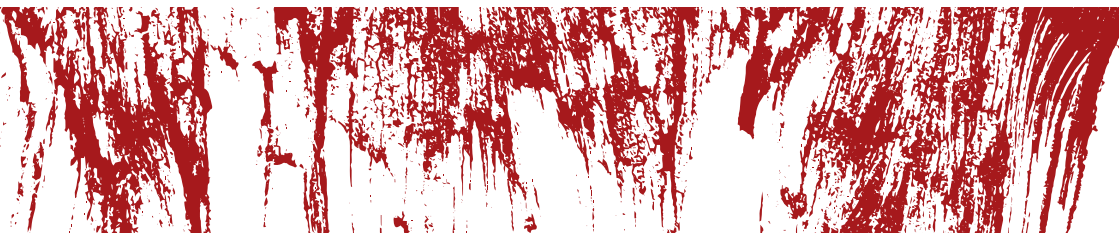


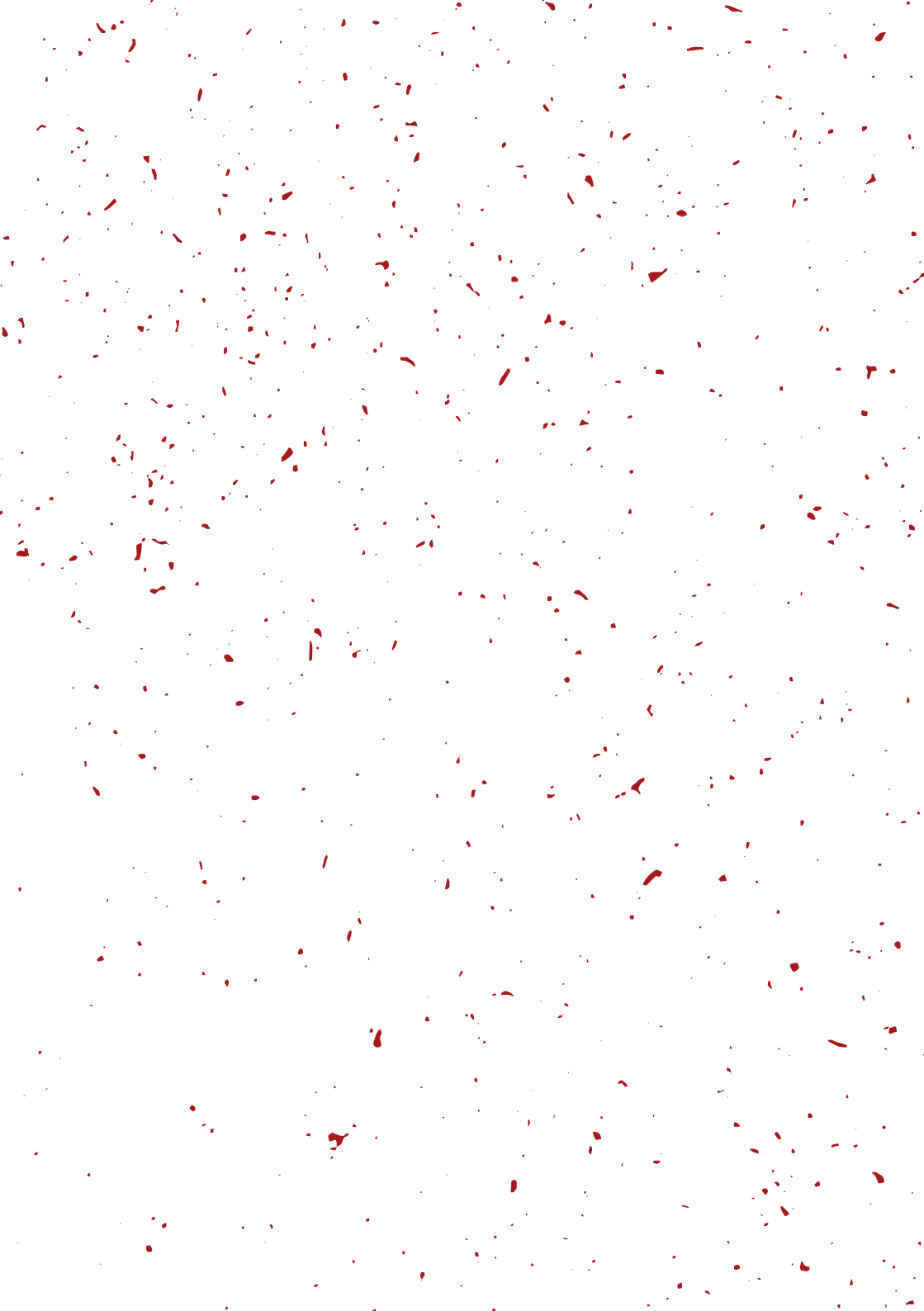


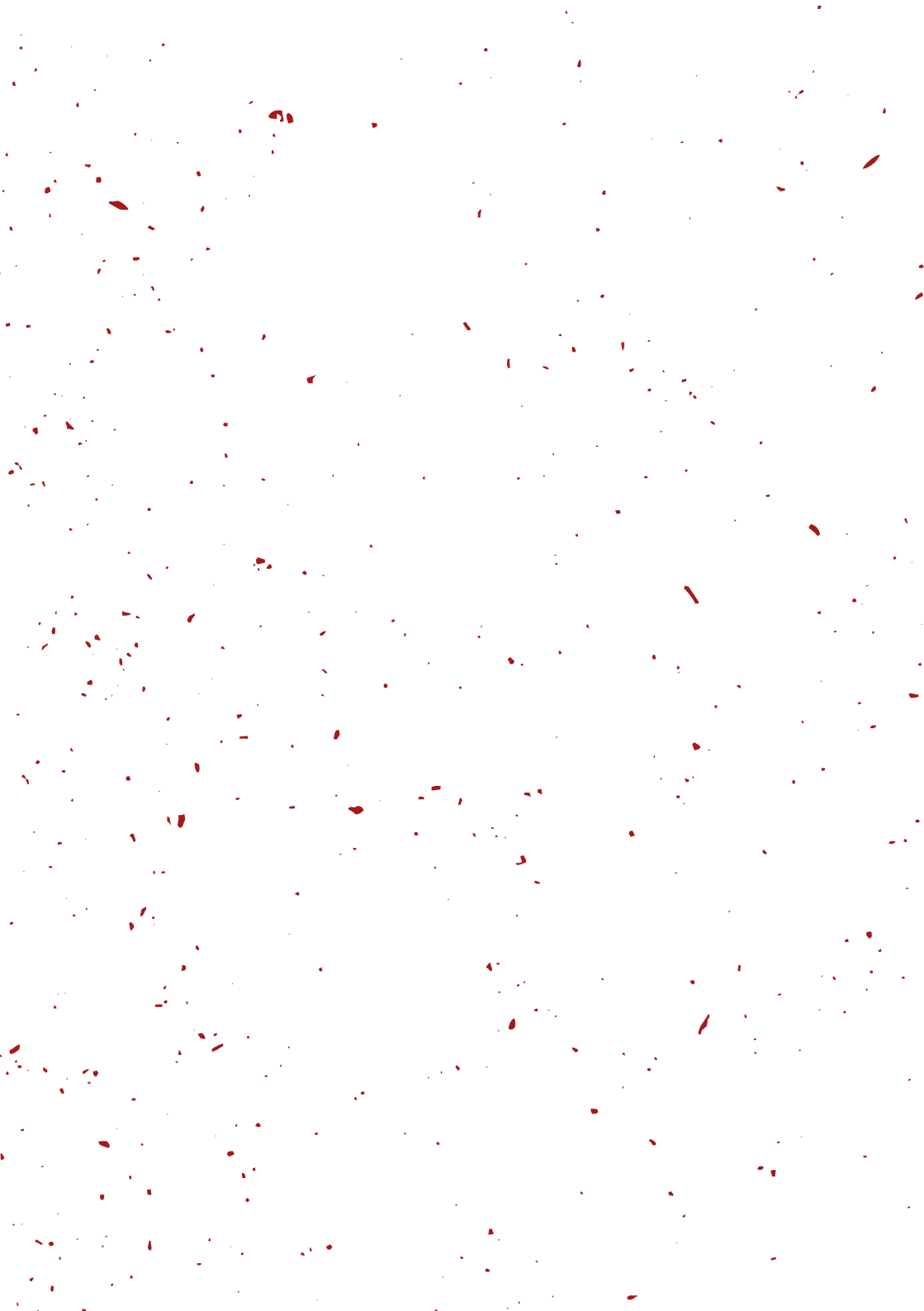
Handbuch für Touristische Ressourcen

DEUTSCH

MESETA
IBÉRICA
RESERVA^{PA} DE BIOSFERA







Handbuch für Touristische Ressourcen

DEUTSCH

MESETA
IBÉRICA
RESERVA^{MA} DE BIOSFERA



**Handbuch für Touristische Ressourcen
Meseta Ibérica**

Redaktion
Europäischer Verbund
für territoriale Zusammenarbeit
AECT ZASNET

Suche, Auswahl von Inhalten und Texten
Cápsula, Creative Agency

Übersetzung
Cápsula, Creative Agency

Überarbeitung des Textes
Susana Oliveira

Design und Layout
Cápsula, Creative Agency

Verteilung
Gratis

Auflage
1. Ausgabe 2022
Ausgedruckt in Portugal
1000 Exemplare

© Alle Rechte vorbehalten.
EIGENTUM: Europäischer Verbund
für territoriale Zusammenarbeit AECT ZASNET

MESETA IBÉRICA

RESERVA DA BIOSFERA







1

- 14 **BIOSPÄHÄRENRESERVAT MESETA IBÉRICA**
18 • Eine Region, die von der Natur erhalten bleibt
19 • Biosphäre Meseta Ibérica
20 • Zwei Länder, fünf Naturparks, ein Reservat
22 • Sommer und Winter

2

- 24 **ZWISCHEN HOCHLAND UND BERG**
29 • Die Berge
31 • Die Gebirge
36 • Die Douro-Schlucht
38 • Das Tal

