

Portugal a vinhos + Thalasso

12.-18.4.2015

7.-13.6.2015

KESKI-PORTUGALIN KULTTUURI & VIINIT + THALASSO-MERIVESIKYLPYLÄHOIDOT Nazarén matkaohjelma ryhmälle – vähintään 10, enintään 30 osallistujaa

1. päivä (sunnuntai)

Ryhmän lento saapuu Lissabonin lentoasemalle sunnuntaina n. klo 8.30

- Transfer-kuljetus Lissabonin lentoasemalta hotellille **Nazaré**'hen
- Lounas hotellin ravintolassa
- Hyvän olon ja terveyden iltapäivä thalasso- eli merivesikylpylässä: thalasso-kierros (dynaaminen uima-allas lämmitetyllä merivedellä, vastavirta, jalankulkukäytävä, turkkilainen sauna, kontrastisuihkut, jääallas ja rentoutuminen) + rentouttava tai terapeuttinen hieronta
- Illallinen hotellin ravintolassa
- Yöpyminen hotellissa



Hotelli Miramar Sul



Hotelli Miramar



Merivesiallas Thalasso

Thalasso Portugal on hienostunut kylpyläkeskus, joka hyödyntää Nazarén kivennäisrikkaan meriveden terapeuttisia ominaisuuksia tarjotakseen hoitoja, jotka edistävät terveyttä, hyvinvointia ja kauneutta. Kylpyläkeskus hankkii merivedensä 300 metrin päästä ja siihen vaikuttaa jodirikas meri-ilma, joka tunnetaan Portugalissa reumaattisia sairauksia ja hengitystieongelmia parantavasta vaikutuksestaan. Merivesi lämmitetään lisäämättä siihen mitään lisäaineita ja se vaihtuu jatkuvasti, mahdollistaen ammattilaisten tarjoamat hoidot. Tarjolla on erilaisia hoitoja, liittyen esimerkiksi hengitykseen, verenkiertoon, reumatismiin, luihin, psoriasikseen, ihotauteihin ja neurologiaan, kuten myös kauneutta, ikääntymisen ja stressin vastustamista, laihutumista ym. edistäviä hoitoja.

2. päivä (maanantai)

- Vierailu **Tomarin** vanhaankaupunkiin ja temppeliherrojen linnaan (Castelo dos Templários / Convento de Cristo)
- Vapaa lounas Tomarissa
- Vierailu viinitilalle viininmaistajaisten kera: Casal das Freiras (Tomar)
- Illallinen hotellin ravintolassa
- Yöpyminen hotellissa



Tomar

Tomarin historiallisessa kaupungissa on useita nähtävyyksiä, esimerkiksi temppeliherrojen linna, jonka sisällä on « Kristuksen luostari » (Convento de Cristo), yksi UNESCO:n maailmanperintökohteista.

Convento de Cristo kuului aikoinaan temppeliherrojen ritarikunnalle ja se sijaitsee kukkulalla, sen alapuolisella tasangolla olevan vanhan kaupungin yläpuolella. Sitä ympäröivät komeat muurit ja metsä. Nykyisin Convento de Cristo on merkittävä matkailunähtävyys, jossa järjestetään usein kulttuuritapahtumia. Sen arkkitehtuurissa on havaittavissa muun muassa roomaanisia, goottilaisia, manueliinisia, renessanssi- ja barokkityyleihin liittyviä piirteitä.

3. päivä (tiistai)

- Vapaa päivä **Nazaré**hen tutustumista varten
- Hyvää oloa ja terveyttä edistäviä hoitoja thalasso- eli merivesikylpylässä: thalasso-kierros (dynaaminen uima-allas lämmitetyllä merivedellä, vastavirta, jalankulkukäytävä, turkkilainen sauna, kontrastisuihkut, jääallas ja rentoutuminen) + skotlantilainen suihku rentouttavan tai terapeuttisen hieronnan kera
- Vapaa lounas
- Gastronominen illallinen viininmaistajaisten kera hotellin ravintolassa
- Yöpyminen hotellissa



Santuário de Nossa Senhora da Nazaré

Nazarén Neitsyt Marian pyhäkkö on etenkin kalastajien suosima hartaudenharjoitus- ja pyhiinvaelluspaikka. Kirkko ja muistokappeli rakennettiin paikalle, jossa uskotaan Neitsyt Marian pelastaneen aatelismies D. Fuas Roupinhon ratsuineen putoamasta jyrkänteeltä mereen.

Nazarén raitiovaunumainen mäkihissi

Nazarén kuuluisan hissin suunnitteli Gustave Eiffelin oppilas Raoul Mesnier de Ponsard. Vaikeapääsyisen sijaintinsa vuoksi Sítion kukkulan alue alkoi kehittyä vasta 1600-luvulla. Vuonna 1889 rakennettu mekaaninen raitiovaunumainen mäkihissi, joka yhdisti Nazarén rannan Sítioon, avasi uusia kehitysmahdollisuuksia pyhiinvaeltajien ja katumusharjoituksia suorittavien jo tuolloin suosimalle vierailukohteelle.



