

Portugal:

Kurzinformation für die Radtour

Zuletzt geändert am: 25.11.2016

Inhaltsverzeichnis:

- * Landeskunde für Radler
- * Klima und Reisezeiten
- * Straßen und Verkehr
- * Anreise
- * Fahrrad und öffentlicher Inlandsverkehr
- * Fahrradausstattung und Ersatzteile
- * Verpflegung
- * Unterkunft
- * Verschiedenes
- * Adressen und Informationsmöglichkeiten
- * Karten
- * Literatur
- * Impressum

Landeskunde für Radler

Der **Nordteil** des Landes entlang der spanischen Grenze ist von Gebirgen geprägt. Hier befindet sich in der Sierra de Estrella die höchste geteerte Straße des Landes zum 1.991 m hohen Gipfel des Torre. Tiefe Flusstäler zerschneiden meist in Ost-West-Richtung die nördliche Hälfte Portugals.

Nach Süden, in Richtung **Algarve**, wird es zunehmend flacher. Hier erreichen nur wenige "Berge" 350 m Höhe. So gibt es in dem Land vielfältige Landschaftsformen, die außerhalb der touristisch erschlossenen Gebiete den Radfahrern ein ruhiges Fahren ermöglichen. Breite Flusstäler stellen einen reizvollen Kontrast zu den kahlen Gebirgszügen dar. Sehenswerte Gebiete finden sich auf der Halbinsel **Peniche** sowie an der 900 km langen Küste zwischen der Felsenalgarve (bei Portimao) und Sines. Auf den anderen Abschnitten ist die Küstenlinie nicht ganz so abwechslungsreich.

Von den interessanten Städten sind besonders die Hauptstadt **Lissabon** (Mitte) und **Porto** (im Norden) zu nennen. In Porto ist die Fahrt mit dem Rad und der Blick von der 100 m hohen Brücke über den Douro ein erhebendes Erlebnis.

Da es - im Gegensatz zu Spanien - keine längeren Trockenperioden gibt, ist die Vegetation vielfältig und artenreich. Große Gebiete sind noch von Wald bedeckt, in dem immergrüne Arten wie beispielsweise Korkeichen vorherrschen. Im Süden und Osten gibt es große Kiefernbestände, in Mittelportugal noch zahlreiche schattenspendenden Alleen. An der Algarve bestimmen Palmen, Agaven, Feigenbäume und Pinien das schon fast tropische Bild. Hinzu kommen die vielen Eukalyptus- und Mandelbäume sowie Oleander- und Hibiskussträucher. Schließlich gibt es neben dem Obstanbau (Orangen, Zitronen, Pfirsiche) insbesondere an den Flüssen ausgedehnte Weinanbauflächen.

Klima und Reisezeiten

Das Klima in dem kleinen Land ist sehr unterschiedlich. Im Süden bildet das der Algarve vorgelagerte Gebirge eine Klimascheide. Hier blühen schon im Februar die Mandelbäume, und die Wassertemperatur liegt dort selbst im Winter selten unter 15 °C (im Sommer sind es um 20 °C). Die heißen Sommer werden durch frische Meeresbrisen erträglich. Ähnliche Temperaturen gelten auch für die Provinzen zwischen Coimbra und Lissabon, während das Wetter im Norden durch den stärkeren Einfluss des Atlantik (mehr Niederschläge) spürbar kühler ist.

Der Wind weht im Sommer hauptsächlich aus Südwest. Lediglich im Norden streicht er häufiger aus nordwestlicher Richtung über das Land.

Portugal ist ein ideales Radreiseland für Frühling (Mai/Juni) und Herbst. Während im Juni die Zeit der Folklorefeste beginnt, kann man im Herbst die Weinernte feiern. Wer doch im Sommer fährt, sollte eine lange Mittagspause einplanen, um der Mittagshitze (40 °C im Schatten sind keine Seltenheit) zu entgehen.