3

- 40 **LANDSCHAFTEN, DIE DURCH WASSER
GESCHAFFEN WERDEN**
44 • Die Flüsse und die Gebirge
50 • Ein ruhiger Riese

4

- 56 **BIODIVERSITÄT**

5

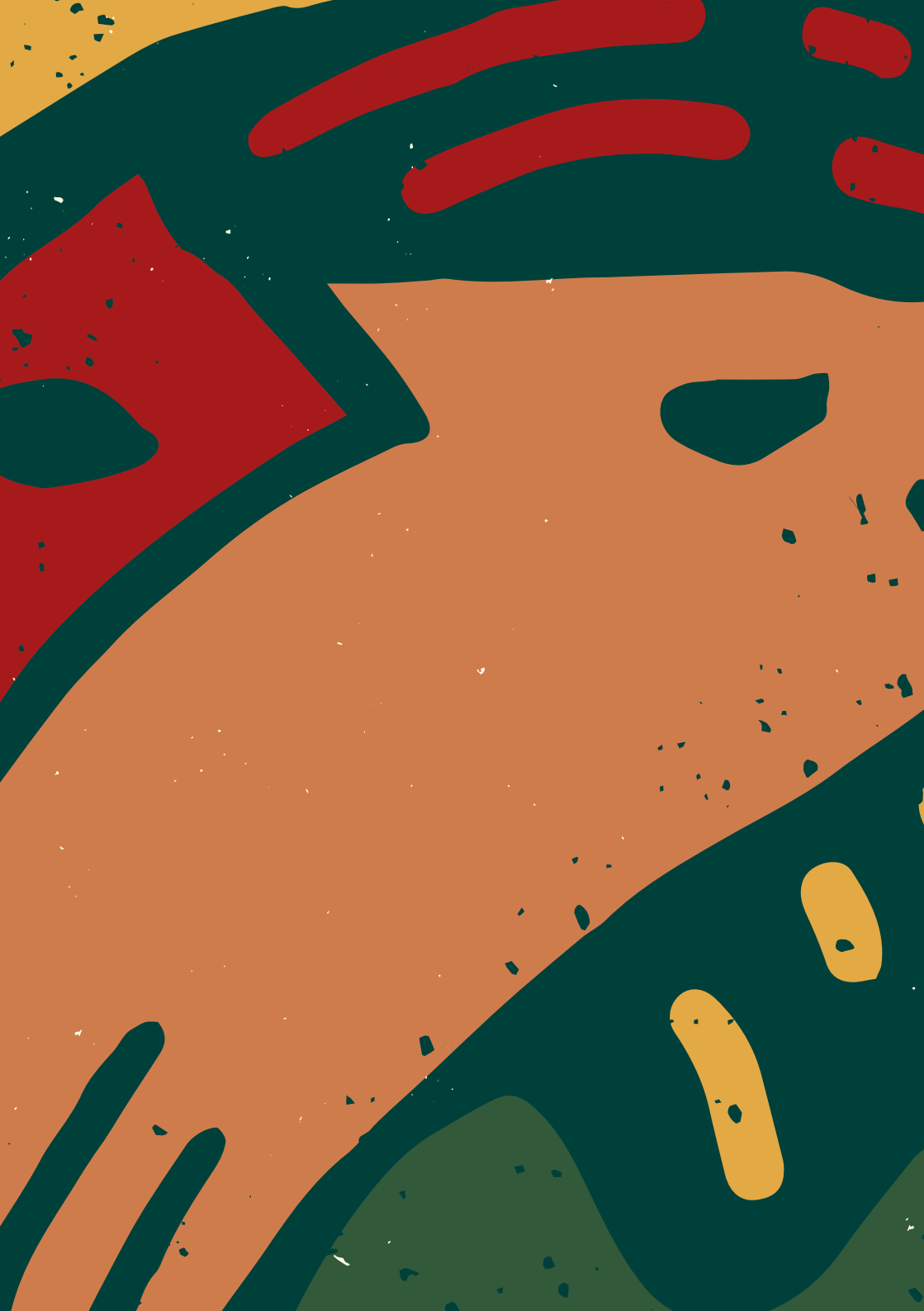
- MENSCHLICHE NATUR**
- 74
 - 78 • Landwirtschaft
 - 81 • Archäologisches Erbe
 - 85 • Architektur
 - 90 • Handwerk
 - 91 • Gastronomie
 - 96 • Feste und Traditionen

6

- NATURPARKS UND GESCHÜTZTE
LANDSCHAFTEN**
- 102
 - 104 • Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto
 - 116 • Sierra de la Culebra
 - 128 • Montesinho
 - 142 • Arribes del Duero
 - 156 • Douro Internacional
 - 170 • Vale do Tua
 - 182 • Azibo e Lagos do Sabor



WAS DIE
NATUR
VERBINDET,
TRENNT DER
MENSCH
NICHT.



**« ES GIBT KEINE ERHALTUNG
DER NATUR OHNE
MENSCHLICHES HANDELN,
DENN DER MENSCH IST
DIE GRUNDSTRUKTUR DES
ÖKOSYSTEMS »**

1.

**BIOSPHERENRESERVAT
MESETA IBÉRICA**





EINE REGION, DIE VON DER NATUR ERHALTEN BLEIBT

Das Biosphärenreservat Meseta Ibérica ist ein riesiges Gebiet, das Portugal und Spanien vereint und sich von Trás-os-Montes und Beira Alta bis zu den Provinzen Zamora und Salamanca erstreckt, in einem durchgehenden Raum, der sich durch seine gemeinsame Identität behauptet.

RBMTI ist eine weite Hochebene, die sich hier und da in bergigen Strukturen aufragt, vereint durch starke Naturmerkmale und eine Biodiversität ohne Nationalität oder der menschlichen Domäne unterworfen. Ein Gebiet, in dem die beiden Länder Verwaltungseinheiten, differenzierte Regionen gezogen haben, aber wo die Natur ihre starke Persönlichkeit behauptet und die Bevölkerungen Widerstandsfähigkeit, Genie und Charakter teilen.

Von den Bergen an der Grenze zu Sanabria bis zum Fluss Douro, von der Sierra de la Culebra bis zum Vale do Tua und von Bragança bis Salamanca ist das Reservat ein im europäischen Kontext einzigartiges Gebiet mit einem bewundernswerten natürlichen und kulturellen Erbe.

An der Peripherie beider Länder wurde das Reservat innerhalb einer natürlichen "Mauer" bewahrt, einem eindrucksvollen Raum, den die Natur mit Bergen, Hügeln, Steilhängen, dramatischen Tälern und Abgeschiedenheit befestigt und verteidigt hat und der Landschaften, Arten, Traditionen und Kulturen schützt. Die Gemeinschaften in diesen Gebieten leben seit Jahrhunderten im Landesinneren, weit weg von der Küste und grundsätzlich von den Entscheidungszentren, und tragen in Symbiose mit der Natur dazu bei, einzigartige Szenarien, wertvolle Lebensräume und ein Erbe von unbestreitbarem Wert zu schaffen.

Das beste Beispiel für die Einheit dieses Territoriums sind die hier herrschenden Arten, die Adler, Reiher, Störche oder Falken, die den Himmel, die Klippen und das Wasser des Reservats zu ihrer Heimat machen. Wölfe, Rehe, Wildkatzen, Wildschweine oder Rehe, die Bergketten und Hochebenen bewohnen. Die Eichen, Korkeichen, Steineichen, Olivenbäume

oder Kastanienbäume, mit denen die Natur und der Mensch das Gebiet "bevölkert" haben, als eine Art, ihr Reich zu definieren.

Das Wasser der Flüsse, die sich durch Berge, Steilhänge und Grenzen reißen. Aber auch Traditionen und uralte Bräuche, wie Masken, Winterfeste oder landwirtschaftliche Praktiken, die eine gemeinsame Weisheit offenbaren.

Das Biosphärenreservat Meseta Ibérica ist ein urheberrechtlich geschütztes Territorium, geschaffen und geformt durch die natürlichen Elemente und durch die Hände derer, die es wagen, in dieser Region zu leben und zu bauen.

BIOSPÄHÄRE MESETA IBÉRICA

Die Biosphärenreservate haben ihren Ursprung im Programm Man and Biosphere (MaB), das 1971 von der UNESCO mit dem Ziel ins Leben gerufen wurde, eine wissenschaftliche Basis für Sachkenntnis zu schaffen und Verbesserungen in den Beziehungen zwischen Gemeinschaften und Ökosystemen zu fördern. Mit diesem Programm wurde ein Netzwerk von Reservaten geboren, die die Entwicklung im Einklang mit der Erhaltung des natürlichen Erbes von unbestreitbarem Wert, den Schutz der biologischen Vielfalt und die einzigartigen Ökosysteme stimulieren. Eine nachhaltige Entwicklung beständig von den Aktivitäten der lokalen Gemeinschaften und wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Die Biosphärenreservate wurden nicht geschaffen, um Barrieren für das Wachstum und die Integration von Gemeinschaften in die natürliche Umwelt zu errichten, sondern im Gegenteil, sie tragen dazu bei, bildungsbasiertes Wachstum zu unterstützen und das wirtschaftliche Potenzial natürlicher Werte zu verbessern.

Das Biosphärenreservat Meseta Ibérica wurde gegründet, um die Erhaltung von Werten mit der Entwicklung der Regionen zu fördern und zu harmonisieren und die Forschung und den Austausch von Wissen über die Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dieses Erbes zu unterstützen.

Diese Reserven sind eine grundlegende Strategie zum Schutz von Landschaften, einzigartigen Ökosystemen, biodiverser Vielfalt und kulturellem Erbe, mit Mitteln, die die menschliche Präsenz und das Wirtschaftswachstum steigern. Es geht darum, die "ungute" Idee des Konflikts zwischen Erhaltung und Entwicklung zu bekämpfen, nachhaltiges Wachstum und die wirtschaftlichen Chancen zu fördern, die durch das natürliche und kulturelle Erbe entstehen.

