

卡斯凯什 (Cascais) 和埃斯托利尔海岸 (Costa do Estoril)

关于



照片: Turismo do Estoril

卡斯凯什 (Cascais) 和埃斯托利尔海岸 (Costa do Estoril)

自 19 世纪末被国王路易斯一世选为夏宫起，卡斯凯什 (Cascais) 和埃斯托利尔 (Estoril)，或曰“里斯本以北海岸”便成为葡萄牙最国际化、最受观光客欢迎的地方之一。温和的气候，全年260天的平均无雨日，无疑是国王选择这里的有力理由，也是当时多数富裕家庭纷纷追随皇家到这里造别墅、建庄园的主要原因。在城镇周边漫步，感受一下那段时期的氛围，您会不虚此行。

您可以沿里斯本 (Lisboa) 至卡斯凯什的滨海大道走，也可以乘坐火车前往。沿途风景如画，塔古斯河始终伴随左右，途经埃斯托利尔海岸的各处海滩热闹非凡。在途中，您会经过多个拱卫首都的城堡要塞，他们与在河口正中的布吉奥城堡、介于河口一侧的圣阿马鲁、以及对岸的卓法维亚之间相互提供交叉火力覆盖。

请勿错过

- > 一边品尝鲜鱼大餐，一边欣赏美丽的海景
- > 骑车游览卡斯凯什
- > 在海边吃个冰淇淋
- > 去海滩
- > 学习冲浪
- > 在卡斯凯什和埃斯托利尔享受夏日的夜晚

卡斯凯什 (CASCAIS)

卡斯凯什最初不过是一个渔业小镇，而如今户外露台、餐馆和商店让这里的海湾和历史悠久的市中心充满了生机和活力。

当您第一次在城中闲逛时，您会感受到城市与大海的亲密，体会到卡斯凯什居民的悠闲自得。19 世纪和 20 世纪初期的庄园如今已成为文化、休闲场所，从中可以了解到更多关于该城的历史信息。这些地方包括德斯·得·喀什特罗·吉马良斯博物馆 (Museu dos Condes de Castro Guimarães)、圣玛丽亚故居博物馆 (Casa de Santa Maria)、圣玛尔塔灯塔 (Farol de Santa Marta) 和国王卡洛斯海洋博物馆 (Museu do Mar – Rei D. Carlos)。在国王卡洛斯海洋博物馆附近，您肯定会注意到保拉·瑞哥历史博物馆 (Casa das Histórias de Paula Rego) (保拉·瑞哥故事馆)，这是一幢在设计上追求标新立异的现代化建筑，内中收藏有这位葡萄牙艺术大师的若干佳作，绝对值得参观。

紧靠大海，您在一处最高点上会看到卡斯凯什前总督府希达德拉宫 (Palácio da Cidadela)，国王路易斯正是选定这里作为他的居所。目前，这里由葡萄牙共和国总统管辖。在面向大海的一侧，您可以看到卡斯凯什码头。

这里靠近大西洋，自然一直保持着捕鱼和航海运动的传统，尤其是帆船运动尤为盛行。卡斯凯什码头得天独厚的条件、平静的大海、怡人的气候、海滩与古迹，让这里理所当然地成为了很多海员度假的首选之地，而且这里还经常举办各种以娱乐或竞技为目的的帆船赛事。

这里临近大海，独特的小气候造就了该地区的一大特色，那就是这里有大量的林地和绿地，如卡莫纳上将公园。这里不愧是辛特拉-卡斯凯什自然公园 (Parque Natural de Sintra-Cascais) 的一部分。

在城市北端，地狱之口 (Boca do Inferno)

是游览的热点地方。海浪拍打着礁石，您可以见识到自然与大海的力量。再往前，您可以看到圣乔治的奥伊塔沃斯堡 (Forte de São Jorge de Oitavos)，以及 10 公里开外的金舒海滩 (Praia do Guincho)，这里的海景有待您去探寻，并品尝那里的鲜鱼或海鲜饭。这里是葡萄牙海岸线上一个主要的冲浪和风帆冲浪区，很多世界大赛都在这里举办。

卡斯凯什和埃斯托利尔也是打高尔夫的好地方。这里有世界一流的高尔夫球场，国际巡回赛事常常在这里举行。这里可提供优质的运动环境，适合不同技艺水准，甚至可进行高难度的挑战赛，而且全年环境宜人。

埃斯托利尔 (ESTORIL)

埃斯托利尔曾经是欧洲各国皇室的避暑胜地，至今仍然保留着当年那种轻快、休闲且高度国际化的氛围。正因为如此，这个美丽的地方在第二次世界大战期间成为很多人躲避欧洲战乱的避难所。在最古老的酒店中您仍然能够听到关于那段时期的故事。