Straßen und Verkehr

Das Straßennetz des Landes befindet sich noch in der Phase der Modernisierung. Die Hauptstraßen an der Küste sind zum größten Teil gut ausgebaut und ein breiter Standstreifen erleichtert dort das Radfahren. Radwege selbst gibt es bislang nur wenige wie zum Beispiel: in **Lissabon** am Tejo-Ufer zwischen Alcantara und Belém sowie nördlich des ehemaligen Expo-Geländes, nahe **Porto**, entlang einiger Abschnitte an der **Algarve**, zwischen **Cascais** und **Guincho** und zwischen **Trafaria** und **Costa de Caparica**.

Wer nur auf schmalen Reifen fährt, sollte es sich überlegen, ob er den Nebenstraßen mit schlechteren Oberflächen ausweicht. Im Norden und im Gebirge sind dies allerdings oft ruhige, fast autofreie Strecken. In den großen Städten Lissabon und Porto weisen viele Straßen Kopfsteinpflaster auf.

Die meisten großen Brücken sind offiziell für Radfahrer gesperrt, wie z. B. die beiden Brücken über den Tejo bei Lissabon. Eine erfreuliche Ausnahme: Die neue Brücke nach Spanien nahe Ayamonte ist zwar als Autobahn ausgeschildert, aber für Radler bis zur nächsten Abfahrt passierbar.

Die Verkehrsdichte nimmt ständig zu, hat aber noch nicht mitteleuropäische Verhältnisse erreicht. Daher sollten, wo immer möglich und machbar, große Straßen gemieden werden. Es wird viel gehupt - dennoch ist der Fahrstil der Portugiesen zwar gewöhnungsbedürftig, aber nicht sehr viel gefährlicher als bei uns.

Hinweis zu den Verkehrsregeln: Seit dem 1. Januar 2014 gelten neue Regeln, die den Radfahrer besser stellen:

Radfahrer gehören jetzt wie Fußgänger zu den besonders gefährdeten Personen, auf die stets Rücksicht zu nehmen ist. Die Vorfahrtsregeln gelten nun auch für Radfahrer. Zeigt ein Radfahrer an, dass er die Fahrbahn wechseln oder abbiegen will, müssen die motorisierten Verkehrsteilnehmer ihre Geschwindigkeit vermindern, um das zuzulassen. Bei den neuen Regeln im Kreisverkehr gibt es für Radfahrer eine Ausnahme: Sie müssen immer auf der rechten Spur bleiben, ansonsten sind sie, was die Vorfahrt betrifft, den Kraftfahrzeugen gleichgestellt. Kraftfahrzeuge müssen vor dem Überholen die Geschwindigkeit vermindern und beim Überholvorgang 1,50 m Abstand halten. Bei Verstößen gegen die neuen Gesetze sind relativ hohen Bußgelder fällig. Radfahrer dürfen bei geringer Verkehrsdichte auf übersichtlichen Straßen paarweise fahren. Radfahrer dürfen alle Gehwege und Fußgängerzonen befahren, solange sie im Schritt fahren und keine Fußgänger gefährden oder bedrängen. Fahrradanhänger sind jetzt zugelassen.

Anreise

Fahrrad: Durch die große Entfernung ist eine direkte Anreise mit dem Rad über Frankreich nur möglich, wenn man viel Zeit hat und die Reise mit einem Besuch Spaniens verbinden möchte. Möglich wäre eine Kombination aus Teilanreise mit dem Fahrradbus bis Südfrankreich oder Nordspanien und Weiterfahrt mit dem Fahrrad oder mit dem Zug bis zur portugiesischen Grenze.

Bus: Von einigen deutschen Städten fahren Europabusse gen Süden, die spanische und portugiesische Ziele ansteuern. Hier muss die Fahrradmitnahme vorher abgesprochen werden. Auskunft dazu erteilen die jeweiligen Busgesellschaften.

Flugzeug: Eine Reihe von Fluggesellschaften fliegen Portugal an und nehmen - zumeist gegen eine Extragebühr - Fahrräder mit.

Bahn: Die grenzüberschreitende Fahrradmitnahme in den Zügen ist nicht gestattet. Auch der Fahrradversand per Bahn von Deutschland nach Portugal ist nicht möglich.