ZWEI LÄNDER, FÜNF NATURPARKS, EIN RESERVAT

Das Biosphärenreservat Meseta Ibérica ist eines der größten in ganz Europa und zweifellos eines der wichtigsten für die biologische Vielfalt, das Landschaftserbe und die Einzigartigkeit der menschlichen Präsenz in der Region. Das Gebiet umfasst insgesamt 87 Gemeinden, davon 12 im portugiesischen Gebiet (die Gemeinden Terra Fria, Terra Quente, Douro Superior und eine in Beira Alta) und 75 auf spanischem Gebiet (48 in der Provinz Zamora und 27 in der Provinz Salamanca).

Mit einer Gesamtfläche von 1.132.607 ha (11.326 km²) und einer Bevölkerungsdichte von ca. 14 Einwohnern pro km² integriert RBTMI fünf Naturparks (Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto, Montesinho, Douro Internacional, Arribes del Duero und das Tua Tal), das Nationale Jagdreservat und den Naturraum Sierra de la Culebra und Dutzende von Plätzen, die in das Natura 2000 Netzwerk integriert sind, wie Azibo, Sabor oder der Fluss Maçãs. Dieses Gebiet bewahrt ein außergewöhnliches Naturerbe und ist Zeuge einer tausendjährigen menschlichen Präsenz, die uns immer noch die besten Beispiele für die Symbiose zwischen Mensch und Biosphäre, von menschlichen Gemeinschaften als Teil des Ökosystems liefert.

RBTMI setzt sich für eine natürliche Einheit ein, die auf morphologischer Kontinuität, aber auch auf tiefen dynamischen Beziehungen zwischen Arten, Lebensräumen und menschlichen



LAGO DE SANABRIA
Y SIERRAS SEGUNDERA
Y DE PORTO

MONTESINHO

SIERRA
DE LA CULEBRA

PORTUGAL

AZIBO

VALE
DO TUA

LAGOS
DO SABOR

DOURO INTERNACIONAL
ARRIBES DEL DUERO

SPANIEN



Gemeinschaften basiert und sie als die Elemente annimmt, die ihre Identität gegründet und geformt haben.

SOMMER UND WINTER

Der Wechsel der Jahreszeiten schafft charakteristische Landschaften und Umgebungen und formt Territorien mit eigener Persönlichkeit. Das Reservat ist das ganze Jahr über nicht immer dasselbe, es ändert seine Stimmung, sein Aussehen, als gäbe es andere Territorien innerhalb dieser, metamorphosierende Landschaften, sich wandelnde Ökosysteme, in denen die Menschen gelernt haben, sich anzupassen und mit den verschiedenen Temperamenten der Natur zu leben.

Überall im Gebiet malen die Jahreszeiten unterschiedliche Farben, von der Landschaft bis zum Menschen.

In der Terra Quente Transmontana ist das Klima trockener, die Hitze länger anhaltend.

Der Winter ist am härtesten zwischen Sanabria und der Terra Fria Transmontana, die sich bis nach Mogadouro erstreckt. Neun Monate Winter, drei Monate die Hölle.

Mit der Kälte kommen die Schneedecken auf den Gipfeln von Culebra, Montesinho und den Landschaften von Sanabria. Das Braune und das Orangene werden von den Klippen des Douro auferlegt, der Rauch prangert die Hitze und die menschliche



Kochkunst an, es ist Zeit für die Masken, auf die Straße zu gehen, um um Erneuerung und Fruchtbarkeit des Landes und der Frauen zu bitten. Die Schafe tarnen sich in der Wolle und das Vieh wird vor der Kälte geschützt.

Mit dem Ende des Winters werden die bräunlichen Töne von helleren Farben durchbrochen, und, in einer Region mit feinen Produkten, kehren die Bienen mit dem Frühling an die Arbeit zurück, der von den Mandelbäumen, die die Landschaft vor allem im Süden des Reservats weiß und violett färben, und von dem Blühen des Ginsters, des Rosmarins und der Zistrose angekündigt wird, um die Vögel zu empfangen. Der Frühling ist die Jahreszeit, in der der Himmel aufgewühlt wird und viele Arten im Reservat ankommen, um zu nisten. Im steilen Douro-Tal kann man Schwarzstörche, Bonelli-Adler und Schmutzgeier beobachten.

Im Sommer legen die heißen Temperaturen alles auf Eis, der Himmel ist ruhiger, die Tage langsamer und alles scheint die Frische des Wassers zu suchen.

Mit dem Ende des Sommers und dem Beginn des Herbstes bescheren die Bäume und Weinberge dem Menschen die Früchte seiner Arbeit und das Röhren der Hirsche ist in Sanabria, Culebra und Montesinho zu hören. Die hellen und warmen Farben werden von den Laubbäumen dargeboten.

Eine lebendige Reserve, ein Zyklus, viele Gesichter, eine intensive Seele, viele Stimmungen, Farben und Überraschungen. Eine stürmische und emotionale Beziehung, für weise und geduldige Menschen.



**DIES IST EIN GEBIET, DAS
BEI JEDEM SCHRITT SEIN
TEMPERAMENT ÄNDERT
UND ÜBERRASCHT, IN EINER
ZWIESPÄLTIGKEIT ZWISCHEN
HOCHEBENE UND BERG, DIE
ES EINZIGARTIG MACHT.**

2.

ZWISCHEN DER
HOCHEBENE
UND DEM BERG





Es gibt eine Robustheit in diesem riesigen Gebiet des Reservats, die in der Vehemenz seiner Elemente und der Härte seines Charakters zu spüren ist. Eine Robustheit, die sich im Klima, in der Luft, in den Farbtönen, in der Vegetation und in den Felsen äußert, die aber in den langen PlateauhORIZONTEN nicht immer wahrgenommen wird.

Das Meseta Gebiet erhebt sich im Durchschnitt auf eine Höhe von 700 m und erstreckt sich in sanften oder rauen Wellen, die manchmal in tiefe und eingebettete Täler stürzen oder sich zu bergigen Strukturen erheben.

Die Meseta ist die Seele dieses Gebiets, das seine Extreme mit abgerundeten und anhaltenden Horizonten, einem Klima der Exzesse und kontrastreichen Farben vereint.

Es ist ein Gebiet, das mit jedem Schritt sein Temperament ändert und überrascht, in einer Zwiespältigkeit zwischen Hochebene und Berg, die es einzigartig macht.

Die Berge und tieferen Senken von Montesinho, Culebra oder der Serra da Nogueira, die Erhebungen in der Sanabria und die winkeligen Täler, die das Gebiet einnehmen, geben ihm eine größere Komplexität, verleugnen aber nicht seine Natur als Meseta. Es gibt eine Kontinuität, eine Identität, eine Seele der Hochebene, die auch dann noch besteht, wenn sie verklärt zu sein scheint. Die Hochebene ist ein Gebiet mit vielen Gesichtern.

Zwischen Hochebenen, Bergen, abgeflachten oder tiefen Tälern, zwischen natürlichen Missgeschicken von großer Schönheit, haben sich Natur und Mensch zusammengetan, um schöne Bilder zu schaffen, die uns weiträumige Eichen-, Kastanien-, Oliven- und Mandelhaine, Obstgärten, Weinberge, Gemüsegärten, Büsche, Trockenlandkulturen, Weiden oder Unterholzhänge bieten, mit endemischen Exemplaren von außerordentlicher Bedeutung.

Die Landschaft ist hier eine wichtige natürliche und touristische Ressource, und sie ist sicherlich reichlich vorhanden.

DIE BERGE

Der Naturpark **Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto** befindet sich im äußersten Nordwesten des Reservats. Es handelt sich um eine Gebirgslandschaft, die die Gebirgsketten Segundera und Cabrera einschließt, wenig von Menschen bewohnt ist und an mehreren Stellen eine Höhe von 2000 m überschreitet.

Der See, der dem Park seinen Namen gibt, ist der größte natürliche See auf der Iberischen Halbinsel, aber eingebettet in die Berge finden wir viele andere, mit reinem und durchsichtigem Wasser, geschützt zwischen Tälern und Schluchten, die eine einzigartige Hochgebirgslandschaft schaffen und von den glazialen Ursprüngen zeugen.

Die kältesten Perioden des Quartärs erzeugten große Schneemengen, die mehrere Eiszungen schufen, wie die, die sich im Tal der Tera bis Ribadelago einbettete, 15 km lang und 300 m dick.

Die Vergletscherungen dieser Zeit formten U-förmige Täler, die Tera-Schlucht, tiefe Schluchten, Gletscherkare, Gletschermoränen (Haufen von Steinen und verschiedenen Sedimenten, die mit dem Eis absinken), Gletscherschliffe, polierte Felsen, Dutzende von Lagunen und das Becken des Sanabria-Sees.





Sierra Segundera

Diese Gebirgsregion bildet die Grenze zwischen dem atlantischen und dem mediterranen Klima, der Übergang zwischen feuchten und gemäßigten Zonen schafft eine große Artenvielfalt der Botanik. 1500 Arten sind identifiziert worden. Die bergigen Erhebungen sorgen für unterschiedlich ausgerichtete Hänge, wobei die nach Norden und Westen ausgerichteten Hänge atlantisch und die nach Süden und Osten ausgerichteten Hänge mediterran geprägt sind.

Im Park gibt es überwiegend Eichenwälder (*Quercus pyrenaica*), vor allem im Tera-Becken und an den Berghängen, sowie Stechpalmen (*Ilex aquifolium*), Eiben (*Taxus baccata*) und Edelkastanienbäume (*Castanea sativa*). Entlang der Flüsse und Bäche, die die Seen versorgen, dominieren Salbei-Weiden (*Salix salviifolia*), Eschen (*Fraxinus excelsior*), Birken (*Betula celtiberica*) und Schwarzerlen (*Alnus glutinosa*). Die Quellen, Seen und Flüsse ermöglichen das Vorhandensein von Torfmooren, die in diesen Breitengraden sehr selten sind.

Mit zunehmender Höhe wird der Wald durch Buschwald und Heidenlandschaft ersetzt, wo das extreme Klima eine quartäre Vegetation bewahrt hat, die seit 10.000 Jahren die Landschaft beherrscht. Hier finden Sie die Sanabresa carqueja und die Geranie oder Storchschnäbel (*Geranium bohenicum*), *Ranunculus parnassifolius ssp. cabrerensis* oder *Armeria bigerrensis*.