这里是家庭度假的理想之地。卡斯凯什的阿扎鲁日尼亚 (Azaruinha) 海滩和达孔塞桑圣母 (Nossa Senhora da Conceição) 海滩间的海滨大道是散步的好地方，可以体会海风拂面的感觉，当然也可以骑自行车。而且您会发现难挡去白色细沙滩潜水或在塔马里斯 (Tamariz) 泳池里游泳的诱惑。大海是永恒不变的主题。无论您想在傍晚欣赏日落的同时看书还是享用晚餐，这里都是正确的选择。

Casa Verdades de Faria 的葡萄牙音乐博物馆 (Museu da Música Portuguesa) 处于庄园和酒庄 (quintas) 的环抱之中，四季气候温和宜人，是人们拜访埃斯托利尔的又一大原因。

气势宏伟的赌场是又一个具有吸引力的景点。您不仅可以在欧洲最大的赌场试试手气，也可以参与很多活动和展览，这些都是当地的主要娱乐活动，而且，娱乐活动一直延续到海滩的酒吧。

夏季六至九月间一年一度的埃斯托利尔国际手工艺品展览 (FIARTIL)

是葡萄牙历史最悠久的工艺美术博览会，借此机会可以了解传统工艺品，品尝各种体现葡萄牙美食特色的地区特产。

从卡尔卡维罗什 (CARCAVELOS) 到奥埃拉什 (OEIRAS)

虽然有些人更喜欢埃斯托利尔的海水泳池，不过卡尔卡维罗什将是您遇到的第一处能够提供趴板冲浪和冲浪级海浪的海滩，这里也是葡萄牙首批开展此类运动的地方。

这里也能吃到鲜鱼，有机会品尝以特殊方法在当地酿制的卡尔卡维罗什葡萄酒。

继续沿着海岸走，您会抵达奥埃拉什，这里的景点包括为纪念葡萄牙诗人而建的诗人公园 (Parque dos Poetas)、彭巴侯爵宫花园 (Jardins do Palácio Marquês de Pombal)，他也是奥埃拉什的第一位侯爵、以及如今是文化和娱乐场所的巴卡雷纳火药厂 (Fábrica da Pólvora de Barcarena)。

距此地 4 公里便是帕克德阿科斯 (Paço de Arcos)，可以沿海滨大道步行，权当一次散步。

快到里斯本时，您可以在戴方多 (Dafundo) 的瓦斯科达伽马水族馆 (Aquário Vasco da Gama)

看到国王卡洛斯的海洋收藏品。水族馆建于 1898 年，是世界最早的水族馆之一。还可以参观位于阿尔吉斯 (Algés) 专门收藏葡萄牙当代艺术作品的曼奴埃尔·德·布里托艺术中心 (Centro de Artes Manuel de Brito)。

有用信息

您可从市旅游服务处申请

免费自行车(BICAS)，这样就可以悠闲地游览卡斯凯什。您要做的就是出示您的身份证件并签署责任声明。更多信息请参见 www.cm-cascais.pt

到地方

卡斯凯什距里斯本约 20 公里，走 A5 高速公路或沿塔古斯河和海边的滨海大道都可抵达，路况也很好。

葡萄牙铁路局 - 游客旅行卡 + 海滩票

城市火车从里斯本的凯什•得•苏德莱 (Cais do Sodré) 区出发，沿河会穿过多处旅游观光景点：帕克德阿科斯 (Paço de Arcos) – 圣阿马鲁 (Santo Amaro) – 奥埃拉什 (Oeiras) – 卡尔卡维罗什 (Carcavelos) – 帕莱德 (Paredes) – 圣佩德罗 (S. Pedro) – 圣若泽 (S. João) – 埃斯托利尔 (Estoril) – 埃斯托利尔山 (Monte Estoril) 和卡斯凯什 (Cascais)。如需更多信息可参见 www.cp.pt。

葡萄牙铁路局-CP (葡萄牙铁路服务中心) 除提供普通火车票价之外，还将为一日游或休闲出游的游客提供“游客旅行卡”(“Bilhete Turístico”)和海滩票(“Bilhete Praia”)。游客旅行卡可供游客乘坐从里斯本(辛特拉/阿占布加、卡斯凯斯和萨多路线)、波尔图(阿威罗、布拉加、吉马良斯和马尔科-德卡纳维泽斯路线)方向来的火车以及阿尔加维路线的区间火车，不限制旅程；海滩票可供游客乘坐火车从里斯本、波尔图和科英布拉至最近的海滩游玩。