Fahrrad und öffentlicher Inlandsverkehr

Bahn: Generell wird die übliche Form der Fahrradmitnahme durch die Portugiesische Staatsbahn nicht gewährleistet. Wohl aber wird das Fahrrad in Fernzügen toleriert, wenn es zuvor zerlegt und als Handgepäck verpackt wurde. Dann wird es als persönliches Gepäck betrachtet und kostenfrei mitgenommen. Aber auch einzelne ICs nehmen Räder unverpackt mit, und zwar max. 2 in jedem Waggon der 2. Klasse. Beispiele sind die ICs auf den Strecken Lisboa - Oporto / Braga / Guimarães und Lisboa - Castelo Branco - Covilhã (Beira Baixa)

Weitere Ausnahmen von der Regel: In den Zügen auf den Algarvestrecken Lagos-Tunis-Faro und Faro-Vila Real de Santo Antonio werden Fahrräder kostenlos, unverpackt und unzerlegt befördert. Auch ist uns zu Ohren gekommen, dass der "servicio do Porto y Coimbra" kostenfrei Räder befördert. Ebenso ist in den Vorortzügen von **Lissabon** und **Porto** die Fahrradmitnahme unzerlegt möglich (in den Einstiegsbereichen), und das sogar ohne jegliche Zeitbeschränkung, die sonst üblich ist (wie z.B. nicht während der Rush-hour).

Eine für Radfahrer erfreuliche Regelung bietet die Metro von **Porto**: In dem (fast) neuen umfangreichen U-Bahn-System (6 Linien) werden jeweils bis zu 4 Fahrräder kostenfrei im hinteren Einstiegsbereich mitgenommen (sofern dort keine Kinderwagen, Rollstühle oder Menschenmassen stehen). Die Mitnahme ist zeitlich ohne Einschränkung möglich und führt hinaus bis Ismaï, zum Flughafen, Fanzeres, Santo Ovidio und sogar nach Póvoa de Varzim im Norden.

Bus: Die Mitnahme des Fahrrades in Überlandbussen (Expressbus) ist manchmal möglich, hängt aber sehr vom guten Willen des Busfahrers ab. Vorbedingung ist, dass das Rad komplett verpackt ist (boxed).

Fähren: Die Fähren in Vila Real de Santo Antonio, Ayamonte (spanische Grenze), Setubal und Lissabon verkehren halbstündlich und sind sehr preiswert. Auf allen Autofähren stellt die Mitnahme von Fahrrädern kein Problem dar. Dies gilt auch für die Autofähre über den Tejo (ab dem Cais do Sodré), die man statt der Personenfähre (ab Terreiro do Paço) nutzen sollte.

Fahrradausstattung und Ersatzteile

Für kurze Touren entlang der Küste reicht ein Fahrrad mit einer 5- oder 7-Gang-Nabenschaltung. Für ausgedehnte Touren, insbesondere in den Norden und in das Gebirge, ist eine bergtaugliche Ausstattung hinsichtlich Schaltung und Bremsen unbedingt nötig. Wegen der vielfach noch schlechten Straßenoberflächen empfehlen sich breitere Reifen als 32 mm.

Die Dichte an Fahrradgeschäften hat inzwischen zugenommen. Es gibt somit auch in kleineren Städten schon Läden mit Original Shimano-Teilen. Dennoch empfiehlt sich gerade für Überlandreisen: Die wichtigsten Ersatzteile Verbrauchsmaterialien und Werkzeug immer im Gepäck mitführen.

Fahrradmiete: Wer kein Fahrrad mitnehmen kann oder will, kann sich zumindest in den großen Städten ein Fahrrad mieten. Meist geben die örtlichen Tourist-Infos Auskunft.

In Porto bietet sich der Bike shop "fold n' visit" an (www.foldnvisit.com), der mit neuen weißen Falt- wie auch Standard-Rädern (Kettenschaltung mit 21 Gängen, notwendig in der hügeligen Stadtlandschaft) sowie Tipps aufwarten kann (s. Adressen). Helm und Karte gibts umsonst dazu.

Verpflegung

Die Versorgung mit Lebensmitteln ist unkompliziert und allgemein sind die Lebenshaltungskosten mit denen in Deutschland vergleichbar. Die Preise in Restaurants sind dagegen sehr günstig. Mittags isst man zudem oft preiswerter als am Abend (Brot und Butter werden extra berechnet). Es besteht ein deutlicher Preisunterschied zwischen den touristischen Gebieten an der Küste und dem Hinterland. Besonders angenehm ist, dass es überall backfrische und preiswerte Brötchen gibt. Das Netz an Geschäften und Gaststätten ist ausreichend. Einkaufen kann man noch bis in den späten Abend.