DIE GEBIRGE

In einer Verlängerung der bergigen Strukturen von Sanabria erheben sich Berge, die unterschiedliche Landschaftsrhythmen, heterogene und reiche Kulissen schaffen.

Die höchsten Punkte sind relativ mäßig und erreichen 1486 m im Montesinho, der sich bis nach Spanien erstreckt und 1700 m in der Sierra Gamoneda, 1273 m in der Sierra de la Coroa, 1243 m in der Sierra de la Culebra, 1310 m in der Sierra de Nogueira und, weiter südlich, 1200 m in der Sierra de Bornes erreicht.

Diese Berge prägen die Landschaft mit bergigen Strukturen und eingebetteten Tälern und zeichnen eine überraschende Vielfalt, üppige und imposante Landschaften.





Sierra de la Culebra scheint die Form einer Schlange zu haben und liegt in der Weiterführung, im Nordosten, von Monte-sinho. Sie besteht aus einer Reihe von Erhebungen, von denen der Peña Mira mit seinen 1241 m, der Miño Cuevo mit 1207 m oder der Peña Castillo mit 1185 m hervorrage, die auf verschiedenen Gipfeln Quarzitkämme aufweisen, einer der Identitätsfaktoren dieser Region.

Die Seestrandkiefer (*Pinus pinaster*) dominiert ausgedehnte Waldmassen, und präsentiert reife Pflanzen, die über fünfzig Jahre alt sind. In diesem Gebiet kommt auch die Waldkiefer (*Pinus sylvestris*) vor, die an ihrer orangefarbenen Rinde zu erkennen ist und deren Hauptmasse sich in El Casal de Tábara befindet. Andere Baumarten koexistieren mit Kiefern und bilden mehr oder weniger große Wälder, wie z. B. die Traubeneiche (*Quercus pyrenaica*), die Steineiche (*Quercus rotundifolia*), die Korkeiche (*Quercus suber*), der Edelkastanienbaum (*Castanea sativa*) und in geringerem Ausmaß der Westliche Erdbeerbaum (*Arbutus unedo*).

Entlang der Flüsse und Bäche, Valdalla, Manzanas oder Ca-brón, überwiegen Erlen (*Alnus glutinosa*), Eschen (*Fraxinus excelsior*), Salbei-Weiden (*Salix salviifolia*) und Pappeln (*Populus nigra*).

↑
Sierra
de la Culebra



Wenn der Wald dem Gestrüpp weicht, überwiegen Heidekraut und Zistrosen, vor allem an den Berghängen. Die Wirtschaft der Region verdankte dem Heidekraut viel, vor allem in Tábara, denn es war die Grundlage für den Abbau von Holzkohle, während die Zistrose seit jeher medizinische Anwendungen hatte.

Montesinho liegt an der Spitze des Terra Fria Gebietes, dem 4. größten Gebirge Portugals, in dem Schiefer und Granit vorherrschen. Der Naturpark Montesinho, der das Bergmassiv von Montesinho und Coroa integriert, ist eines der größten Schutzgebiete Portugals und besteht aus einem Hochlandgebiet mit tiefen Tälern, Bergen und Bereichen mit sanfteren Umrissen, die sich mit Tälern von eingebetteten Flüssen abwechseln.

Geologisch betrachtet, zählt diese Region unter Fachleuten zu den komplexesten in Portugal, bedingt durch zwei wichtige tektonische Unfälle, die Vilaríça-Verwerfung und die Bragança-Vinhais-Verwerfung.

Diese Region hat einzigartige geografische, biologische und klimatische Eigenschaften, ziemlich wild und rau, die in Kombination mit der Vielfalt der natürlichen Ressourcen und einem jahrhundertalten Dialog zwischen den Gemeinschaften und der Umwelt die Entstehung einer Reihe von natürlichen und

humanisierten Landschaften von enormem Interesse und Wert ermöglicht haben, mit Buschland, Wäldern, Bereichen der Landwirtschaft, Viehzucht und Agroforstwirtschaft.

Montesinho bietet eine seltene Vielfalt an Lebensräumen, wie Wälder, Sümpfe, Sträucher, Kastanienwälder, Trockenlandkulturen und seltene floristische Ressourcen.

Im Buschland sind die vorherrschenden Arten Heidekraut und Stechginster in den höheren Bereichen und Zistrosen in den niedrigeren Bereichen. In den Wäldern sticht die Schwarzeiche (*Quercus pyrenaica*) hervor, die in den höher gelegenen Zonen eine große floristische Vielfalt aufweist. Die Eichenwälder



sind eine Referenz in diesem Gebiet, mit einer üppigen Landschaft hauptsächlich zwischen den Flüssen Sabor und Tuela, die sich sogar über die Grenzen des Parks hinaus erstrecken und darüber hinaus eines der größten Gebiete in Europa darstellen.

Es gibt große Bestände von Nadelbäumen, von denen einige exotische Arten sind, und auch Steineichen (*Quercus rotundifolia*) in den unteren, geschützten Bereichen und Birken (*Betula celtiberica*) in den höheren Bereichen.

Entlang der Bäche hat sich ein Auenwald mit Esche (*Fraxinus excelsior*), Weide (*Salix salviifolia*), Erle (*Alnus glutinosa*) oder Schwarzpappel (*Populus nigra*) entwickelt.

Die Vielfalt der Flora in diesem Gebiet verdankt sich zum einen der geologischen und klimatischen Variabilität mit weltweit einzigartigen Pflanzen, die auf Böden aus ultrabasischem Gestein zu finden sind, zum anderen der menschlichen Präsenz, die das Gebiet mit Boskett, Gemüsegärten, Obstgärten, Getreideanbau, Wiesen oder Sümpfen, Weinbergen und unbebautem Land besetzt hat.

In der Nähe von Montesinho, aber bereits außerhalb des Naturparks, befindet sich die Serra da Nogueira, die sich über 19 km erstreckt und aus Tonschiefer, Chlorit, Molargestein und Eisenaufschlüssen besteht (der Volksmund nennt sie "Eisenstein").

In Bezug auf die Vegetation ist das Gebirge durch die starke Präsenz von Schwarzeiche (*Quercus pyrenaica*) und Zwerg-eiche (*Quercus lusitanica*) gekennzeichnet, ein Edelwald von großer Bedeutung im europäischen Kontext.

Der floristische Reichtum ist bemerkenswert und zeigt eine Fortsetzung des benachbarten Montesinho, mit Pappeln (*Populus nigra-L* und *Populus alba-L*), Erle (*Alnus glutinosa*), Schwarzweide (*Salix atro-cinera-Brot*), Birke (*Bétula pubescens*), Esche (*Fraxinus excelsior*), Erdbeerbaum (*Arbutus unedo*), Schmalblättrige Phillyrea (*Phillyrea angustifolia*), Schlehe (*Prunus Spinosa*), Wildrose (*Rosa canina*) und Brombeere (*Rubus ulmifolius* Schott). Im Buschland sind die vorherrschenden Arten unter anderem die Harz-Zistrose (*Cistus ladanifer*), das Heidekraut (*Calluna vulgaris*), die Ginster (*Genista tridentata*) und Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*).

Verbunden mit der menschlichen Anwesenheit haben wir die Soutos (*Castanea sativa*), Walnuss (*Juglans regia*) und Kirsche (*Prunus avium*) Bäume.

DIE DOURO SCHLUCHT

→
Douro
Internacional/
Arribes
del Duero

Der lange Weg, den der Douro-Fluss gegraben hat, bietet uns eine atemberaubende Landschaft, mit Hängen von enormer Spektakularität, imposanten Schluchten, langen Granitstrukturen, die in der Mitte offen sind, wo sich eine kurvenreiche und tiefe Linie des nun beruhigten und resignierten Wassers einfügt.

Die Douro Schlucht ist eine ausgedehnte Schlucht mit Höhenunterschieden, die an manchen Stellen über 500 m betragen. Ein großer Teil dieser Strecke folgt der Grenzlinie zwischen Portugal und Spanien und verbindet die Terra Fria Transmontana mit den Provinzen Kastilien und Leon.

DIESE REGION VERFÜGT ÜBER EIN GEOLOGISCHES ERBE VON AUßERORDENTLICHEM WERT, MIT EINIGEN DER ÄLTESTEN GESTEINE DER HALBINSEL, SPUREN VON ALTEN OZEANBÖDEN, EINSCHLIEßLICH MEERESFOSSILIEN UND HINWEISE AUF DIE UNRUHIGE GESCHICHTE DES DOURO UND SEINEN KAMPF, SEINEN WEG NACH WESTEN ZU FINDEN.

Es ist eine Landschaft aus "Graniten, Gneisen, Migmatiten, Serpentiniten, Kalksteinen, Marmoren, Travertinen, Quarziten, Schiefer und Grauwacken sowie verschiedenen Terrassen- und Schotterablagerungen" (ICNF). Es gibt auch ein großes Erbe an Thermalquellen, die seit der römischen Präsenz bis zur Mitte des 20. Jahrhunderts eine lange Bergbautradition ermöglichten.

In diesem Gebiet koexistieren die unterschiedlichsten Lebensräume, wie z.B. mediterrane Teiche, Heiden, Wälder, Auenwälder oder Pseudo-Steppe mit Gräsern.

Die Klippen werden von einer noch gut erhaltenen und sehr vielfältigen Vegetation dominiert, mit Wacholder (*Juniperus oxycedrus*), der ein Relikt ist, *Juniperus spp.* und Steineiche (*Quercus rotundifolia*) und *Holcus setiglumissubsp duriensis* an den feuchteren Hängen. Das Buschland ist mit Heidekraut (*Erica ciliaris* und *Erica tetralix*) und Ginster (*Genista anglica* und *Genista micrantha*) besiedelt. In den Wäldern, die auf der



Hochebene häufiger anzutreffen sind, vor allem in unbebauten Gebieten oder in den Trennungen zwischen Grundstücken, sind die vorherrschenden Arten die Schwarzeiche (*Quercus pyrenaica*), die Portugiesische Eiche (*Quercus faginea*) und die Korkeiche (*Quercus suber*), sowie die Wälder von Nesselbaum (*Celtis australis*), Ginster, Färberginster und Zistrose.

