

OUTDOOR

Regional

Portugals Norden

25 Wanderungen in wilder Natur



mit
GPS-Tracks
und Extra-Tipps
für Wanderer mit
Kind und
Hund



A hiker with a large blue backpack is walking away from the camera on a dirt trail. The trail is surrounded by dry, scrubby vegetation and leads up a hillside. In the background, another hiker is visible further up the trail. The sky is clear and blue.

Nationalpark Peneda-Gerês

**Serra da Freita
und Zusatztour**

Serra d'Arga

**Serra da Estrela
und Zusatztour**

*Auf dem Hochplateau auf dem Weg
zu den Minas dos Carris (Tour 9)*

Portugals Norden

Copyright Conrad Stein Verlag GmbH.
Alle Rechte vorbehalten.

Der Nachdruck, die Übersetzung, die Entnahme von Abbildungen, Karten, Symbolen, die Wiedergabe auf fotomechanischem Wege (z. B. Fotokopie) sowie die Verwertung auf elektronischen Datenträgern, die Einspeicherung in Medien wie Internet (auch auszugsweise) sind ohne vorherige schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar.

Alle Informationen, schriftlich und zeichnerisch, wurden nach bestem Wissen zusammengestellt und überprüft.

Sie waren korrekt zum Zeitpunkt der Recherche.

Eine Garantie für den Inhalt, z. B. die immerwährende Richtigkeit von Preisen, Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie Internetadressen, Zeit- und sonstigen Angaben, kann naturgemäß von Verlag und Autor – auch im Sinne der Produkthaftung – nicht übernommen werden.

Die Autorin und der Verlag sind für Lesertipps und Verbesserungen (besonders per E-Mail) unter Angabe der Auflagen- und Seitennummer dankbar.

Dieses OutdoorHandbuch hat 159 Seiten mit 62 farbigen Abbildungen, 26 farbigen Kartenskizzen im Maßstab 1:50.000/75.000 sowie 26 farbigen Höhenprofilen und einer farbigen, ausklappbaren Übersichtskarte. Es wurde auf chlorfrei gebleichtem, FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt, in Deutschland klimaneutral hergestellt und transportiert und wegen der größeren Strapazierfähigkeit mit PUR-Kleber gebunden.



Dieses Buch ist im Buchhandel und in Outdoor-Läden erhältlich und kann im Internet oder direkt beim Verlag bestellt werden.

OutdoorHandbuch aus der Reihe „Regional“, Band 410

ISBN 978-3-86686-540-2

1. Auflage 2019

© BASISWISSEN FÜR DRAUSSEN, DER WEG IST DAS ZIEL UND FERNWEH-SCHMÖKER sind urheberrechtlich geschützte Reihennamen für Bücher des Conrad Stein Verlags

Text: Sara Anna Danielsson

Fotos: Sara Anna Danielsson und Paulo de Sousa (📧 www.wildathike.com)

Karten: Manuela Dastig

Lektorat & Layout: Anna-Lena Ebner

Gesamtherstellung: gutenbergs beuys feindruckerei

Dieses OutdoorHandbuch wurde konzipiert und redaktionell erstellt vom:



Conrad Stein Verlag GmbH, Kiefernstr. 6, 59514 Welver,
 ☎ 023 84/96 39 12, 📠 023 84/96 39 13,
 ✉ info@conrad-stein-verlag.de,
 🌐 www.conrad-stein-verlag.de

Besuchen Sie uns bei Facebook & Instagram:



www.facebook.com/outdoorverlag






















www.instagram.com/outdoorverlag

Titelfoto: Auf dem trigonometrischen Punkt mit Aussicht auf Porto (Tour 16)

Inhalt

Der Norden Portugals		7
Reise-Infos		9
Anreise	9 GPS	14
Verkehrsmittel	10 Updates	15
Unterkünfte	11 Wandern mit Hund	15
Wanderinfrastruktur	12 Wandern mit Kind	16
Klima und Reisezeit	12 Generelle Tipps	17
Kartenempfehlung	13	
Nationalpark Peneda-Gerês		19
① Vom Aussichtspunkt Pedra Bela in das Teixeira-Tal (11,3 km)		20
↳ Eine Wanderung für Naturbegeisterte		
② Via Nova – Die Römerstraße (9,4 km)		26
→ Eine Wanderung für Natur- und Kulturinteressierte		
③ Die Bergweiden von Pousios (7,9 km)		33
↳ Eine Bergwanderung für Naturfreunde		
④ Vom Forsthaus Casa de Leonte zu den Gebirgsweiden Prados da Messe (12,7 km)		37
↳ Eine herausfordernde Wanderung für Bergenthusiasten		
⑤ Das Bergdorf und Kloster Pitões das Júnias (4,4 km)		42
↳ Eine kurze Rundwanderung für Familien und Naturfreunde		
⑥ Die Megalithen der Hochebene von Castro Laboreiro (13,3 km)		48
↳ Eine Bergwanderung für archäologisch Interessierte		
⑦ Die sieben Lagunen des Gerês (9,9 km)		55
↳ Eine Wanderung für Familien und Wasserratten		
⑧ Sistelo – das Tibet Portugals (20,6 km)		59
→ Eine lange, anspruchsvolle Bergwanderung für Naturliebhaber		

