
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;

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 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。

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, 人们称其为笏马(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。