Die Auenwälder umfassen Erlen (*Alnus glutinosa*), Eschen (*Fraxinus excelsior* und *Fraxinus angustifolia*), Salbei-Weiden (*Salix salvifolia*), Pappeln (*Populus nigra* var. *betulifolia*) und Tamarisken (*Tamarix africana*).

Auch an den Hängen finden wir Olivenbäume, Weinreben und Mandelbäume, die terrassenförmig angelegt sind, um den ausgeprägten Hängen der Gegend entgegenzuwirken.

Auf der Hochebene wechselt der Wald sich mit humanisierten Landschaften ab, die durch den Anbau von Getreide, Weiden, die aus der langen Tradition der Landwirtschaft stammen, Gemüsegärten und Obstgärten entstanden sind. Außerdem gibt es weiter nördlich Kastanienhaine und weiter südlich Olivenbäume, Mandelbäume und Weinberge.

DAS TAL

→

Vale do Tua

Von den Bergen Culebra, Monteseinho, Coroa und Nogueira erstreckt sich das Gebiet nach Südwesten in sanften Tälern, in gemäßigteren Höhenlagen und in einem landwirtschaftlichen Mosaik aus kleinen Grundstücken, in denen Olivenbäume, Weinreben und Mandelbäume vorherrschen. Die tektonischen Ursprünge dieser Region sind heute gut bekannt, gekennzeichnet durch die Verwerfungen Mirandela und das Vilarica Tal, die ein Relief von kleinen Hügeln und abgeflachteren Flächen schaffen.

Es ist ein Übergangsgebiet zwischen atlantischen und kontinentalen Einflüssen, eine Region mit hellen Hochebenen, manchmal mit bergigen Erhebungen wie Bornes, Orelhão und Passos gekennzeichnet und von eingebetteten Tälern durchschnitten, die von den Flüssen Douro, Tua und Tinhela geschaffen wurden.

Das Vale do Tua ist die westliche Grenze der Terra Quente Transmontana und auch des Biosphärenreservats Meseta Ibérica. Die Landschaft wird abwechslungsreicher und hügeliger und wechselt zwischen Bergen, Hochebenen und steilen Hängen. Besonders in seinem letzten Abschnitt zum Douro gibt es imposante Felsformationen (Quarzitkämme) und steile Hänge.

Das unterschiedliche Klima in der Region schafft eine vielfältige Vegetationslandschaft mit Wäldern aus Korkeiche (*Quercus suber*), Portugiesischer Eiche (*Quercus faginea*), Steineiche (*Quercus rotundifolia*) und Wacholder (*Juniperus oxycedrus*) in den heißesten und trockensten Gebieten und Wäldern aus Schwarzeiche (*Quercus pyrenaica*) in Gebieten, die mehr Niederschlag erhalten. Die Steineiche, bekannt als carrasco, und der Wacholder sind ebenfalls häufig anzutreffen. Im strauchigen Buschland dominieren Zistrosen und Rosmarin, aber in den wärmeren Gebieten in der Nähe des Douro ist der Piornais (Buschwerk mit ginsterähnlichen Sträuchern) am häufigsten.

In den Uferbereichen des Tua finden wir Eschen (*Fraxinus excelsior*), Ulmen (*Ulmus minor*), Pappeln (*Populus*) und Salbei-Weiden (*Salix salvifolia*).

Die Flora der Region ist sehr reichhaltig und es wurden etwa 1 100 Arten identifiziert, darunter *Digitalis purpurea subsp. amandiana*, eine Pflanze, die ausschließlich in dieser Region



vorkommt, sowie *Festuca duriotagana*, *Holcus annuus subsp. duriensis* und *Scrophularia valdesii*.

Die landwirtschaftliche Produktion hat die Landschaft mit Oliven-, Orangen-, Pflaumen-, Mandel- und Feigenbäumen bereichert.

Die höchsten Regionen des Parks haben eine mediterrane Klimaprofilvegetation, die an extremere Temperaturen und größere Abwesenheit von Wasser angepasst ist. Hier fließt das Wasser in tiefen Tälern und bildet einen Canyon mit abrupten Ufern, so dass das Wasser aus den höher gelegenen Gebieten abfließen kann. In den offeneren Tälern, die die Form eines Amphitheaters haben, bahnt sich das Wasser seinen Weg durch Schiefer und Granit, was die Bevölkerung mit Hilfe von Stauwehren, Bachläufen und Mühlen zu nutzen wusste. Heute ist das Wasser durch den Damm gebändigt und ein Stausee entstanden, der sich über 27 km erstreckt.

**WASSER IST EIN
VEREINHEITLICHES ELEMENT
DES TERRITORIUMS, IN DEM
ES EIN TEILEN UND EINE
ABHÄNGIGKEIT GIBT.**

3.

**LANDSCHAFTEN,
DIE DURCH WASSER
GESCHAFFEN WERDEN**





Das Wasser hilft uns, die tiefen Verbindungen zwischen all diesen Gebieten zu verstehen: Der Tera fließt vom Sanabria-Gebirge herab und fließt in den größten Gletschersee der Halbinsel und in die Esla, einen der größten Nebenflüsse des Douro in Spanien.

Der Tua wird vom Tuela versorgt, der von Sanabria über Montesinho fließt, und vom Rabaçal, der aus Spanien kommt, und dann das majestätische Tal bildet, das zum Douro führt.

Der Azibo kommt aus Bragança und vereinigt sich südlich mit dem Sabor, der ebenfalls einen langen Weg von Spanien (Sierra Gamoneda), durch Montesinho, macht, um in den Douro zu fließen.

Es ist ein immenses und lebenswichtiges Wassernetz.

→
Fluss Tera

FLÜSSE UND BERGE

Aus den Bergen von Sanabria und den Gebirgszügen von Culebra und Montesinho (La Parada auf der spanischen Seite) werden Flüsse geboren, die die Berge hinunterfließen, tiefe Täler öffnen, das Land nähren, sich über Hochebenen schlängeln, um sich zu vereinen und ihr Wasser dem Douro zuzuführen.

Das Gebiet der Meseta, besonders westlich des Douro Internacional, wird von den Bergen und Hügeln, an seinem nördlichen Ende, bewässert und versorgt.

Von den Sümpfen und Hainen des Montesinho bis hin zu den ausgedehnten Oliven- und Mandelhainen der Terra Quente sind diese Gewässer, die von Norden nach Süden fließen, die dem Land Vitalität verleihen und wesentlich sind, um die verschiedenen Schattierungen dieses Gebietes zu malen, von kalt bis heiß.

Der Fluss Tera entspringt in Peña de Trevinca, auf mehr als 2100 m Höhe. Als Gebirgsfluss vereinigt er sich mit mehreren anderen Bächen zu Dutzenden von Seen, bevor er in den Sanabria-See mündet. Die große Höhe der Quelle, in einer Hochgebirgsumgebung, bietet Lebensräume von seltenem Wert und einzigartig im gesamten Reservat.

Der steile Abstieg in die außergewöhnliche Tera-Schlucht wird von weitläufigen, zerklüfteten und steilen Landschaften



begleitet, die von verschiedenen Epochen der Vergletscherung zeugen. Unterwegs gibt es Wasserfälle, Seen, schroffe Pfade und eine einzigartige Bergvegetation, bis man den Sanabria-See erreicht.

**ES HANDELT SICH UM DEN GRÖßTEN SEE
EISZEITLICHEN URSPRUNGS AUF DER IBERISCHEN
HALBINSEL, DER DIESEM WERTVOLLEN NATURPARK
SEINEN NAMEN GIBT.**





Sanabria-See

Seine Entstehung geht auf das Quartär zurück, als sich mit dem ewigen Schnee in einer Höhe von ca. 1600 m eine 15 km lange und 300 m dicke Eiszunge im Tal des Tera ausbreitete, die an ihrem Verbindungspunkt mit anderen Zungen, die von Cabrera und Segundera kamen, das Gebiet des heutigen Sees schuf. Ein riesiger Wassermantel, ruhend und klar, grenzt an eine imposante Berglandschaft, von wo aus er weiterhin Wasser aus dem Fluss Tera erhält. Der See hat eine maximale Tiefe von ca. 50 m, ist 3 km lang und 1,5 km breit.

Ab dem Sanabria-See beginnt der Tera mit größerer Strömung zu fließen, als wäre er an diesem Punkt geboren, und fließt von dort aus nach Südwesten, wobei er Wasser von verschiedenen Nebenflüssen erhält, bis er die Esla erreicht. Insgesamt umfasst der Tera 153 km und hat 8 Dämme und Staustufen.

Sein klares Wasser sorgt für die Anwesenheit einer edlen und üppigen Vegetation mit Hainen, Eichen und Steineichen und in den unteren Bereichen mit Weiden, Pappeln und Wiesen in der Nähe der Dörfer und Städte.

Die Durchfahrt durch Puebla de Sanabria, wo sich die beeindruckende historische Stadtmauer erhebt, ist einer der erhabensten Momente Ihrer Route.

Ebenfalls im Sanabria-Gebirge, in der Sierra Segundera, auf 1850 m, entsteht der Tuela-Fluss, der den Montesinho durchquert, um sich mit dem Rabaçal-Fluss in der Terra Quente zu vereinen und den Tua-Fluss zu bilden. Ebenfalls eiszeitlichen Ursprungs, markiert er am Anfang seines Verlaufs die Grenze von Kastilien und León zu Galizien und betritt Portugal durch die Gemeinde Vinhais.

In Moimenta fließt der Fluss Tuela am Granitmassiv vorbei und erreicht 250 m hohe Hänge. Entlang der Route gibt es mehrere Flussstrände, Dämme und Windmühlen, die durch mehrere Hügel wandern, die Überreste von Wallburgen und römischer Besetzung bewahren.

