cepães) 这一地区大小适中, 被沙丘所包围, 沙丘把农田隔开, 极其美丽的瑟报海事海滩(Praia de Marinhas-Cepães)也同样是世博桑度海岸自然保护景观区(Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende)的一部分。尽管这里的海浪十分强劲, 但是很多冲浪仍旧喜欢选择这里作为冲浪练习地点, 因为海上岩石都被淹没在海水下, 特别是在北部地区, 因此很安全。

Praia Suave Mar

地址：Esposende

特色とサービス:

停车场; 酒吧; 夏季海水平均温度 (): 15-17 °C; 饭馆; 保安; 蓝旗;
租遮阳伞; 淋浴; 租艇;

活动:

冲浪; 潜水; 滑浪风帆; 趴冲浪; 帆船;

柔海海滩(Praia Suave Mar) 柔海海滩(Praia Suave

Mar)坐落于卡瓦度河(Rio Cávado)河口处, 被松树林以及沙丘所环绕, 是以世博桑度海岸自然保护景观区(Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende)的组成部分。也因以世博桑度海滩(Praia de Esposende)而著名, 因为从这里可以直接离开此地区柔海海滩(Praia do Suave Mar)海滨长廊常年都会有冲浪爱好者光顾, 十分受欢迎。并且在夏季, 这里还为冲浪的练习者提供优良的练习条件, 任由人们自由安全的练习冲浪。

租赁汽车和大篷车

波尔图和北部地区

Esposende

Esportent

地址：Rua Santa Maria dos Anjos, Loja 4 - 4740-291 Esposende

電話：(+351) 253 967 190 传真：(+351) 253 967 192

联系方式

波尔图和北部地区

Esposende

Posto de Turismo - Esposende

地址：Loja Interativa de TurismoAv^ª. Eng^º. Eduardo Arantes de Oliveira,
62 4740-204 Esposende

電話：+351 253 961 354 传真：+351 253 961 354

电子邮件: pit.esposende@portoente.pt

酒吧与俱乐部

波尔图和北部地区

Esposende

Discoteca Pacha

地址：Lugar das Pedrinhas - Ofir 4740 - 405 FÃO

電話：253989100

餐馆和咖啡厅

波尔图和北部地区

Esposende

Adega Regional "O Barrote"

地址：Largo Fonseca Lima 4740-216 Esposende

電話：+351 253 963 884

支払い:

欢迎使用信用卡; 指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

特色とサービス:

户外露台; 空调; 规模: 30; 停车场;

Bem Estar

地址：Rua 15 de Agosto 4740-571 Esposende

電話：+351 253 961 095 传真：+351 253 966 817

网站 <http://www.restaurantebemestar.com>

支払い:

欢迎使用信用卡; 旅行支票; 指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

特色とサービス:

户外露台; 空调; 规模: 330; 停车场; 非吸烟区;

アクセス:

巴士;

Bom Fim II

地址：Lugar do Barral 4740-591 Palmeira de Faro - Esposende

電話：+351 253 961 819 传真：+351 253 966 499

电子邮件: restaurantebomfim2@gmail.com 网站 <http://www.bomfim2.com>

支払い:

欢迎使用信用卡; 指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

特色とサービス:

户外露台; 空调; 规模: 250; 停车场;

アクセス:

巴士;

Camões

地址：Lugar da Guilheta - 4740-013 Antas - Esposende

電話：(+351) 253 872 439

特色とサービス:

规模: 80;

D. Sebastião

地址：Rua Conde Castro, 3 4740-238 Esposende

電話：+351 253 961 414

特色とサービス:

空调; 规模: 200; 停车场;

アクセス:

巴士;

Azeite e Alho

地址：Rua do Facho, 13 4740-055 Apúlia

電話：+351 253 987 048

特色とサービス:

停车场;

Bom Fim I

地址：Rua Antonio Pascoal, 14 - r/c, 4740-233 Esposende

電話：+351 253 962 407

特色とサービス:

空调; 停车场;

Camelo da Apúlia

地址：Rua do Facho Lote 14 Loja 3 - Praia da Apúlia - Areia 4740-055

Apúlia

電話：+351 253 987 600

电子邮件: info@camelo-apulia.pt

特色とサービス:

规模: 130; 停车场;

支払い:

指导价格: \$\$\$ (20€ - 30€);

Casa da Fonte

地址：Rua da Fonte Carreira, 39 4740-443 Forjões-Apúlia

電話：+351 253 871 143

电子邮件: restaurantecasadafonte@hotmail.com 网站

<http://restaurantecasadafonte.com>

特色とサービス:

规模: 60; 停车场;

支払い:

指导价格: \$\$\$ (20€ - 30€);

