

海岸

アルガルヴェ

Lagoa

Praia Grande - Ferragudo

住所：Ferragudo - Lagoa

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;
プライア・グランデ (Praia Grande) - フェラグード (Ferragudo)
フェラグードは、白い家々がアラデ川 (Rio Arade) の岸辺まで建ち並んでいる絵のように美しい漁村です。かつてこの村は、対岸にあるポルティマオン (Portimão) の街と共に一帯の海岸線を守っていました。両岸に要塞をつくり、敵の海軍を両側から攻撃することによって、それぞれの土地を守っていたのです。フェラグードの隣には、プライア・グランデ (大きな浜) という名にふさわしい、広大な砂浜があります。さまざまなマリンスポーツに適したビーチで、サーフィンやウインドサーフィンのスクールもあります。

Lagos

Meia Praia

住所：Lagos

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

メリア・プライア (Meia Praia) ラゴス (Lagos) 一帯で最も有名なビーチのひとつであるメリア・プライアは、マリーナ (Marina) からアルヴォル (Alvor) 河口域まで5キロほど続く砂浜です。この砂浜の東端は、プライア・デ・サン・ロケ (Praia de São Roque) と呼ばれるビーチになっています。メリア・プライアは、鉄道の駅が近いことに加え、身障者用の入口や設備が整っています。マリンスポーツ用具のレンタルサービスやウインドサーフィンのスクールなど、その他の施設やサービスも充実しています。

Loulé

Praia de Vale de Lobo

住所：Almancil - Loulé

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

プライア・デ・ヴァレ・ド・ロボ (Praia de Vale do Lobo) プライア・デ・ヴァレ・ド・ロボは、世界でも有名な観光リゾート地、ヴァレ・ド・ロボに隣接するビーチです。周りを囲む赤味がかった崖の上には、アルガルヴェ (Algarve) で最も有名で写真に撮られることも多いゴルフコースがあります。広い砂浜は、隣のビーチまで何キロにもわたって伸びており、長い散歩を楽しむのに最適です。ここではさまざまなスポーツやレクリエーション活動ができるようになっており、マリンスポーツとともに、松林や庭園のある手入れの行き届いた環境の中でゴルフやテニスも楽しむことができます。

Praia do Garrão

住所：Loulé

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

プライア・ド・ガラオン (Praia do Garrão)

プライア・ド・ガラオンは、リア・フォルモザ自然公園 (Parque Natural da Ria Formosa) のすぐ外側にあるビーチです。広大な砂浜が広がるこのビーチは、人の少ないプライベートなビーチを求めている人も、さまざまなマリンスポーツの設備が整ったにぎやかなビーチを求めている人も楽しむことができます。

ポルトと北部地方

Esposende

Praia da Apúlia

住所：Apúlia - Esposende

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

サーフィン; ダイビング; ウインドサーフィン; ボディーボード;
セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

プライア・ダ・アプリア (Praia da Apúlia) プライア・ダ・アプリアは、リトラル・デ・エスポゼンデ景観保護区 (Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende) の中にあるビーチです。広い砂浜の周りを砂丘が取り囲み、ビーチを強い風から守っています。この砂丘には昔の風車小屋があり、現在は別荘として利用されています。あらゆるサービスや施設が整ったこのビーチは夏の休暇を過ごす場所として人気があります。ヨードが豊富なことから、専門家による健康アドバイスを受けられるサービスもあります。海藻が豊富なことがこのビーチの大きな特徴であり、これがポルトガル北部の海岸地域を代表する人物像である「サルガセイロ・ダ・アプリア」を生み出しました。これはサルガッソ (現地での海藻の呼び名) を採る人のことであり、採った海藻は周囲の農地で肥料として使われました。

Praia Suave Mar

住所：Esposende

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

サーフィン; ダイビング; ウインドサーフィン; ボディーボード;
セーリング;

プライア・スアヴェ・マール (Praia Suave Mar)

プライア・スアヴェ・マールは、カヴァド川 (Rio Cávado) の河口脇にある砂丘と松の木々に囲まれたビーチで、リトラル・デ・エスポゼンデ景観保護区 (Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende) の中にあります。エスポゼンデの街から直接行くことがで

Praia de Ofir

住所：Ofir - Esposende

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

サーフィン; ダイビング; ウインドサーフィン; ボディーボード;
セーリング;

プライア・デ・オフィール (Praia de Ofir)

