



EUROPA: PORTUGAL

## PORTUGAL – ZWISCHEN WEINBERGEN IM GRÜNEN NORDEN

> 3-tägiges Trekking (5 - 8 Std. täglich), Wanderungen: 3 x moderat (4 - 6 Std.)

An der Strandbucht Praia Moledo entlang der Atlantikküste wandern

In Porto den berühmten Portwein in der Kellerei Burmester kosten

Über das Cruz dos Franceses bis nach Rubiães trekken

Von der Burg von Lousã entlang einer Levada bis nach Cerdeira hinabsteigen

Dem Soajo Trail bis zum Kloster Nossa Senhora da Peneda folgen

Auf der Wanderung nach Cerdeira an den Naturpools von Ribeira São João Halt machen

"Die Sonne strahlt auf das Gesicht, der Duft von Kiefern und Eukalyptus weht durch die Luft. Maisfelder rascheln im Wind und am Wegesrand plätschert der Bach und sorgt für frisches Trinkwasser. Ein Bauer treibt seine Kühe über den Feldweg, einzelne Pilger ziehen an mir vorbei. Der Norden Portugals ist ruhig - und ich kann nicht genug bekommen von dieser ergreifenden Natur" (Paulo Palhota)

Wir trekken mit Paulo drei Tage auf dem Jakobsweg, wandern entlang einer Levada bis nach Cerdeira und erkunden den Küstenabschnitt bei Caminha. Wir folgen Waldpfaden, Forstwegen und Kopfsteinpflaster, wandern entlang schattiger Kastanienalleen und uriger Dörfer. In einem kleinen Restaurant in Talasnal lernen wir, wie man einheimische Gerichte kocht, in Lousã genießen wir den besonderen Likör der Region und in Porto probieren wir den weltbekannten Portwein. Apropos Porto - wir schlendern durch die bunten Gassen der Stadt am Douro, überqueren zu Fuß die große Eisenbrücke und besuchen die Kathedrale, bei der die Pilger ihre Reise beginnen. Aber auch die kleinen Städte ziehen uns in ihren Bann - wir lauschen den musizierenden Laternen in Ponte de Lima, gehen auf Zeitreise ins Mittelalter in Barcelos und erkunden die alten Stadtmauern von Valença. Zwischendurch lockt ein Pastel de Nata oder eine Caldo verde und abends die gesamte Kulinarik Portugals! Im Takt der Wanderstöcke lassen wir den Alltag ganz weit hinter uns.



## REISEDETAILS

### **1. Reisetag: Tag 1 Anreise nach Lissabon**

Flug nach Lissabon. Wir fahren zu unserer Unterkunft und gehen anschließend gemeinsam in einem Restaurant der Stadt essen.

Fahrstrecke: von 5 km - bis 5 km

### **2. Reisetag: Tag 2 Fahrt nach Lousã, Spaziergang an der Atlantikküste und Likör-Tasting**

Wir beginnen den Tag mit einer kleinen Stadtführung durch Lissabon. Vom Hotel aus laufen wir Richtung Altstadt. Beim Aussichtspunkt Miradouro das Portas do Sol lassen wir den Blick über die Dächer der Alfama und den Fluss Tejo schweifen. Wir passieren alte Kaffeehäuser und die Kirche Igreja de São Roque. Anschließend fahren wir nach Lousã. Auf dem Weg halten wir an der Atlantikküste und machen einen Spaziergang. Nachdem wir Lousã erreicht haben, wartet noch ein Likör-Tasting auf uns: Der Beirão Likör ist ein Exportschlager Portugals und definitiv das Probieren wert. Unser Abendessen genießen wir dann in einem Restaurant in Lousã, bevor es in unsere Unterkunft geht.

Fahrzeit: von 3 Std. - bis 3 Std.

Gehzeit: von 1 Std. - bis 2 Std.

Fahrstrecke: von 250 km - bis 250 km

### **3. Reisetag: Tag 3 Wanderung von der Burg von Lousã nach Cerdeira, Kochkurs in Cerdeira**

Wir fahren nach unserem Frühstück nach Cerdeira, wo wir unsere Wanderstiefel schnüren und an der Burg Lousã unsere heutige Wanderung beginnen. Wir passieren den kleinen Ort Ribeira de São João, in dem es schöne Naturwasserpools gibt. Wir folgen anschließend einer wunderschönen Levada und unser Weg wird von zahlreichen Kastanienbäumen gesäumt. Auch Korkeichen und der Duft der Kiefern begleiten uns. Hier leben viele Rehe und sogar Bären sind hier zu Hause. Unsere Wanderung endet im kleinen Dorf Cerdeira, wo wir in einem kleinen Restaurant einen Kochkurs besuchen und lernen, wie die einheimischen Gerichte zubereitet werden. Natürlich verspeisen wir unser Meisterwerk im Anschluss. Am späten Nachmittag fahren wir zurück nach Lousã. Abends zieht es uns wieder in ein Restaurant im Ort.