- 9 Grenzüberquerung vom Tal Vale do Homem zu den Gruben Minas dos Carris und Minas das Sombras in Galicien (28,6 km) 66
 ↻ *Eine lange Bergwanderung für Natur- und Kulturliebhaber* 🧑🧑🧑 🐾 🐾
- 10 Die blaue Lagune des Gerês (10 km) 72
 ↗ *Eine Wanderung für Wasserratten und Naturbegeisterte*
 🧑🧑🧑 🐾 🐾 🐾
- Serra da Freita und Zusatztour** 78
- 11 An den Steilhängen des Wasserfalls von Mizarela (7,3 km) 79
 ↻ *Eine Wanderung für Naturliebhaber* 🧑🧑🧑
- 12 Der Karrenweg von Covelo do Paivó (10,2 km) 86
 ↗ *Eine Wanderung für Natur- und Kulturinteressierte* 🧑🧑🧑 🐾 🐾
- 13 Drave – Das magische Dorf (8,4 km) 91
 ↗ *Eine beliebte Wanderung für Familien und Kulturinteressierte*
 🧑🧑🧑🧑🧑 🐾 🐾 🐾
- 14 Die Route des Schiefers von Canelas (16,6 km) 96
 ↻ *Eine Tour für Freunde von abwechslungsreichen Wanderungen*
 🧑🧑🧑 🐾
- 15 Der Panoramaweg Passadiços do Paiva (9,6 km) 101
 → *Eine Panoramatour für Familien und Genießer* 🧑🧑🧑🧑🧑
- 16 Das Dörfchen Couce, das Paläozoikum und der Blick über Porto (10,6 km) 106
 ↻ *Eine stadtnahe Entdeckungstour für Naturliebhaber* 🧑🧑🧑🧑 🐾
- Serra d'Arga** 112
- 17 Vom Dorf Pedrulhos auf den Gipfel des Pedra Alçada (12,6 km) 113
 ↻ *Eine Bergwanderung für Naturliebhaber* 🧑🧑🧑 🐾
- 18 Der Weg des Sonnenuntergangs (10,1 km) 118
 ↻ *Eine angenehme Wanderung für Natur- und Kulturliebhaber*
 🧑🧑🧑 🐾 🐾

-  Berge und Meer in Caminha und Moledo (19,7 km) 122
 *Eine Rundwanderung für Naturliebhaber*  
- Serra da Estrela und Zusatztour** 128
-  Vom Vale de Rossim zum Gletschertal Nave da Mestra (14,1 km) 129
 *Eine Tour für Naturliebhaber*  
-  Der Ort Manteigas und der Wasserfall Poço do Inferno (14 km) 135
 *Eine Bergwanderung für Naturliebhaber*  
-  Von Manteigas zum Torre, dem höchsten Gipfel des portugiesischen Festlands (13,9 km) 141
 *Eine anstrengende Tour für Naturliebhaber*   
-  Das Tal von Santa Maria (13 km) 147
 *Entspannte Wanderung für Naturliebhaber und Kulturinteressierte*
  
-  Die Hochebene Poios Brancos (8 km) 151
 *Eine Panoramatour für Familien und Naturfreunde*  
-  Von Luso in den Urwald von Buçaco (5,5 km) 155
 *Eine Kulturwanderung für die ganze Familie*    

Wo noch vor einiger Zeit die Ruine eines verlassenen Hauses stand, ist heute ein lebendiges Gasthaus. Wo der Strand vor einem Jahrzehnt von der Industrie verschmutzt war, lernen Ausländer so wie Einheimische jetzt das Surfen. Diese Entwicklung gilt auch für die Bergregionen: Bei jedem Besuch gibt es neue Unterkünfte und organisierte Unternehmungen zu entdecken.


In diesem Buch habe ich einige der schönsten und spannendsten Wanderwege der Region zusammengestellt. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Wandern und Entdecken!