4. päivä (keskiviikko)

- Vierailu **Sardoalin** kirkonkylän historialliseen keskustaaseen ja Quinta do Vale do Armon viinitilalle (Sardoal), jossa viininmaistajaiset
- Vapaa lounas Sardoalissa
- Vierailu **Vila de Reihin**: Portugalin maanmittauskeskipiste Melriçan kukkulalla, Relvan kylämuseo (Museu das Aldeias)
- Illallinen hotellin ravintolassa
- Yöpyminen hotellissa



Toisen maailmansodan aikoihin **Quinta do Vale do Armon** maatilalla tuotettiin pellavaa. Myöhemmin tila hylättiin, mutta vuonna 2004 sen uudet omistajat perustivat sinne viinitarhoja, aluksi 10 hehtaarin alueelle. Nykyisin viinitarhat täyttävät jo 60 hehtaaria.

Sardoalin pittoreski kirkonkylä tunnetaan myös "Ribatejon maakunnan puutarhakirkonkylänä" (Vila Jardim do Ribatejo). Paikkakunnalla on useita historiallisia kirkkoja, kappeleita ja Santa Maria da Caridaden luostari. Sardoalin kivikujia reunustavat talot on maalattu seudun perinteen mukaisesti valkoisella ja keltaisella värillä.





Vila de Rei eli "kuninkaankylä" sijaitsee jylhine kalliomaisemineen Manner-Portugalin maantieteellisessä keskipisteessä.

Centro Geodésico de Portugal, Portugalin maanmittauksellinen keskipiste, sijaitsee 600 metrin korkeudessa Melriçan kukkulalla, josta avautuu vaikuttava 360 asteen näköala avaraan horisonttiin. Täällä on myös pieni maanmittausmuseo.

Läheisessä Relvan kylässä, vanhassa herrastalossa, tutustumme erikoiseen ja monipuoliseen kotiseutumuseoon nimeltä Museu das Aldeias (Kylien museo).

5. päivä (torstai)

- Vierailu **Santarémiin** (Portas do Solin puisto ja näköalapaikka sekä historiallinen keskusta), Azinhagaan (nobelkirjailija José Saramagon kotikylä, jossa on Saramago-infokeskus) ja Portugalin "hevospääkaupunkiin" **Golegãhan** (kulttuurikeskus Equuspolis)
- Vapaa lounas Golegãssa
- Vierailu viini- ja ratsutilalle, viininmaistajaisten kera: Quinta da Lagoalva (Alpiarça)
- Illallinen hotellin ravintolassa
- Yöpyminen hotellissa



Tejon etelärannalla Alpiarçassa sijaitsevalla **Quinta da Lagoalva de Cimalla** on valmistettu viiniä jo pitkään, vuodesta 1888 lähtien.

Tilan 45 hehtaarin viinitarhoissa kasvaa niin portugalilaisia kuin ulkomaalaisiakin viiniryöpelälajikkeita, joiden enologinen soveltuvuus on todettu hyväksi alueen mikroilmastoon.

Santarém tunnetaan 1200-luvulta 1400-luvulle rakennetuista kirkoistaan, joiden ansiosta sitä on tapana kutsua Portugalin "goottilaisen tyylin pääkaupungiksi". Portas do Solin eli "auringon portin" puistosta avautuu hieno näköala Tejo-joelle ja sen Lezíriaksi kutsutulle rantatasangolle.

Täällä Ribatejon maakunnan ytimessä vaalitaan hevosiin, härkiin ja karjapaimeniin liittyviä perinteitä.



6. päivä (perjantai)

- Vapaa päivä **Nazaréssa**
- Hyvää oloa ja terveyttä edistäviä hoitoja thalasso- eli merivesikylpylässä: thalasso-kierros (dynaaminen uima-allas lämmitetyllä merivedellä, vastavirta, jalankulkukäytävä, turkkilainen sauna, kontrastisuihkut, jääallas ja rentoutuminen) + kasvohoito
- Vapaa lounas Nazaréssa
- Gastronominen buffet-illallinen hotellin ravintolassa viininmaistajaisten ja fadomusiikkiesityksen kera
- Yöpyminen hotellissa



7. päivä (lauantai)

- Check-out ja lähtö hotellista klo 8 aamulla
- Kiertoajelu Lissabonissa
- Vapaa lounas
- Vierailu Parque das Naçõesiin eli vuoden 1998 EXPO-maailmannäyttelyn alueelle, shoppailumahdollisuus Vasco da Gaman kauppakeskuksessa
- Kuljetus Lissabonin lentoasemalle
- Lento Helsinkiin n. klo 22



Ne, jotka kuvittelevat **Lissabonin** olevan kukkuloilla sijaitsevien valkoisten rakennusten kaupunki, tulevat yllättymään. Talojen julkisivuihin on ilmestynyt myös pastellin ja okran värejä. Modernit rakennukset liittyvät vanhaan kaupunkikuvaan.