Fahrzeit: von 1 Std. - bis 1 Std.

Gehzeit: von 5 Std. - bis 6 Std.

Fahrstrecke: von 45 km - bis 45 km

Höhe: Aufstieg 370 Hm - Abstieg 800 Hm

### **4. Reisetag: Tag 4 Fahrt nach Porto, Stadtrundgang, Weiterfahrt nach Braga**

Wir fahren heute nach Porto, die Stadt am Douro. Wir machen einen Stadtrundgang und sehen dabei die markante Brücke Ponte de D. Luis I, die Kathedrale, von welcher der Jakobsweg startet und auch der Bahnhof ist einen Besuch wert - warum? Das erklärt uns unser Reiseleiter. Die zahlreichen Gassen und bunten Gebäude der Stadt ziehen uns in ihren Bann. Natürlich darf auch der Besuch eines Portweinkellers nicht fehlen - Verkostung inklusive! Nach so vielen Eindrücken fahren wir weiter nach Braga, wo wir unsere Unterkunft beziehen.

Fahrzeit: von 2.5 Std. - bis 2.5 Std.

Gehzeit: von 1 Std. - bis 2 Std.

Fahrstrecke: von 210 km - bis 210 km

## **5. Reisetag: Tag 5 Fahrt nach Rates, Beginn Trekking auf dem Jakobsweg**

Wir werden am Morgen nach Rates gefahren. Dort starten wir zu unserem Trekking auf dem Jakobsweg. Wir wandern entlang verschiedener Waldwege und Maisfelder, hin und wieder begegnet uns ein Bauer mit seinen Kühen. Die gelben Pfeile weisen uns den Weg und schon bald passieren wir das kleine Dorf Reguengo. Wir wandern weiter leicht bergauf und bergab, erreichen ein kleines Sägewerk und nehmen ein paar Stufen hinab zur Kirche von Carvalhal. Über eine alte Steinbrücke queren wir den Fluss Cavado und erreichen Barcelos. Hier machen wir einen kleinen Spaziergang durch die Kleinstadt. Wie viele Jahre diese erstaunlichen Bauten hier wohl schon stehen? Nach einer Pause motivieren wir uns noch für den zweiten Teil unserer Wanderung bis nach Portela de Tamel. Es geht immer wieder ein Stück auf Asphaltstraßen entlang bergauf bis wir endlich die kleine Ortschaft erreichen. Die erste Etappe ist geschafft und der Bus bringt uns zurück nach Braga, wo wir uns frisch machen und den Abend zur freien Verfügung genießen können.

Fahrzeit: von 1.5 Std. - bis 1.5 Std.

Gehzeit: von 7 Std. - bis 8 Std.

Fahrstrecke: von 70 km - bis 70 km

Höhe: Aufstieg 450 Hm - Abstieg 340 Hm

## **6. Reisetag: Tag 6 Trekking von Portela de Tamel nach Ponte de Lima**

Wir werden heute zum Endpunkt unseres gestrigen Trekkings gebracht und starten frisch ausgeruht in Ponte de Lima. Die heutige Etappe führt uns leicht bergauf über wenig befahrene Straßen und Forstwege bis zum Dorf Aborim. Dort schlagen wir einen wunderschönen Pflasterweg ein, welcher mit Weinreben überdacht ist. Wir passieren die mittelalterliche Brücke Ponte das Tábuas und folgen den sich schlängelnden Feldwegen bis nach Vitorino dos Piães. Hier können wir eine kleine Pause einlegen. Ein letzter kleiner Anstieg nach Portela da Facha und und etwas bergab nach Campo Novo - und schon bald erblicken wir von weitem die lange Brücke von Ponte de Lima. Wir laufen bis zu unserer Unterkunft, wo wir auch zu Abend essen.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Gehzeit: von 6 Std. - bis 7 Std.

Fahrstrecke: von 32 km - bis 32 km

Höhe: Aufstieg 240 Hm - Abstieg 400 Hm

## **7. Reisetag: Tag 7 Trekking von Ponte de Lima nach Rubiães**

Die letzte Etappe des Jakobsweges steht uns bevor. Wir laufen vom Hotel los und steigen durch Wald über geröllige Wege bis zum Cruz de los Franceses hinauf. Was sich hier wohl ereignet hat? Bald schon erreichen wir die Anhöhe Portela Grande, von wo aus wir einen schönen Ausblick über das Waldgebiet und die umliegenden Hügel haben. Der weitere Weg führt uns gleichmäßig bergab über eine mittelalterliche Steinbrücke in Águalonga bis zum kleinen Dorf Rubiães. Von dort werden wir mit dem Bus zurück nach Ponte de Lima gebracht. Diesen Abend suchen wir uns ein schönes Restaurant in Ponte de Lima.