Ihre Sara Danielsson

Reise-Infos

Anreise

Portugal liegt in der südwestlichsten Ecke Europas, das einzige angrenzende Land ist Spanien und auf der westlichen Seite beginnt der Atlantik. Von Deutschland, Österreich und der Schweiz aus eignet sich am besten natürlich die Anreise mit dem Flugzeug. Natürlich ist es auch möglich, mit dem eigenen Auto oder Wohnmobil nach Portugal zu fahren. Dies lohnt sich aber nur, wenn Sie einen längeren Zeitraum zur Verfügung haben.


 Nach Porto kommen Sie unter anderem direkt mit der Lufthansa von Frankfurt und München aus. Mit Ryanair von Hamburg, Bremen, Dortmund, Berlin, Frankfurt (Hahn), Baden-Baden, Memmingen und Nürnberg. Mit Easyjet von Basel und Genf. Mit Transavia von München und mit Swiss von Genf.


-  www.lufthansa.de
- ◆ www.ryanair.de
- ◆ www.easyjet.de
- ◆ www.transavia.com
- ◆ www.swiss.com


Verkehrsmittel

Wenn Sie erst einmal in Porto sind, gibt es mehrere Möglichkeiten, um in die Berge zu kommen. In diesem Wanderführer werden verschiedene Bergregionen vorgestellt, die zwar alle mit dem öffentlichen Nahverkehr zu erreichen sind, bei Weitem nicht jeder Wanderweg liegt jedoch nahe einer Bushaltestelle. Am Flughafen von Porto ein Auto zu mieten, macht Ihre Reisegestaltung flexibler und bringt Sie in allen Fällen schneller ans Ziel.

In diesem Abschnitt werden die verschiedenen Möglichkeiten, sich in Portugal mithilfe des Fernverkehrs und öffentlichen Nahverkehrs fortzubewegen, generell vorgestellt. Eine genauere Beschreibung finden Sie, falls öffentliche Verkehrsmittel vorhanden sind, bei der jeweiligen Tour. Jeder der 25 Startpunkte ist mit dem Auto zu erreichen und es gibt die Möglichkeit, den Wagen dort abzustellen. Ich möchte hier also ganz deutlich den **Mietwagen** eher als Bus oder Bahn empfehlen. Am Flughafen gibt es zahlreiche Mietwagenfirmen mit teilweise erstaunlich günstigen Preisen. Insbesondere außerhalb der Hochsaison im Juli und August sind die meisten kleineren Mietwagen wirklich erschwinglich. Wählen Sie jedoch eine renommierte Mietwagenfirma – dort sind die Preise auf den ersten Blick höher, erweisen sich am Ende jedoch als günstiger.

 Wenn Sie keinen Mietwagen mieten wollen, so ist für die meisten Gegenden der **Bus** die beste Alternative. Es sei jedoch mit aller Ehrlichkeit gesagt, dass die Bergregionen sich am besten mit einem Auto erreichen lassen. Je weiter Sie sich von den Städten entfernen, desto dünner wird das Angebot an öffentlichen Verkehrsmitteln. Aufgrund dessen sind bei Weitem nicht alle Wanderungen in diesem Buch ohne Auto erreichbar. Muss es ohne Auto funktionieren, kann eine Kombination von Bus, Zug und Taxi die beste Lösung sein. Eine Alternative sind natürlich geführte Wanderungen, wo die Anfahrt oft im Paket beinhaltet ist.

Das Unternehmen **Rede Expressos** ( www.rede-expressos.pt) hat mit rund 300 Orten das am besten ausgebaute Streckennetz von Fernbussen in Portugal.

Weitere Strecken und Verbindungen finden Sie auch bei  www.citiexpress.eu und www.transdev.pt/aeroportoporto.

Nationalpark Peneda-Gerês



P R 10
Cume da Malhada

*Wegweiser an einem
Rastplatz (Tour 10)*













Die Bergweiden von Pousios



Eine Bergwanderung für Naturfreunde



Diese recht kurze Rundwanderung führt Sie in einen weniger besuchten Winkel des Gerês. Von dem kleinen Dorf Pousios führt ein alter, gepflasterter Pfad hinauf in die Berge und zu den Ruinen ehemaliger Ställe und Hütten der Hirten. Sie bekommen eine wundervolle Aussicht über die felsige Landschaft und die grünen Terrassenfelder unten im Tal. Hier oben können Sie auch Wildpferden oder anderen weidenden Tieren begegnen. Weiter geht es durch das Dorf Ribeiro de Baixo und am Fluss Rio Castro Laboreiro zurück zum Ausgangspunkt.

