

维森蒂娜海岸 (Costa Vicentina)

关于



照片: Turismo de Portugal

维森蒂娜海岸 (Costa Vicentina)

奥德塞希 (Odeceixe) 和布尔高 (Burgau) 之间的海岸地带即是维森蒂娜海岸，这是阿尔加维与众不同的一个部分，得到良好保护的大自然带有浓烈的狂野之风，打造出来的景观壮美得令人赞叹。

这片地区是自然公园的一部分，继续向北就到了阿连特茹的西南部，是葡萄牙最长的一片受保护的海岸地带。海滩一个连着一个，有一些海滩连绵不绝伸至远方，另一些则较小，由宏伟的片岩和石灰石岸礁所环绕。波涛汹涌的大海就象是大自然的交响乐，为此番海边之旅伴奏助兴。

从最北端的奥德塞希出发，一块海滩位于溪流的两侧，既可以在大海里游泳，又可在河水中嬉戏。这里您将发现一些游人罕至的海滩，有些甚至几乎了无人迹，很难到达，如阿德加斯海滩 (Praia das Adegas)，专供天体主义者前往。瓦乐-都斯-沃门斯 (Vale dos Homens)、卡里阿仁 (Carriagem)、阿莫雷拉 (Amoreira) 和蒙特-克莱里古 (Monte Clérigo) 这些海滩，都是披满植被的峭壁包围中的海滩，散布在这处崎岖海岸线的各处，景色优美，值得游览。

阿尔热祖尔 (Aljezur) 城堡建于 10 世纪，是最后一座从摩尔人手中夺下的城堡，从这里可以眺望白色房屋、田野和远处的蒙希克山，景致别有风味。当地美食因甘薯而著名，不过主菜是贝类，如帽贝、藤壶和贻贝，和网线捕捞到的鲜鱼：白鳊鱼、金鳊鱼和鲈鱼，撒少许盐烤制而成即很美味。

继续向南，阿吉雷岩石 (Pedra da Argulha) 从海上升起直冲云霄，气势恢宏，成为这里标志性的风景。从阿里法纳 (Arrifana)、菲格伊拉斯峡谷 (Vale Figueiras) 和波尔德伊拉 (Bordeira) 海滩都可以看到这块岩石，那里还有冲浪和趴板冲浪的良好条件。但是冲浪手最喜欢的是阿玛多海滩 (Praia do Amado)，那里是很多葡萄牙全国及国际大赛的主办地，有多所冲浪学校。

田野上到处是五彩缤纷的鲜花，条条乡间小路伸向宁静的海滩。巴里加 (Barriga)、哥多巴 (Cordoama) 和卡斯特莱霍 (Castelejo) 等海滩的沙滩在退潮时会连成一片，形成长长的金色沙带，与边缘暗黑高耸的片岩峭壁形成鲜明的对比。聚精会神会有好处，这些海滩经常有成群的水獭造访，借着海洋环境觅食，此景难得一见。

较靠内地是维拉多比斯坡 (Vila do Bispo)，这里的教区教堂天花板上都贴满瓷砖。有道路通向圣维森特角 (Cabo de São Vicente) 和萨格里什 (Promontório de Sagres) 角，这里是欧洲的最西南端，看上去象是被按进了大洋，而在中世纪这里被认为是“世界的尽头”。辽阔的大海之美令人眼花缭乱。要想了解更多关于葡萄牙伟大航海史的知识，这里也是正确之选，从萨格里什开始，游览这里的防御工事、教堂和直径长达 43 米的 Rosa dos Ventos (指南针)。矗立在海角的灯塔的灯光在 95 公里外都能看到，是欧洲最强大的灯塔之一。灯塔的前身是 16 世纪嘉布遣会修士的照明设备，通宵燃烧。

这一地区也很适合观鸟，尤其是十月，很多鸟类物种为了寻找温暖的地方而成群结队地来到这里，届时还会举行观鸟节。在其他季节也能看到很多鸟类，如白鹭、白腹隼鹰和鱼鹰，鱼鹰已经濒临灭绝，这里成了它们最后的庇护天堂。如果它们发现了您，一眨眼就会消失得无影无踪，所以一定要保持安静，而且要沿着步行道走。

在面南的海岸，很多海滩的环境非常适合开展水上运动，期待着您的光临。除了冲浪和风帆冲浪之外，这一整片地区，包括贝利谢 (Beliche)、托内尔 (Tonel)、马雷塔 (Mareta)、玛提哈 (Martihal)、英格瑞那 (Ingrina) 和扎维奥 (Zavial) 海滩都很适合水肺潜水，探寻水下的洞穴和岩石凹穴，里面满是海洋生物。在自然公园边缘的萨莱玛 (Salema) 和布尔高 (Burgau)，您可以发现其他风景如画的海滩，那里历史悠久的捕鱼传统至今仍然盛行。游完欧洲最美丽也是受破坏最少的这段海岸，您会真正感受到大自然的无穷魅力，您的旅行也到此结束。