

## ロータ・ヴィセンティーナ (Rota Vicentina)

について



写真: Algarve Promotion Bureau

ロータ・ヴィセンティーナ (Rota Vicentina)

西の海岸に沿って、ロータ・ヴィセンティーナ (Rota Vicentina) に向かいましょう。険しい断崖絶壁の間に海が見えてきます。時には、見渡す限りに咲き誇る野草が出迎えてくれるでしょう。これ以上に散策を楽しめる場所があるでしょうか...

このハイキング・コースはヨーロッパで最も美しく、保護されている沿岸地域にそって400 km 近く伸びています。メインのルートが2本と、8つの循環ルートがあり、それぞれ見事なまでに多様な景観をあらわし、歩くものを驚かせてくれます。

230kmの「歴史の道」は最も長いルートであり、サンティアゴ・ド・カセーン (Santiago do Cacém) からサン・ヴィサンテ岬 (Cabo de São Vicente) まで延びています。それは田舎道で、林道、市街地、村落を通して12の区画があります。数百年の歴史を持ち、徒歩でも自転車でも通れます。





Photo: © Rota Vicentina

同様に、「フィッシャーマンズ・トレイル」は、ビーチや漁場に出る小道を通過して、ポルト・コーヴォ (Porto Covo) とオデセイシェ (Odeceixe) の間の120kmの海岸線を進みます。この遊歩道は徒歩専用です。体力が要求されます。4つの区画と5つの補足コースに整備されています。



Photo: © Rota Vicentina



各区画も25 km以内で、1日で歩き通せるよう設計されています。どれを選ぶかはお客様次第です。したがって、好みや体力に応じて区画を選ぶことができます。

このプロジェクトに関連付けられている宿泊所に滞在しながら数日かけてルートを連続して進むことができます。事前に通知すると、ハイキングをより便利に快適に楽しめるよう、荷物の輸送を手配することができます。モニュメントを見学したり、美味しい地方料理やシーフード、新鮮な魚、そしてアレンテージョ (Alentejo) とアルガルヴェ (Algarve) のひととき食欲をそそる料理に舌鼓を打つのも良いでしょう。このルートはこの2つの地域を通っています。



Photo: © Rota Vicentina

歩きながら風景を堪能したり、野草や、朝のひんやりした空気の中で漂うハーブの香り、色とりどりの蝶など、自然が不意に見せる数々の表情をお楽しみください。もっとしっかり観察するには時間が長くかかります。しかし、そうすると、海の環境ではほとんど見られなくなったカワウソを目撃したり、海岸の絶壁であるこの場所に巣を張るコウノトリを目にしたりするなど、世界の他の場所では見られない貴重なチャンスに遭遇できます。



Photo: © Rota Vicentina

時間に限りがある場合や、身体的な問題がある場合は、循環ルートを歩いてみてはいかがでしょうか。短いコースで出発した場所に帰ってくるようになっており、半日かそれに満たない時間で帰ってくるすることができます。これらのルートはメイン ルート（歴史通り [Caminho Histórico] と漁師道 [Trilho dos Pescadores]）を補い、より楽しめるようにするためのもので、およそ90 km 程の道のりです。それぞれのルートはアルモグラヴェ [Almograve]、サン・ルイス [São Luís]、トロビスカイス [Troviscais]、サンタ・クララ [Santa Clara]、サボイア [Sabóia]、ボルデイラ [Bordeira]、カラパテイラ [Carrapateira] にあります。

大西洋の強い波でサーフィンするなど、いくつかのアクティビティを楽しんだり、平和で寂れた感さえるビーチを見つけたり、ハイキングのエクスカッションでリラックスするために1~2日滞在する価値は十分にあります。海のほかに、小川や河川も夏の暑さをしのぐのに良い場所です。





Photo: © Rota Vicentina

これらの道の多くは、サン・ヴィセンテ岬 (Cabo de São Vicente) からサンティアゴ・デ・コンポステーラ (Santiago de Compostela) に向かう巡礼者にはすでに良く知られていました。彼等のように、快適な靴や服装で準備万端整えれば出発できます。ただし、この天然の天国の保全に貢献していただくため、歩くことで環境を傷つけないようにしてください。必ず思い出に残る散歩になるでしょう...

#### お役立ち情報

[www.rotavicentina.com](http://www.rotavicentina.com)