

## Nichts für Faulenzer: Vier Tipps für einen sportlichen Urlaub an der Westküste Portugals

**Malveira-Guincho, 11. Mai 2023 (w&p)** – Gegen Langeweile: Ob Surfen, Golfen oder Radfahren – wer im Urlaub gern in Bewegung ist, sollte die Westküste Portugals besuchen. Die Region nahe der Hauptstadt Lissabon hält für sportliche Reisende zahlreiche Möglichkeiten bereit. So befinden sich dort die Surfhotsspots des Landes, atemberaubende Naturidylle und exklusive Golfanlagen. Die Experten der luxuriösen Ferienanlage [Victor's Portugal Malveira-Guincho](#) mitten im Naturpark Sintra-Cascais und nur fünf Fahrminuten vom Surfparadies Praia do Guincho entfernt, zeigen die vier schönsten Aktivitäten für einen sportlichen Urlaub.

### 1. Wellenreiten wie Rekordhalter – (Kite-) Surfen am Praia do Guincho und Nazaré

Die peitschenden Wellen des rauen Atlantiks machen die Westküste Portugals zu einem Paradies für Surfer. An der Praia do Guincho treffen Sportfans mit oder ohne Segel auf starken Wind und hohe Wellen vor der Kulisse weißer Sanddünen und des beeindruckenden Sintra-Gebirges. Nicht ohne Grund gilt der feine Sandstrand als einer der beliebtesten Surfspots des Landes. Surf-Neulinge finden an der Praia do Guincho ein erfahrenes Team an Surflehrern, welche die Technik des Sports mit Freude und Leichtigkeit vermitteln. Die Stadt Nazaré weiter im Norden der Küste gilt ebenfalls als Hotspot für Wellenreiter. 2020 stellte Maya Gabeira beim Surfen einer 22,4 Meter hohen Welle in Nazaré einen neuen Weltrekord auf: die höchste je von einer Frau gesurften Welle. Doch Portugal gehört nicht nur für Könner zu den beliebtesten europäischen Surf-Destinationen. Die Westküste sorgt dank ihrer Wellensicherheit besonders in den Sommermonaten für beste Bedingungen – ob bei Profis oder Anfängern.

### 2. Grüne Hügel und spektakulärer Küstenblick – Wandern im Naturpark Sintra-Cascais

Der Naturpark Sintra-Cascais hält in Kombination mit der wildromantischen Küste um die Praia do Guincho zahlreiche Wanderstrecken bereit. Alle beeindruckend mit malerischen Ausblicken auf die rauen Wellen des Atlantiks und die Hügel des Sintra-Gebirges. Die Rota do Litoral do Guincho führt auf neuneinhalb Kilometern durch die Naturidylle der Region. Der ausgeschilderte Wanderweg führt in rund zweieinhalb Stunden durch die grünen Wälder des Naturparks, vorbei an malerischen Dörfern bis hin zur Küste und zurück. Als Ausgangspunkt bietet sich der kleine Ort Alcabideche am Rande des Naturparks an. Aufgrund des ganzjährig milden Klimas ist die Wanderung auch in den Wintermonaten möglich. Wer lieber entlang der Steilklippen spaziert, nimmt die Route vom Cabo da Roca – dem westlichsten Punkt des europäischen Festlands – bis zur Praia da Ursa rund zwei Kilometer nördlich. Auf der Strecke eröffnet sich ein traumhafter Blick auf die Steilwände der Küste und das tiefblaue Meer.

### 3. Sightseeing auf zwei Rädern – Fahrradfahren entlang der Küste Lissabons

Die Westküste des Landes punktet mit einem gut ausgebauten Radnetz, so dass sich die Region ideal per Zweirad erkunden lässt. Auch eine Sightseeingtour vom Zentrum Lissabons bis nach Belém mit dem Fahrrad gehört auf die Bucketlist für einen Aktivurlaub in der Region. Vom Bahnhof Cais do Sodré direkt an der Küste geht es in Richtung Westen bis zum berühmten Torre de Belém – eine der beliebtesten Sehenswürdigkeiten der Stadt. Die rund sieben kilometerlange Tour lässt sich ideal mit einer Sightseeingtour durch die Hauptstadt verbinden. Durch die Pink Street, vorbei am Time Out Market, unter der monumentalen Brücke 25 de Abril hindurch bis zum Torre de Belém verspricht die Strecke einige Highlights. Zurück geht es sieben Kilometer entlang des Flusses Tejo bis zum Ausgangspunkt. Fahrradverleihe finden sich an jeder Ecke – so sind auch spontane Touren jederzeit möglich.

### 4. Exklusives Sporterlebnis – Golfen mit Panoramablick rund um Cascais

Mit dem Golf Trolley im Gepäck haben Golfspieler an der Westküste Portugals die Qual der Wahl. Der vom berühmten Golfplatzarchitekten Robert Trent Jones entworfene 18-Loch-Kurs Campo de Golfa da Quinta da Marinha ist nur einer der möglichen Stopps für Golfer. Der anspruchsvolle Platz begeistert mit Meerblick inmitten purer Natur. Mit Panoramablick über die grünen Hügel von Sintra und die spektakuläre Bucht von Cascais überzeugt der exklusive Campo de Golfe Oitavos Dunes. Könnern genießen die Atmosphäre auf dem großzügigen Platz, der häufig als bester Golfkurs Portugals betitelt wird. Auch Penha Longa Atlantico und der Clube de Golf do Estoril gehören zu den besten Anlaufstellen des Landes und überzeugen neben einer Ausstattung der Extraklasse mit atemberaubenden Ausblicken auf die malerische Umgebung.

#### Über Victor's Portugal Malveira-Guincho:

Rund 25 Kilometer westlich von Lissabon betreibt die VICTOR'S GROUP seit 2010 eine luxuriöse Ferienanlage. Die 19 Gartenvillen und fünf Poolvillen bieten Platz für bis zu sechs bzw. acht Personen, sind individuell nach bestimmten Farben und Themen eingerichtet und verfügen teils über einen Privatpool. Das Ferienparadies ist nur ein paar Minuten von malerischen Sandstränden, gepflegten Golfplätzen und attraktiven Ausflugszielen wie dem UNESCO-Weltkulturerbe Sintra entfernt. Weitere Informationen zu **Victor's Portugal Malveira-Guincho** unter <https://www.victors-portugal.com/>

Für weitere Presseinformationen und Bildmaterial:

# *Victor's Portugal*

MALVEIRA - GUINCHO

PRESS INFORMATION

PRESSEINFORMATION

PRESS INFORMATION

Kristina Radtke | Selina Krämer  
Wilde & Partner Communications GmbH  
Tel. +49 (0)89 - 17 91 90 - 94  
victorsgroup@wilde.de | www.wilde.de  
facebook.com/WildeundPartner  
newsroom.wilde.de

Christine Jüngling  
Victor's Residenz-Hotels  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Tel. +49 (0)681 93613 - 658  
presse@victors.de | www.victors.de  
facebook.com/VictorsHotels  
twitter.com/VictorsHotels

Victor's Portugal Malveira-Guincho

EN 247 Malveira da Serra | 2755-140 Alcabideche, Portugal

Tel: +351 912 900 166 | info@victors-portugal.com | www.victors-portugal.com