Der Rabaçal kommt ebenfalls aus Spanien, aus den Bergen nördlich von Montesinho, nahe der Grenze, und tritt durch Vinhais ein. Er erstreckt sich über 21 km im Naturpark, mit ebenso tiefen und zerklüfteten Hängen, die an einigen Stellen 350 m übersteigen. Entlang des Parks hat er einen Höhenunterschied von 165 m, was einige beschleunigte und zerklüftete Streckenabschnitte schafft.



Die größten Nebenflüsse des Rabaçal sind der Mente und der Assureira. Der Mente, der in Peña Nofre auf 1292 m entspringt, folgt im westlichen Teil des Parks der Grenzlinie zwischen Portugal und Spanien und ist auch der Fluss mit der steilsten Wasserscheide in diesem Gebiet, denn bis er Rabaçal erreicht, versteckt er sich in tiefen Tälern.

Der Rabaçal grenzt auch die Bezirke Vila Real und Bragança ab und hat heute einen Damm in Mirandela.

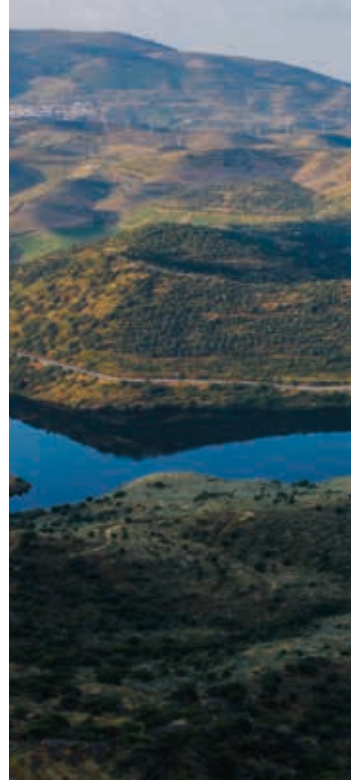
Der Tua, der aus dem Zusammentreffen der Gewässer des Rabaçal mit dem Tuela, in der Nähe der Stadt Mirandela, entsteht, hat einen Verlauf von 40 km bis zum Douro. Von der Quelle bis zur Mündung ist der Tua ein Fluss mit unterschiedlichen Ausprägungen, von einem sanften Fluss, der in breiteren Tälern fließt, bis hin zu einem beeindruckenden Canyon, der von monumentalen Granithängen eingeengt wird. Der Tua ist ein Fluss, der heute durch den in der Nähe seiner Mündung errichteten Staudamm besänftigt ist, mit einem langen Stausee zwischen imposanten Tälern und steilen Hängen.

In diesem hydrographischen Becken des Douro, ist es in der Sierra Gamoneda, dass zwei andere wichtige Flüsse in der Beziehung der Abhängigkeit der Terra Quente mit den Bergen des Nordens des Gebietes geboren werden. Der Sabor, der Hauptwasserlauf im Naturpark Montesinho, verläuft über 35 km von der Quelle bis nach Gimonde an der Südgrenze des Parks und gewinnt mit dem Wasser mehrerer Nebenflüsse an Fließgeschwindigkeit: Onor, Baçal, Igrejas und Labiados.

In der Montesinho-Gebirgskette durchquert der Sabor eine höher gelegene Zone mit noch geringerer Durchflussmenge, und erst weiter vorne wird der Fluss eingebettet, wo er zwischen flachen Tälern schneller fließt und in nur 2 km 200 m abfällt. In der Nähe des Dorfes França beginnt er, schräge Steilhänge zu präsentieren.

Der Fluss Maçãs, ein weiterer seiner Nebenflüsse, entspringt in der Sierra de la Culebra, oberhalb des Dorfes Manzanias, und bildet im östlichen Bereich des Naturparks Montesinho einen Teil der Grenze zwischen Portugal und Spanien, die immer wieder durch das eine und das andere Gebiet verläuft. Tiefe Täler und die Bergrücken der Appalachen verleihen einigen Ufern in diesem Park einen felsigen Charakter.

Der Sabor, der einst als letzter wilder Fluss Portugals bekannt war, fließt dann in den Douro, auf den er bei Torre de Moncorvo



↑
Lagos do Sabor





Azibo-Staudamm



trifft. Der Bau des Staudamms veränderte seine Konfiguration und schuf eine Reihe von Seen, die sich über 70 km bis zur Mündung des Azibo erstrecken. Seen, die durch Wasserarme miteinander verbunden sind, die durch Schluchten und Klippen verlaufen. In der Landschaft von Terra Quente stiegen, besänftigten und zeichneten die Wasser des Sabor lange Spiegel aus klarem Wasser, die sich durch wilde und kultivierte Hügel schlängelten und eine weitläufige, atemberaubende Landschaft schufen.

In den Sabor fließt auch das Wasser des Azibo, der in der Serra da Nogueira entspringt. Flussaufwärts entstand das berühmte Albufeira do Azibo mit einem auf Stampflehm errichteten Damm, dessen Hauptaufgabe es ist, Wasser für die Bewässerung in den landwirtschaftlichen Gebieten des Landkreises sicherzustellen und die Bevölkerung mit Trinkwasser zu versorgen. Azibo ist heute eines der besten Beispiele dafür, wie der Mensch durch sein Eingreifen seine Verbindungen zur Umwelt schützen und verbessern kann. Der Wasserspiegel, der zwischen den Tälern entstand, stärkte den Lebensraum für Vögel, die in der Gegend nisten, und schuf einen wichtigen touristischen Anziehungspunkt, der den Respekt für die Umwelt sicherstellt.

Der Aliste entspringt ebenfalls in der Sierra de la Culebra, auf 1110 m, und fließt in den Esla, kurz bevor dieser sein Wasser in den Douro wirft. Der Aliste, der seinen Namen dem starken Vorkommen von Erlen an seinen Ufern verdankt, ist etwa 72 km lang und gewinnt ab Tierra de Alba durch die Nähe des Stausees des Esla-Stausees in der Nähe von Ricobayo de Alba an Stärke.

↓
[Douro](#)
[Internacional/](#)
[Arribes](#)
[del Duero](#)

EIN STILLER RIESE

Der Douro ist der drittlängste Fluss der Iberischen Halbinsel und eine zentrale und verbindende Kraft im gesamten Gebiet der Meseta. Der Douro-Fluss wird verehrt, alle Gewässer, die durch das Reservat fließen, werden dorthin gelenkt. Er ist der Riese, der die Gaben der Berge und Hügel verdient, der der sich transzendiert und sublimiert, zuerst durch Schluchten und dramatische Risse und dann in offenen und üppigen Tälern.



Der Douro entspringt weit entfernt vom Biosphärenreservat Meseta Ibérica und mündet auch weit entfernt in den Ozean, nachdem er sich seinen Weg durch atemberaubende Täler gebahnt hat.

ABER GERADE HIER IM UND IN DER NÄHE DES RESERVATSGBIETES GEWINNT DER DOURO SEINE UNVERWECHSELBARE PERSÖNLICHKEIT, SEINEN STARKEN UND UNERBITTLICHEN CHARAKTER, ABER ES WAR AUCH HIER, WO ES DEM MENSCHEN GELANG, SEIN TEMPERAMENT ZU ZÜGELN UND SEINE KRAFT ZU ZÄHMEN.

Am Douro, um die Arribes del Duero auf der spanischen Seite und den Douro Internacional auf der portugiesischen Seite, wurden eine Reihe von Dämmen gebaut, die zusammen die Flüsse beruhigten und lange Strecken von aufeinanderfolgenden Stauseen schufen. Im Reservatsgebiet bildeten die Dämme des Esla, des Tormes und sechs des Douro lange Stauseearme, die Dutzende von Metern der tiefen Täler und Steilhänge, die sie umgaben, verschluckten.

Mit einem natürlichen Wassergefälle, das in einigen Bereichen bis zu 500 m beträgt, und dem Zusammenfluss mehrerer Flüsse verfügt diese Region über ein außergewöhnliches hydroelektrisches Potenzial.

Das erste dieser großen Werke war das in Ricobayo de Alba, das den Flusslauf der Esla reguliert. Es gibt ein beliebtes Sprichwort, das besagt "el Esla lleva el agua y el Duero la fama", denn am Treffpunkt zwischen den beiden zeigt der Esla mehr Durchfluss. Der Damm wurde in einer Senke gebaut, die als "Arribas del Esla" bekannt ist.

Noch auf der spanischen Seite, am Fluss Douro und nachdem er sich mit dem Esla Fluss kreuzt, befindet sich der Villaldecampo Staudamm und ein paar Kilometer weiter der Castro Staudamm, der letzte bevor der Douro die Grenzlinie zwischen den beiden Ländern wird.

Es folgen drei portugiesische Staudämme, Miranda, der einen relativ schmalen, aber tiefen Stausee von 14 km Länge schafft, Picote, der in einem engen, steilen und tief liegenden Tal liegt mit Bodenflora, und Bemposta mit einem Stausee von 21 km Länge und in einem Tal ein bisschen offener als der Berg.





Dieser Stausee liegt vor der Einmündung des Flusses Tormes, wo sich noch innerhalb der Grenzen des Naturparks Arribes del Duero der Almendra-Stausee befindet, einer der höchsten Stauseen (202 m) und mit einer Fläche von 7100 km² einer der größten Stauseen Spaniens.

In der Nähe von Fermoselle mündet der Fluss Tormes in den Douro. Sein Wasser fließt in einem neuen Stausee zusammen, der durch den Staudamm von Aldeadávilla geschaffen wurde, dem wichtigsten Wasserkraftwerk Spaniens, das zur Zeit seiner Einweihung das größte in Westeuropa war.

Der letzte Staudamm des Douro Internacional und der letzte spanische Staudamm des Douro ist der Staudamm von Saucelle, mit einem etwas breiteren Stausee zwischen Freixo de Espada à Cinta und Saucelle, in einer Umgebung mit offeneren und weniger dramatischen Tälern und ein Stück nach der Mündung des Huebra Flusses.

↑
[Aldeadávilla](#)
[Stausee](#)



Das Werk der sechs spanischen Staudämme wurde als „Douro-Sprung“ bekannt, dem sich die drei portugiesischen Staudämme anschlossen, die zwar nicht den gleichen Namen tragen, aber in das gleiche Modell der Wasserkraftnutzung eingebunden sind.