プライア・デ・オフィールは、カヴァド川 (Rio

Cávado) の河口の南、リトラル・デ・エスポゼンデ景観保護区 (Área de Paisagem Protegida do Litoral de Esposende) の中にあるビーチです。砂丘と松の木々に囲まれ、ポルトガル北部の海岸線でも最も美しいエリアのひとつです。ここでは引き潮の時に海から岩が姿を表します。それらの岩がつくる形は地元で「ファオンの馬」と呼ばれています。このビーチは、夏の間中さまざまな人でにぎわいます。日中は、海水浴客たちがビーチの中央を陣取り、サーファーたちは大きな波を求めてビーチの南側へと向かいます。そのにぎわいは、ビーチの周りにはさまざまなレストランやバーやディスコで、夜遅くまで続きます。

きるため、プライア・デ・エスポセンデとも呼ばれ、地元で人気の高いビーチです。特にサーファーは一年を通じて多く、夏はウィンドサーフィンにも適しています。

ポルトガル中部地方

Ílhavo

Praia da Costa Nova

住所：Costa Nova - Ílhavo

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; シャワー;

アクティビティ:

サーフィン; ウィンドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

コスタ・ノヴァで最も絵のように美しいのは、白と交互に明るい色で模様塗られた木の小屋が並ぶ海岸の道路です。待合所兼道具置き場として漁師が作ったこれらの小屋は、今ではかなり特徴的な休暇用の家を作り変えられています。海が荒れることが多く、サーファーたちに非常に歓迎されるコスタ・ノヴァ・ド・ブラド・ビーチ (Praia da Costa Nova do Prado) は、ヴァゲイラ・ビーチ (Praia da Vagueira) の方向に南へと大きく広がっており、海辺を長い距離歩くのが好きな人にとっては最高の場所です。もう一方の海辺の道路では、静かな水面を持つアヴェイロの潟 (Ria de Aveiro) の河口が、まったく異なる自然環境を構成しているのでヨットとウィンドサーフィンにはもってこいの場所です。

Murtosa

Praia da Torreira

住所：Murtosa

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

アクティビティ:

サーフィン; ウィンドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

砂丘のそばにあるトーレイラ・ビーチは、アヴェイロの潟 (Ria de Aveiro) の河口を海から隔てる海岸線上にあり、訪問者は数メートル動くだけで、サーフィンの良好な波がある外洋と、ヨットやウィンドサーフィンに理想的な河口の静けさのどちらかを選ぶことができます。

このトーレイラ・ビーチ (Praia da

Torreira) は、南のサン・ジャシント (São Jacinto) から北のフラドウロ (Furadouro) まで途切れず25キロ続く巨大な砂浜の一部であり、歩く人たちに非常に高く評価されています。このビーチは、海に出て行く様子が頻繁に見られる明るい色がほどこされたボートによって昔からの漁業のルーツを守ってきました。この職業は過ぎ去った時代のもですが、酢漬けのウナギや、銅の食器で作られる魚のシチュー、カルディラーダ (Caldeirada) などの最も特徴的な料理を含む地域のすばらしい名物料理をいくつか保存する上で貢献しています。

Ovar

Praia do Furadouro

住所：Ovar

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;
レンタルクラフト;

アクティビティ:

サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

バリアフリー案内:

近隣の海岸;

フラドウロ・ビーチ 魚釣りやサーフィンの両方で有名であり、ビーチでの生活に大きく異なった時代とアプローチを明確に示す巨大なフラドウロ・ビーチ (Praia do

Furadouro) には、大西洋の高い波が打ち寄せます。内陸には深いマツの森があり、サイクリング用道路で結ばれるオヴァール (Ovar) からビーチまで約3キロの距離があります。この森を越えると、ウインドサーファーが求めてやまない穏やかな水面を持った河口部に着くことができます

リスボンとその周辺地方

Sesimbra

Praia da Lagoa de Albufeira

住所：Sesimbra

特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; シャワー; レンタルクラフト;

アクティビティ:

サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;
プライア・ダ・ラゴア・デ・アルブフェイラ (Praia da Lagoa de Albufeira) プライア・ダ・ラゴア・デ・アルブフェイラは、アルブフェイラ・ラグーン (Lagoa de

Albufeira) にあるビーチです。コスタ・ダ・カパリカ (Costa da Caparica) から何キロにもわたって続く砂浜の最南端に位置しており、広大な砂丘によって海とへだてられています。周りを松の木々に囲まれ、水は穏やかで、子どもたちが遊ぶ場所として理想的なだけでなく、ウインドサーフィン、セーリング、カイトサーフィンなどのスポーツにも最適です。ラグーンは細い水路を通じて海と直接つながっており、その周辺では時折危険な水流が起こることがあります。海に面した側には粗い砂に覆われたエリアがあり、そこに寄せる高い波はサーフィンやボディーボードに適しています。