Estalagem Zende

地址：Av. D. Henrique Barros de Lima 4740-203 Esposende

電話：+351 253 969 090

电子邮件: estalagemzende@gmail.com 网站

<http://www.estalagemzende.com>

時刻表と予約:

预订:: 建议;

支払い:

欢迎使用信用卡; 指导价格: \$ (0€ - 10€);

特色とサービス:

空调; 规模: 700; 停车场; 全景; 非吸烟区;

Foz do Cávado

地址：Av. Engº Arantes e Oliveira 4740-209 Esposende
電話：+351 253 966 755

特色とサービス:

空调; 规模: 150; 停车场;

Mira Rio

地址：Rua da Ponte D. Luis Filipe, 113 4740-209 Esposende
電話：+351 253 964 429

电子邮件: geral@hotel-mirario.com 网站 <http://www.residencial-mirario.com/restaurante.php?idioma=pt>

時刻表と予約:

预订:: 否;

特色とサービス:

空调; 规模: 90; 停车场; 全景;

支払い:

指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

Reguenga

地址：Rua de Ribes, 2 4740-012 Antas - Esposende
電話：+351 253 871 523

电子邮件: restaurante@reguenga.com.pt 网站 <http://www.reguenga.com.pt>

特色とサービス:

规模: 340; 停车场;

Tio Pepe

地址：Rua dos Bombeiros Voluntários 4740-366 Fão - Esposende
電話：+351 253 981 510

电子邮件: geral@tiopepe.com.pt 网站 <http://www.tiopepe.com.pt>

特色とサービス:

空调; 规模: 130;

支払い:

指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

Varandas do Cávado

地址：Avenida Marginal 4740-204 Esposende
電話：+351 253 969 400 传真：+351 253 969 401

电子邮件: info@suavemar.com 网站 <http://www.suavemar.com>

支払い:

欢迎使用信用卡; 指导价格: \$\$\$ (20€ - 30€);

特色とサービス:

空调; 规模: 200; 停车场; 全景;

可通达性:

残疾专用通道; 残疾专用通道;

アクセス:

巴士;

Mar e Zende

地址：Estrada Nacional 13 - Marinhas 4740-209 Esposende
電話：+351 253 969 090

电子邮件: estalagemzende@gmail.com 网站 <http://www.estalagemzende.com/>

特色とサービス:

空调; 规模: 150; 停车场;

アクセス:

巴士;

O Forno

地址：Av. da Praia - Areia 4740-033 Apúlia
電話：+351 253 982 647

电子邮件: monteiro.apulia@gmail.com

時刻表と予約:

预订:: 建议;

特色とサービス:

空调; 规模: 200; 停车场; 非吸烟区;

可通达性:

残疾专用通道; 残疾专用通道;

支払い:

指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

Santo António

地址：Rua Velasques, 8 4740-594 Palmeira de Faro - Esposende
電話：+351 253 961 166

网站 <http://www.lailai.com.pt>

特色とサービス:

规模: 200; 停车场;

アクセス:

巴士;

支払い:

指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

Tiro ao Prato

地址：Rua Miguel Pacheco de Azevedo, Lugar de Azevedo 4740-011 Antas - Esposende
電話：+351 253 871 242

時刻表と予約:

预订:: 否;

特色とサービス:

停车场; 非吸烟区;

可通达性:

残疾专用通道; 残疾专用通道;

支払い:

指导价格: \$\$ (10€ - 20€);

高尔夫

波尔图和北部地区

Esposende

Clube Golfe da Quinta da Barca

地址：Quinta da BarcaLugar da Barca do Lago - Gemeses 4740-493

Esposende

電話：+351 253 96 67 23

电子邮件: info@golfebarca.com 网站 <http://www.golfebarca.com>

特色とサービス:

商店; 租球杆; 马车; 手推车; 个人课程; 集团课程; 高尔夫诊所; 饭馆; 创立年: 1997; 作家/建筑家: Jorge Santana da Silva; 男子锦标赛球场距离: 1812 m; 球场洞数: 9; 球场的标准杆: 30; 主要活动:: Taça Quinta Barca, Taça Presidente, Taça Fernão Lago女子锦标赛球场距离: 1634 m;

Clube Golfe da Quinta da Barca - Academia

地址：Quinta da BarcaLugar da Barca do Lago - Gemeses 4740-493

Esposende

電話：+351 253 966 723

电子邮件: info@golfebarca.com 网站 <http://www.golfebarca.com>

特色とサービス:

教练: João Pedro; Filipe Biscoito; 练习场; 果岭; 切削区; 短杆区; 租球杆; 练习球; 饭馆; 商店; 手推车;