Ein Stück weiter vorne erhält der Douro das Wasser des Águeda-Flusses, der aus dem Süden kommt und die Grenze zwischen Portugal und Spanien definiert und den Douro International-Park in Figueira de Castelo Rodrigo und die Arribes del Duero trennt. In dieser Region ist es ein Fluss, der in gegrabenen Tälern fließt und eine Fortsetzung des Douro bezüglich Landschaft, Tier- und Pflanzenwelt aufrechterhält.

Nachdem der Douro nach Westen in Richtung Meer biegt, durchquert er der Länge nach das gesamte portugiesische Staatsgebiet. Noch an einem der Ufer der Terra Quente findet man den Pocinho-Staudamm, der kurz nach der Mündung des



←
Fluss Águeda

→
Tua Tal

Sabor einen Stausee mit einer Länge von 24 km bildet. Dies ist der letzte Damm mit einer Schleuse des Douro, der den Aufstieg der Boote von der Mündung bis nach Barca d'Alva ermöglicht.

Noch vor der Mündung des Tua erhebt sich der letzte Staudamm des Douro in den Grenzen des Reservatsgebiets, der Valeira-Staudamm, der zweithöchste des Douro, mit 36 km Länge und der gleich nach einer extrem engen Schlucht erscheint. Hier liegt der mythische Cachão da Valeira, ein Gebiet mit Wasserfällen und Kaskaden, das die Befahrbarkeit des Flusses verhinderte. Die ersten Bemühungen, den Lauf des Douro zu glätten, begannen schon vor Jahrhunderten und bereits im späten 18. Jahrhundert wurde die felsige Struktur zerstört.



**ES GIBT EINE GEMEINSAME
IDENTITÄT ALLER GEBIETE
DES SCHUTZGEBIETES, DIE
AUF DER VIELFALT DER
LANDSCHAFT, DER FAUNA
UND DER FLORA BERUHT.**

**VIELFALT ALS ELEMENT DER
IDENTITÄT.**

4.

BIODIVERSITÄT.



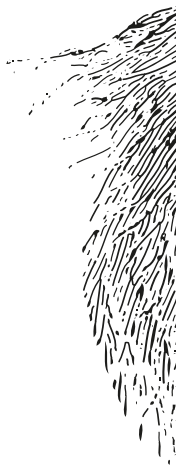


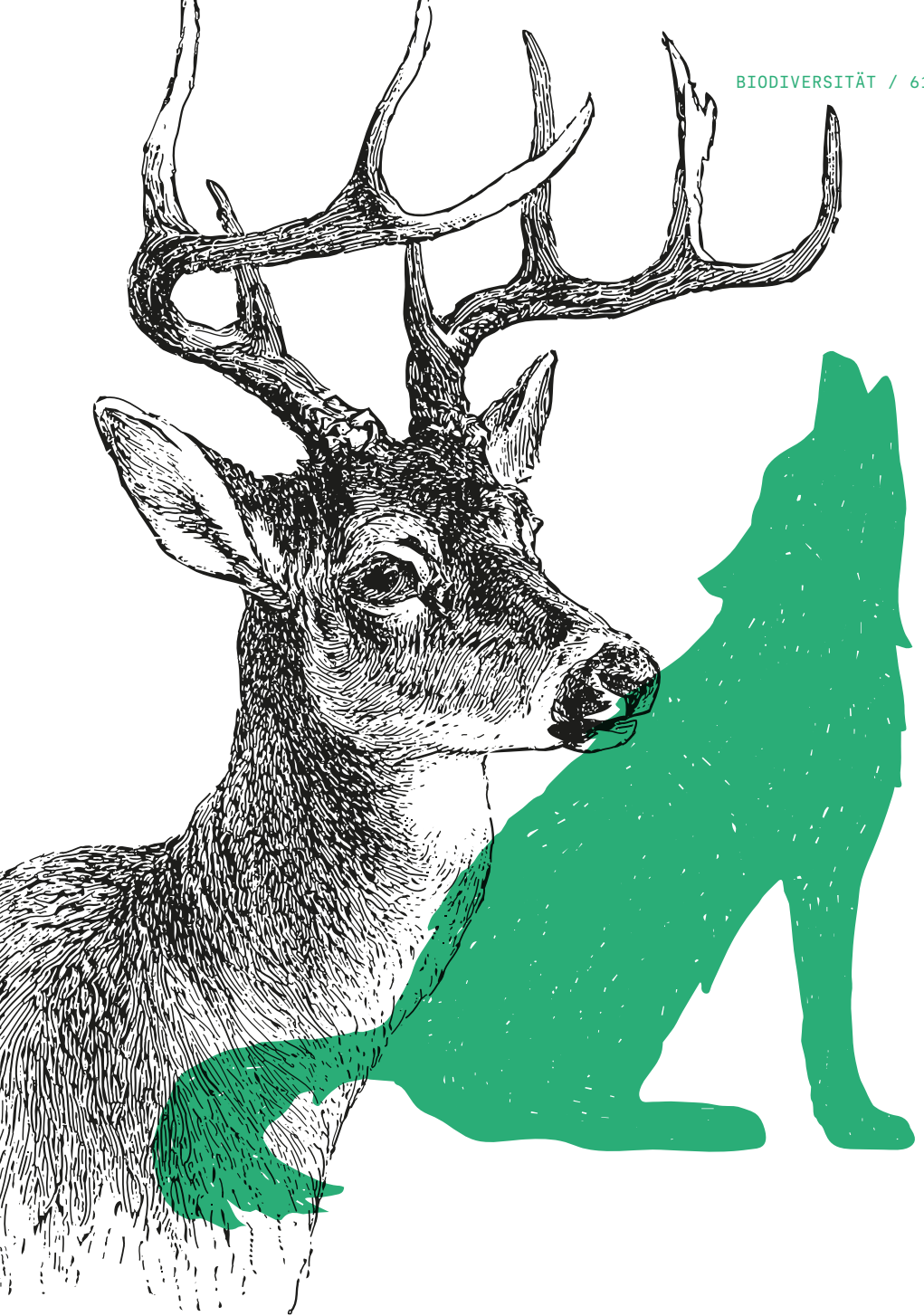
DAS BIOSPHERENRESERVAT MESETA IBÉRICA IST EINES DER RESERVATE MIT DER GRÖßTEN ARTENVIELFALT IN GANZ EUROPA.

Es gibt eine große Anzahl von Arten, die sich dieses Gebiet teilen, mit wirklich beeindruckenden Zahlen. Der Montesinho beherbergt 70 % der in Portugal erfassten Landsäugetiere, der Douro Internacional beherbergt etwa 250 Wirbeltierarten, im Lago de Sanabria gibt es 190 Arten, das Douro- Becken beherbergt 210 Brutvogelarten von den 270, die auf der spanischen Halbinsel identifiziert wurden, das Vale do Tua beherbergt etwa 740 wirbellose Tierarten und in der Sierra de la Culebra wurden 29 Säugetiere gezählt.

Im europäischen Kontext ist dieses Reservat ein Heiligtum des Lebens, der Vielfalt, der Zyklen und Abhängigkeiten, der tiefen Beziehungen zwischen mehreren Arten. Viele von diesen Arten teilen die gleichen Räume und andere gibt es nur in einigen Naturparks dieses Reservats.

Die geografische Lage, die Orographie, die verschiedenen Gebirgssysteme, die tiefen Täler, das Mosaik der Lebensräume und die jahrtausendelange menschliche Aktivität haben entscheidend zu dieser Artenvielfalt beigetragen. Ein außergewöhnliches Naturerbe mit einzigartigen Arten und Ökosystemen, von denen einige vom Aussterben bedroht sind, was dem Biosphärenreservat eine äußerst wichtige Rolle und Aufgabe verleiht.





In diesem Reservat finden wir die größte Anzahl an **Iberischen Wölfen** (*Canis lupus signatus*) auf der gesamten Halbinsel. Nach jahrzehntelanger Verfolgung, in der diese Art auf kleine verstreute Populationen reduziert wurde, sind sie im Gebiet zwischen der Sierra de la Culebra und dem Montesinho in größerer Zahl konzentriert, kommen aber auch in den Bergen des Lago de Sanabria und in den Tälern des Douro vor.

→

Rehbock

↘

Rothirsch

Dieser Wolf ist etwas kleiner als die Wölfe anderer europäischer Regionen und hat eine gelb-bräunliche Färbung. Es ist eine Art, die in kleine Gemeinschaften zersplittert ist und nur schwer miteinander kommunizieren kann. Es handelt sich um besonders isolierte Populationen, die sich im Gegensatz zu der umherstreifenden Natur der Art auf globaler Ebene wenig verbreiten, selten die Regionen verlassen, in denen sie geboren wurden, oder versuchen, sich außerhalb ihres Genpools zu paaren.

Wölfe sind eine ikonische Spezies in der Vorstellungswelt der Bevölkerung, präsent in Traditionen, Legenden und Erzählungen. Sie erschrecken und faszinieren, und überall in der Reserve sind sie Teil von Bräuchen, Traditionen, künstlerischen Ausdrucksformen und der Volkskultur, wie in Masken, Sprüchen und Redewendungen.

Die Nähe zu den Wölfen hat sich in bäuerlichen Bauten zum Schutz des Viehs oder in Fallen zur Jagd auf sie (cortello oder curro dos lobos) geäußert.

Der Wolf ist das letzte der großen Raubtiere, die diese Gebiete bewohnten, und im Reservat spielt er eine außerordentliche Rolle bei der Bewahrung der natürlichen Werte. Der Wolf ist die ungezähmte Natur, die unbändige Naturkraft. Der Wolf repräsentiert alle Arten des Ökosystems, die nicht im Dienst der menschlichen Gemeinschaften stehen, die Kräfte, die wir nicht haben und/oder nicht kontrollieren können, die natürliche Umwelt in ihrem reinen Zustand. Das Gleichgewicht wird durch die Integration all dieser Kräfte erreicht, der bedrohlichen und der gutartigen, der ungezähmten und der sanften.