Ajamme Avenida da Liberdadeä kautta vierailulle Belémin kaupunginosaan, jossa tutustumme Hieronymuksen luostariin (Mosteiro dos Jerónimos), Löytöretkien muistomerkkiin (Padrão dos Descobrimentos) ja Belémin torniin (Torre de Belém). Maistamme myös kuuluisia Belémin kermaleivoksia niitä valmistavassa kuuluisassa konditoriassa.

Parque das Nações käsittää alueen, jossa Lissabonin maailmannäyttely järjestettiin vuonna 1998. Tältä viihtyisältä alueelta avautuu upea näköala Tejo-joen vastarannalle ja kohti Ponte Vasco da Gamaa, Euroopan pisintä siltaa. Useita EXPO'98 -maailmannäyttelyn rakennuksia on säilytetty ja tästä modernista kaupunginosasta on tullut suosittu vierailukohde. Oceanário on yksi maailman suurimpia akvaarioita ja Orienten rautatieasema tunnetaan vaikuttavasta arkkitehtuuristaan. Vasco da Gaman kauppakeskus ja jokirannan ravintolat tarjoavat omia houkutusiaan.



HINTA

Matkan hinta majoituksella 2 hengen huoneessa (sisältäen retket ja ateriat hotellin ravintolassa): 898 €/henkilö. Lisämaksu majoituksesta 1 hengen huoneesta: 120 €. Lennot eivät sisälly hintaan.

Matkaohjelman maksu tapahtuu joko suoraan pankin kautta SEPA-maksuna viimeistään kuukausi ennen matkaa ilmoitettavalle SUBLU Tour Portugal Lda:n tilille TAI Miramar-hotelliin saavuttua. Varauksen yhteydessä on ilmoitettava luottokortin n:o ja kortin takana oleva kolminumeroinen tunnus sen jälkeen, kun ryhmän vähimmäismäärä on täyttynyt ja yhdyshenkilö on ilmoittanut siitä. Ohjeet seuraavat ilmoituksen yhteydessä.

Lentojen tilaukset jokainen hoitaa itse, jolloin kokonaismatkan keston voi määritellä itselle sopivaksi ja liittyä ohjelman ajaksi ryhmään. HUOM! Kun ryhmässä on vähintään 10 osallistujaa, yhteyshenkilö ilmoittaa matkan toteutumisesta ja lentolippujen tilaamisesta.

Suora lento Helsingistä Lissaboniin www.flytap.pt kautta kestää noin 5 tuntia. Ryhmän yhteiskuljetus Lissabonin kentältä Nazaréhen lähtee su-aamuna klo 9.30, joka sopii aamulennolla Helsingistä (klo 5.30 TP798) Lissaboniin n. klo 8.30 saapuneille. Paluukuljetus kentälle on la-iltana klo 19.30, lento Helsinkiin lähtee noin klo 22.00 TP796 (saapuu klo 4.45 Helsinkiin). Ajat ovat paikallisaikoja, Portugalin aika on 2 tuntia Suomen aikaa jäljessä.

MATKAVAKUUTUS

Suosittelaa matkavakuutusta, joka sisältää myös peruutusturvan. Lisäksi maksuton EU-sairaanhoitokortti kannattaa tilata netin kautta Kelalta mukaan; suomalainen Kela-kortti ei kelpaa ulkomailla.

SITOVA ILMOITTAUTUMINEN

alkaa heti yhteyshenkilölle Suomessa, joka vahvistaa viestinne saapumisen: ilmoittautuessa tarvitaan osallistujan/osallistujien nimi, osoite, puhelinnumero ja sähköpostiosoite sekä mahdolliset ruoka-allergiat.

YHTEYSHENKILÖ

Sisko Vuorenmaa/tiedotus, Suomi-Portugaliyhdistys ry, yhdistys@suomi-portugali.org. Hän ottaa vastaan matkavaraukset ja vastaa mielellään lisäkysymyksiin.

MUUTA

Siirtyminen kohteesta toiseen tapahtuu bussilla. Kävelyä varten kumpuilevassa maastossa on hyvä varautua matalakantaisin jalkinein. Viileyden varalle kevyt kesätakki/villainen vaate ovat järkeviä valintoja. Thalasso-kylpylää varten suositellaan mukaan otettavaksi uimapuku, uimalakki ja kylpytossut.

Vastuullinen matkatoimisto Portugalissa:

SUBLU Tour Portugal, Lda.
Alto do Romão – Pederneira
PT - 2450-060 Nazaré PORTUGAL
- matkapuhelin Portugalissa (+351) 936 616 510
- puh./fax (+351) 249 316 913
- sähköposti: mika.palo@sublutour.com
- www.sublutour.com

YHTEYSHENKILÖ SUOMESSA:

Sisko Vuorenmaa/tiedotus
Suomi-Portugaliyhdistys ry
s-posti: yhdistys@suomi-portugali.org.
**Matkan varaukset ja vastaukset
lisäkysymyksiin.**