Vor nicht abgekochtem Trinkwasser wird gewarnt. Stattdessen lieber Säfte und Mineralwasser trinken. Das Angebot an ausgezeichneten Weinen ist groß. Besonders beliebt ist der Portwein. Neben dem vielfältigen Obstangebot gibt es reichlich frischen Fisch, der meist gegrillt angeboten wird.

Unterkunft

Camping: Portugal eignet sich hervorragend für einen Campingurlaub. Die meisten Campingplätze befinden sich unmittelbar am Strand. Aber auch an den Stauseen und in den Wäldern des Landesinneren trifft man auf herrliche Plätze, die im Sommer meist weniger stark frequentiert sind.

Freies Zelten ist offiziell verboten. Es finden sich aber vielfach Plätze, wo man nach Rücksprache mit dem Eigner problemlos für eine Nacht zelten kann.

Jugendherbergen: Die Preise der Jugendherbergen sind mitunter höher als die der einfachen Pensionen. Insbesondere in den touristisch attraktiven Regionen lohnt sich der Preisvergleich sowie in der Hauptsaison die vorherige Anmeldung.

Pensionen, Privatquartiere und Hotels: Das Netz an Hotels, Pensionen und Privatzimmern ist gut ausgebaut. Die Pensionen, besonders in den Großstädten, sind vergleichsweise preiswert. Eine Alternative zu den Hotels sind die vielen Privatquartiere, die von den Touristinformationsstellen vor Ort vermittelt werden.

Verschiedenes

Währung: Euro. Geldautomaten gibt es in fast jeder Stadt. Dort kann mit der ec-Karte Geld abgehoben werden. Außerdem werden inzwischen die bekanntesten Kreditkarten als Zahlungsmittel in Hotels, Kaufhäusern und an anderen Stellen anerkannt.

Wer eine SparCard der Deutschen Post besitzt (Folgeprodukt des auf Reisen oft benutzten aber nicht mehr existierenden Postsparbuches), kann pro Jahr bis zu 4 mal an zahlreichen Geldautomaten gebührenfrei (!) Geld abheben.

Öffnungszeiten: Banken Mo-Fr 8.30-15 Uhr, Postämter Mo-Fr 9-18 Uhr, Hauptpostämter auch Sa Geschäfte 9-13 und 15-19 Uhr, Sa schließen die Geschäfte um 13 Uhr. Die großen Einkaufszentren sind normalerweise von 10-24 Uhr geöffnet.

Telefon: D nach P: 00351 anschließend eine 2 vor der Ortskennzahl (Beispiel: Lissabon alt: 00351/1, Lissabon neu: 00351/21), P nach D: 0049. Immer von Postämtern oder Cafés mit CTT-Zeichen aus telefonieren, da auf Campingplätzen oder in Hotels ein Mehrfaches an Gebühr verlangt wird. Nationale Telefonkarten eignen sich gut für Auslandsgespräche an öffentlichen Fernsprechern (Achtung: zwei Telefonnetze = zwei verschiedene Karten!).

Notruf 112 gilt für Polizei, Ambulanz und Feuerwehr.

Krankheitsversorgung: Die Europäische Versicherungskarte (gibt es bei der eigenen Krankenkasse bzw. ist automatisch auf der Rückseite der neuen Versicherungskarten abgedruckt) ermöglicht die Behandlung im Krankenhaus, ambulant und stationär. Darüber hinaus ist der Abschluss einer privaten Auslandsreisekrankenversicherung zu empfehlen.