Fahrzeit: von 0.5 Std. - bis 0.5 Std.

Gehzeit: von 5 Std. - bis 6 Std.

Fahrstrecke: von 25 km - bis 25 km

Höhe: Aufstieg 450 Hm - Abstieg 300 Hm

## **8. Reisetag: Tag 8 Wanderung auf dem Soajo Trail**

Heute wandern wir auf dem Soajo Trail. Dafür werden wir morgens nach Soajo gefahren. Der Trail folgt einem mittelalterlichen Weg, der die einmalige Verbindung zwischen dem Ort Castro Laboreiro und der Stadt Soajo widerspiegelt. Was genau es damit auf sich hat, erklärt uns unser Reiseleiter. Bald schon erreichen wir das Tal von Lima und passieren das Kloster der Nossa Senhora da Peneda. Auf diesen alten Pfaden sind seit mehr als tausend Jahren schon Pilger unterwegs. Wir besuchen das Kloster und fahren danach zurück nach Ponte de Lima, wo wir wieder in einem Restaurant der Stadt zu Abend essen.

Fahrzeit: von 2 Std. - bis 2 Std.

Gehzeit: von 5 Std. - bis 6 Std.

Fahrstrecke: von 90 km - bis 90 km

Höhe: Aufstieg 900 Hm - Abstieg 520 Hm

## **9. Reisetag: Tag 9 Fahrt nach Valença, Küstenwanderung von Caminha nach Carreço, Fahrt nach Viana do Castelo**

Wir fahren morgens nach Valença, der Grenzstadt zu Spanien. Nur der Fluss Miño trennt die beiden Länder. Wir besichtigen die alte Stadtmauer und schlendern durch die Gassen der alten Stadt. Anschließend fahren wir nach Caminha und machen eine Küstenwanderung. Wir passieren die Bucht Praia Moledo und den Leuchtturm Montedor, bis wir die Ortschaft Carreço erreichen. Nach so viel frischer Seeluft fahren wir nach Viana do Castelo, wo wir unsere Unterkunft beziehen, einen kleinen Spaziergang machen und in einem Restaurant der Stadt einkehren. Ein gelungener Abschluss im schönen Norden Portugals!

Fahrzeit: von 2 Std. - bis 2 Std.

Gehzeit: von 4 Std. - bis 5 Std.

Fahrstrecke: von 100 km - bis 100 km

Höhe: Aufstieg 47 Hm - Abstieg 40 Hm

## 10. Reisetag: Tag 10 Fahrt nach Porto, Heimreise

Wir fahren mit dem Bus zum Flughafen von Porto und treten unsere Heimreise an.

Fahrzeit: von 1 Std. - bis 1 Std.

Fahrstrecke: von 70 km - bis 70 km

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
01.10.2020	10.10.2020	X	1.898 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

## LEISTUNGEN

- > Hauser-Reiseleitung ab Lissabon bis Porto
- > Flug mit TAP Portugal ab/bis München nach Lissabon, zurück ab Porto
- > Derzeitige Flughafensteuer, Abflugsteuer und Sicherheitsgebühren
- > Rail&Fly-Fahrkarte ab/bis deutsche Grenze
- > Übernachtung 7 x in Mittelklassehotels, 2 x im Gästehaus
- > 9 x Frühstück, 1 x Mittagessen, 7 x Abendessen
- > Eintrittsgebühren lt. Programm
- > CO2-Kompensation des Fluges über atmosfair
- > Reisekrankenversicherung inkl. Such-, Rettungs- und Bergungskosten und Krankenrücktransport sowie 24 Std. Notrufservice

## ZUSATZLEISTUNGEN

- > Anschlussflüge vorbehaltlich Verfügbarkeit: innerdeutsch 120,00 €; Wien, Zürich Aufpreis auf Anfrage (0 €)
- > Einzelzimmerzuschlag 260,00 € (0 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (260 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (260 €)
- > Einzelzimmerzuschlag (260 €)

## NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Weitere Mahlzeiten und Getränke (ca. 150,00 €)
- > Trinkgelder
- > Individuelle Ausflüge und Besichtigungen

## TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 12

## ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair



**NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen!** Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Portugal entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **996 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **24 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

## ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 28 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 28 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei kurzfristigen Buchungen (weniger als 28 Tage vor Reisebeginn) ist der Reisepreis, sofern keine Absage nach AGB Ziffer 5.1. mehr erfolgen kann, bei Übergabe der Reiseunterlagen sofort fällig.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.