-  Start/Ziel: am alten Parkwächtergebäude im Dorf Pousios, GPS N 41°57.860' W 008°11.005'
-  7,9 km
-  3 Std.
-  676 m/676 m
-  568-1.016 m
-  Die offizielle Markierung des PR Curro da Velha sind rot-gelbe Streifen. Zusätzlich finden sich auch die typischen Steinmännchen, die von Schäfern und anderen Wanderern aufgestellt wurden.
-  Sandige und steinige Wanderwege und etwas Asphalt. Nahezu die gesamte Strecke ist der Sonne ausgesetzt, denken Sie also an Sonnenschutz. Sie benötigen ein wenig Trittsicherheit, jedoch keine Schwindelfreiheit.
-  Sie finden entlang der gesamten Strecke keine Restaurants. Auf der spanischen Seite der Grenze ist der Ort Lobios am nächsten gelegen. Dieser ist mit dem Auto ungefähr 30 Min. entfernt. Dort ist besonders das Restaurant Lusitano im gleichnamigen Hotel zu empfehlen, das lokale Spezialitäten anbietet, z. B. Wild aus der Region. Auf der portugiesischen Seite ist die Ortschaft Castro Laboreiro am nächsten. Auch hier finden Sie Restaurants.
-  keine
-  Die Wanderung ist nicht sehr lang und hat auch nicht sonderlich viele Höhenmeter, daher ist sie auch für Kinder geeignet.
-  Die Tour eignet sich gut für Hunde, es gibt jedoch nicht zu jeder Jahreszeit Wasser entlang des Weges, auch wenn Sie mehrere Bäche überqueren werden.
-  Es gibt kostenlose Parkmöglichkeiten direkt am Startpunkt.

Beginnen Sie die Wanderung am alten Haus der Parkwächter. Von der linken Seite des Gebäudes aus führt ein breiter Karrenweg aus Steinplatten im Zickzack langsam, aber stetig bergaufwärts. Nach 1,4 km sind Sie bereits auf 1.000 m Höhe und hier ist Aufmerksamkeit gefragt, denn ein breiterer Pfad führt geradeaus weiter, während der Wanderweg scharf nach links abbiegt ❶. Kleine Steinmännchen (auf Portugiesisch *mariolas* genannt) helfen jedoch, den richtigen Weg zu finden.

Genau an der Wegscheide liegen die *brandas*, die mit Steinplatten eingegrenzten Bergweiden und die Ruinen der Ställe. Auch heute weiden hier oben noch Ziegen und Kühe, die Hütten der Schäfer wurden jedoch schon vor Langem dem Verfall überlassen.

Nun geht es nicht mehr in die Höhe, sondern auf dem **f7** Hochplateau weiter nach Süden, bis Sie nach weiteren 600 m zum Curro da Velha, den „Ställen der alten Frau“, die diesem Wanderweg seinen offiziellen Namen geben, gelangen ❷.

Der steinerne Pfad schlängelt sich weiter über den Berg Rücken und wenn es gerade beginnt, bergab zu gehen, passieren Sie die Schäferhütte Chão da Roca.

Aussicht am Weg





Pf Die Aussicht über das Tal und Spanien auf der anderen Seite des Flusses ist entlang des gesamten Weges schön.

Von hier an wird das Gefälle steiler und der Pfad folgt einem kleinen Bach. Im Winter oder nach starken Regenfällen kann es hier recht rutschig sein, gehen Sie also mit entsprechender Vorsicht.

Bald kommen die ersten Häuser des Bergdorfes Ribeiro de Baixo in Sicht und der zuvor recht anspruchsvolle Pfad verwandelt sich an dieser Stelle in einen breiten, von einer Steinmauer gesäumten Fußweg. Zu Ihrer Rechten können Sie die schmalen Felder der Bauern betrachten, die in zahllosen Terrassen in den Hang gebaut wurden. Folgen Sie immer den deutlichen Markierungen.





Portugas Norden von Sara Anna Danielsson

25 Wanderungen in
4 Regionen:

- im Nationalpark
Peneda-Gerês
- in der Serra da Freita
- in der Serra d'Arga
- in der Serra da Estrela

- ▷ Praktische Griffmarken
- ▷ Ausklappbare Legende mit
einprägsamen Symbolen
- ▷ farbige Übersichtskarte
- ▷ 26 farbige Kartenskizzen im
Maßstab 1:50.000/1:75.000
- ▷ 26 farbige Höhenprofile
- ▷ 62 farbige Abbildungen
- ▷ Haltbare PUR-Klebebindung
- ▷ Chlorfrei gebleichtes,
FSC®-zertifiziertes Papier



ClimatePartner.com/1096119019003



1. Auflage 2019

OutdoorHandbuch Band 410

ISBN 978-3-86686-540-2

€ 12,90 [D]



9 783866 186540 2