Adressen und Informationsmöglichkeiten

Bundeslandspezifische Adressen:

ICEP Portugiesisches Touristik- und Handelsbüro

Zimmerstraße 56, 10117 Berlin
info@visitportugal.com, www.visitportugal.com

Info-Hotline für Endkunden: (0180) 500 49 30 (0,14/Min. aus dem deutschen Festnetz)

Portugiesische Botschaft

5. Stock, Zimmerstr. 56, 10117 Berlin
Tel. 030/590 06 35 00, Fax 030/590 06 36 00
www.botschaftportugal.de/

Embaixada da Alemanha

Campo dos Mártires da Pátria 38, P-1169-043 Lisboa
Tel. (00351-) 21 881 0210, Fax (00351-) 21 885 3846
info@lissabon.diplo.de, www.lissabon.diplo.de/

Portugiesische Bahnen (CP)

Tel. 069/29 05 49
www.cp.pt

Telefonische Auskunft aus Portugal: 707 210 220 (€0.10/min - land line | €0.25/min - mobile network) +
Steuer, Aus dem Ausland: (+351) 707 210 220 (cost of international call)

Pousadas de Juventude - Movijovem

Central de Reservas, Av. Duque D'Avila 137, P-1050 Lisboa
Tel. +21/313 88 20, Fax 352 86 21
informacoes@movijovem.pt, www.pousadasjuventude.pt

Federacao Portuguesa de Campismo e Caravanismo

Ave. Coronel Eduardo Galhardo 24, P-1199-007 Lisboa
Tel. +21/812 68 90, Fax +21/812 69 18
www.fpcampismo.pt

Portugiesischer Campingverband

Bundeslandübergreifende Adressen:

ADFC-Bundesverband

Mohrenstraße 69, 10117 Berlin
Tel. 030 2091498-0, Fax 030 2091498-55
kontakt@adfc.de, www.adfc.de

European Cyclists' Federation (ECF)

Rue Franklin 28, B-1000 Brüssel
Tel. +32 2 880 92 77, Fax +32 2 880 92 75
office@ecf.com, www.ecf.com

Europaeischer Radfahrerverband (Alltags- und Tourenradler)

ADFC-Mitradelzentrale Deutschland

www.adfc.de/mitradelzentrale/ADFC-Mitradelzentrale

Wer nicht allein auf Radtour gehen möchte oder für seinen nächsten Radurlaub einen Partner/eine Partnerin sucht, der findet hier eine gute Gelegenheit, sich mit anderen abzustimmen.

ADFC-Dachgeber

Manteuffelstraße 60, 28203 Bremen
Tel. 0421 / 758 90, Fax 0421 / 794 80 65
info@dachgeber.de, www.dachgeber.de

Rund 100 Adressen von Radlern außerhalb Deutschlands, die andere Radlerinnen und Radler auf Tour gern bei sich aufnehmen, stehen bereits im aktuellen Verzeichnis. Außerdem gibt es einige ausländische Übernachtungsverzeichnisse auf Gegenseitigkeit, die Mitglieder im ADFC-DACHGEBER auf ihren Auslandsreisen nutzen können. - Infos und Anmeldung gib't's im Internet. Oder den Info- und Anmeldebogen als pdf per E-Mail anfordern.

Der ADFC präsentiert ausgewählte Urlaubsangebote von Radreiseveranstaltern im Katalog Radurlaub

www.radurlaub-online.de

Service-Hotline der DB

www.bahn.de/bahnungbike

Tel. 0180 6 99 66 33*, allgemeine Reiseauskunft und Auskunft zur Fahrradmitnahme und zum Bahn- und Radurlaub einschließlich Buchung und Reservierung (Stichwort "Fahrrad" nennen, Mo-So 8-20 Uhr) und alle weiteren Infos zur Bahn (rund um die Uhr).

* 20 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen

DJH Service GmbH

Postfach 1462, 32754 Detmold
Tel. 05231 / 74 01-0, Fax 05231 / 99 95-90
service@djh.de, www.djh.de

Internationale Herbergsverzeichnisse.

Weitere nützliche Internetadressen zu Portugal

www.portugalinsite.pt --> allgemeine touristische Informationen
www.fpcub.pt--> Portugiesischer Radfahrer Verband
www.portugalforum.de --> allg. deutschspr. Portugalforum, auch zum Thema Radfahren
www.portugal-reiseinfo.de --> Internetreiseführer
www.cm-lisboa.pt --> Touristisches Angebot von Lissabon
www.cp.pt --> Internetseiten der Portugiesischen Bahn, Zugverbindungen
www.rede-expressos.pt --> Busverbindungen im Lande
www.metrolisboa.pt--> Verkehrsangebote der Metro in Lissabon
www.roteiro-campista.pt --> Campingangebote
www.lissabon-umgebung.de --> deutsche Internetseiten
www.portugal-links.de --> Verzeichnis mit knapp 2000 sites zu Portugal

* 14 Cent pro Minute aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunktarife können abweichen

Karten

- * **Portugal**, 1:400.000, Michelin Blatt 733. Übersichtskarte mit kilometrierten Nebenstraßen
- * Portugal, Reise Know-How, 1:350.000, gute Übersichtskarte mit Campingplätzen, Entfernungen und Höheninformation (Farbgebung)
- * **Carta de Portugal**, 1:200.000 (8 Blätter) und 1:100.000 (53 Blätter). Topografische Karte des Instituto Geografico e Cadastral, Lisboa.
- * **Regionalkarten**, Turinta Verlag, 5 Blätter in unterschiedlichen Maßstäben.
- * **Travel Map Algarve**, 1:100.000, Verlag Dr. Hildebrand. Enthält alle Straßen; deutet bergige Abschnitte an; Stadtpläne der wichtigsten Orte und Übersichtskarte der südlichen Region bis Lissabon in größerem Maßstab.

Literatur

Bundeslandspezifische Literatur:

- * **Portugal per Rad**, 2 Bände (Algarve und Süden), Kettler-Verlag 2006 und 2006
- * **Portugal**, Michael Müller Verlag 2014, Reiseführer
- * **Lissabon und Umgebung**, Michael Müller Verlag, 2012, Reisehandbuch mit vielen Tipps

Bundeslandübergreifende Literatur:

Europe by bike, 2. Auflage. Auflage, ECF 2004

Englischsprachige Broschüre über verschiedene Radelregionen in Europa. 2. Auflage

ADFC-Katalog Radurlaub

Katalog mit vielen ausgewählten Radreisen in Deutschland, Europa und der weiten Welt, präsentiert von renommierten Radreiseanbietern in Zusammenarbeit mit dem ADFC. Alle Angebote und den Katalog zum Download gibt es online auf www.radurlaub-online.de.

Europäisches Fahrrad-Lexikon, Europäischer Wirtschafts- und Sozialausschuss (EWSA), 2. Auflage. Auflage, Brüssel 2010

Das kompakte Bildwörterbuch - inzwischen in zweiter Auflage erschienen - enthält nützliche Begriffe aus der Fahrradwelt in 27 Sprachen und weitere Tipps zum Radfahren in Europa.

» mehr Infos zum Fahrrad-Lexikon

Impressum

Liebe Tourenradlerin, lieber Tourenradler!

Wenn Sie festgestellt haben, dass einzelne Angaben nicht mehr zutreffen oder Sie Ergänzungen hinzufügen würden, so teilen Sie uns dies bitte mit --> laenderinfo@adfc.de
Ihre Hinweise helfen uns, immer aktuell zu bleiben. Vielen Dank!

Herausgeber: ADFC-Bundesverband, Mohrenstraße 69, 10117 Berlin, und
Ralf Bohle GmbH, Postfach 1120, 51571 Reichshof (Hersteller der legendären Schwalbe
MARATHON-Reifen)

Copyright: ADFC-Fachausschuss Fahrradtourismus, Bremen

Autor: Wolfgang Reiche

Infos: Johannes Beck, Jochen Konrad-Klein, Isberga Oberbossel, Elisabeth Frank, Oliver Pöhner, Helmut Hempel, Kai Lewendoski, Alfons Herweg

Recherche und Lektorat: Wolfgang Reiche & Markus Hübner, Bremen

Hinweis:

Die Informationen in den ADFC-Europainfos sollen allen Reiseradlern und Fahrradurlaubern dazu dienen, sich auf ihre eigenen Radtouren besser vorzubereiten. Sie sind folglich nur zum privaten, nicht-kommerziellen Gebrauch bestimmt!

Kontakt: ADFC-Infoline - Tel.: 030 / 209 14 98-0 - E-Mail: kontakt@adfc.de