Der **Rothirsch** (*Cervuselaphus*) ist der größte Pflanzenfresser dieser Region und eine natürliche Beute für Wölfe. Jahrzehntlang stark verfolgt, verschwand er in mehreren Regionen, doch nach einigen Bemühungen und Schutzmaßnahmen kehrte er zurück und besiedelte Gebiete wie die Sierra de la Culebra, wo heute einige der interessantesten Exemplare dieser Art zu



finden sind. Dieses Tier kann auch in den Bergen von Sanabria und Montesinho gesehen werden. Die Männchen können bis zu 250 kg und die Weibchen bis zu 150 kg schwer werden. Sie unterscheiden sich durch das Geweih, das die Männchen haben und das für den Kampf um die Weibchen grundlegend ist. Die Brutzeit bietet ein außergewöhnliches Spektakel, wenn das Röhren der Hirsche durch die Berge hallt. Die Männchen besetzen offene Felder, zeigen sich, fordern sich gegenseitig heraus und kämpfen, wobei sie mit dem Geweih schnappen. Die Gewinner beanspruchen die besten Territorien, um Weibchen anzulocken. Zu dieser Zeit verlieren die Männchen bis zu 40 % ihres Gewichts.

Das **Reh** oder die **Hirschkuh** (*Capreolus capreolus*) ist ein Hirsch, der viel kleiner als der Hirsch ist und auch häufiger vorkommt, da er im gesamten Reservat, von Sanabria bis zum Tuatal, verteilt ist. Sein Geweih ist kurz, aber spitz, fällt im Herbst und wächst im Frühjahr und ist grundlegend im Kampf um Weibchen. Es ist ein elegantes Tier, das im Winter die Ebenen bevorzugt und im Sommer die Berge aufsucht.

Der **Europäische Fischotter** (*Lutra lutra*) ist mit seinem langgestreckten Körper und dem kurzen, bräunlichen Fell das Symbol des Naturparks Lago de Sanabria y Alrededores. Lautlos und einzelgängerisch baut er Höhlen und Unterschlüpfte am Wasser, wobei er oft die Höhlen anderer Tiere nutzt.

Die **Ginsterkatze** (*Genetta genetta*) ist ein kurzbeiniges Säugetier, das eine Länge von 1 m erreichen kann und Waldgebiete mit Eichen und Steineichen aufsucht, wo sie meist im Inneren von Stämmen lebt. Sie ist ein nachtaktives und einzelgängerisches Tier, mit der Besonderheit, dass sie Drüsen in ihrem Anus hat, deren Exkremente zur Herstellung von Parfüms und Medikamenten verwendet wurden.

Zu den häufigsten Säugetieren, die im Reservat vorkommen, gehören das **Wildschwein** (*Sus scrofa*), das **Kaninchen** (*Oryctolagus cuniculus*), der **Hase** (*Lepus europaeus*) und der **Fuchs** (*Vulpes vulpes*). Diese Arten sind eng mit den Vorstellungen und Praktiken menschlicher Gemeinschaften verbunden. Der Fuchs hat aufgrund seiner Anpassungsfähigkeit und seines Gelegenheitsverhaltens half dabei, auf Bauernhöfen einige Tierchutzsysteme zu gestalten. Die anderen sind mit großen Jagdtraditionen und der Gastronomie dieser Regionen verbunden.

→
Europäische
Fischotter



Das Wildschwein ist dem Hausschwein sehr ähnlich, mit einem länglichen Kopf, braunem, dickem und eher hartem Fell. Dieses Tier kompensiert sein schlechtes Sehvermögen mit seinem scharfen Geruchs- und Hörsinn.

→
Kleine
Hufeisennase

Fledermäuse sind eine der außergewöhnlichsten Säugetiergruppen in diesem Gebiet, mit seltenen Arten, von denen einige stark bedroht sind und extreme Aufmerksamkeit beim Schutz ihrer Lebensräume erfordern.

↘
Wildschwein

Die Kolonien von Fledermäusen leben in Höhlen, hohlen Bäumen in dichten Wäldern, verlassenen Minen oder Staudammtunneln. In den Tunneln der Eisenbahnstrecke von La Fregeneda nach Barca d'Alva, die heute stillgelegt ist und zu Fuß erkundet werden kann, befindet sich eine der größten und außergewöhnlichsten Kolonien dieser Säugetiere. Insektenfresser sind wichtig für die Bekämpfung von Schadinsekten in vielen Kulturpflanzen. Von Sanabria bis zum Vale do Tua, über Culebra, Montesinho, Douro Internacional und Arribes del Duero gibt es Arten wie die **Kleine Hufeisennase** (*Rhinolophus hipposideros*), **Große Hufeisennase** (*Rhinolophus ferrumequinum*), **Mittelmeer-Hufeisennase** (*Rhinolophus euryale*), **Kleine Mausohrfledermaus** (*Myotis blythii*), **Große Mausohrfledermaus** (*Myotis myotis*) und **Kurzohrfledermaus** (*Miniopterus schreibersi*), unter anderem.

↓
Ginsterkatze





DIE KLEINE HUFEISENFLEDERMAUS IST ZWISCHEN 7 UND 25 CM GROß, HAT KURZE OHREN UND ZWEI NASENFALTEN, DIE EINEM HUFEISEN ÄHNELN. ES HANDELT SICH UM EIN GEFÄHRDETES TIER, DAS VON MENSCHLICHEN GEMEINSCHAFTEN AUFGRUND VON ABERGLAUBEN VERFOLGT WURDE, DER SIE ALS REPULSIVE TIERE DEFINIERTE.

In der Avifauna des Reservats gibt es eine bewundernswerte Vielfalt und Überschwang, mit der Anwesenheit von rupikolischen Vögeln, Zugvogelarten und einige von ihnen in großen Formaten. Die Steilhänge des Douro, auf beiden Seiten der Grenze, sind ein Zufluchtsort für einige der edelsten und am meisten gefährdeten Vögel des Gebietes, aber von Sanabria bis zum Tua gibt es eine einzigartige Reichhaltigkeit an Arten.

Im Naturpark Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto und in der Sierra de la Culebra wurden 76 Vogelarten identifiziert. Im Naturpark Montesinho wurden 155 Arten verzeichnet, von denen 126 Brüten, 200 Arten in den Arribes del Duero, 170 im Douro Internacional und 123 im Vale do Tua.

→
Steinadler
hervor

UNTER DEN RAUBVÖGELN STICHT DER MAJESTÄTISCHE STEINADLER HERVOR, VON DEM MEHR ALS 40 PAARE IN DEN DOURO INTERNACIONAL UND MONTESINHO-REGIONEN UND ETWA 20 IN DEN ARRIBES DEL DEURO UND DEN UMLIEGENDEN GEBIETEN LEBEN, SOWIE IN DEN BERGEN VON SANABRIA UND CULEBRA GESICHTET WERDEN.

Er ist der größte Adler auf der Iberischen Halbinsel, mit einer Flügelspannweite von bis zu 230 cm, einem scharfen Blick, der einen Hasen in 2 km Entfernung erkennen kann, einer robusten Erscheinung, dunkelbrauner Farbe und extrem aggressiv. Aufgrund der goldenen Töne seines Kopfs ist er auch als "Steinadler" bekannt.

Es gibt mehrere Adlerarten in dieser Region, beobachten kann man in verschiedenen Teilen des Territoriums den **Kurzzehenadler** (*Circaetus gallicus*), den **Zwergadler** (*Aquila pen-nata*), den **Habichtsadler** (*Aquila fasciata*), den **Mäusebussard** (*Buteo buteo*) oder die **Wiesenweihe** (*Circus pygargus*). Einige von ihnen sind stark bedroht und haben einen besonderen Schutzstatus.

Der Habichtsadler ist an den Hängen des Douro zu finden und nistet auf Felsvorsprüngen an den Steilwänden. Dieser Adler kann eine Flügelspannweite von 170 cm erreichen, hat eine kräftige Erscheinung und ist sesshaft, wobei er mehrere Nester im Territorium bewahrt.

Der **Schmutzgeier** (*Neophron percnopterus*) ist ein emblematischer Vogel, der sogar zum Symbol des Naturpark Douro Internacional gewählt wurde.



BEKANT IN DER PORTUGIESISCHEN REGION AUCH ALS "BRITANGO" UND "BLANQUILLO" AUF DER SPANISCHEN SEITE, IST DIESER GEIER EIN ZUGVÖGEL, DER EINEN GROßTEIL DES WINTERS IN AFRIKA VERBRINGT UND IM APRIL UND MAI ZURÜCKKEHRT, UM ZU NISTEN.

Der Schmutzgeier ist mit einer Flügelspannweite von etwa 160 - 170 cm der kleinste der Geier dieses Gebietes und bevorzugt vor allem felsige Stellen. Er bewohnt Schluchten und Klippen in der Nähe von Flüssen und wird aus der Ferne oft mit einem Storch verwechselt. Der Schmutzgeier zeichnet sich dadurch aus, dass er besonders intelligent ist und Steine wirft, um Eier zu zerschlagen.

Unter den Raubvögeln gibt es weitere emblematische Vögel wie den **Gänsegeier** (*Gyps fulvus*), den **Milan** (*Milvus milvus*), den **Schwarzmilan** (*Milvus migrans*), den **Habicht** (*Accipiter nisus*), den **Wanderfalken** (*Falco peregrinus*) oder den **Turmfalken** (*Falco naumanni*).

Der Gänsegeier ist einer der größten Vögel im Reservat, mit einer Flügelspannweite, die 280 cm erreichen kann. Sie nisten in unzugänglichen Gegenden, tolerieren aber eine vom



Schmutzgeier



Menschen gestaltete Umgebung gut, da sie oft leichteren Zugang zu Nahrung bietet. Sie haben keine Nackenfedern, da sie ihren Kopf meist komplett in den Kadaver stecken.

Der Wanderfalke ist ein kleiner Vogel mit etwa 1 m Flügelspannweite, der in offenen Gebieten wie weniger dichten Wäldern, Steppen und Steilhängen jagt. Dieser Vogel nistet nicht, sondern nutzt einige verlassene Nester oder Nischen in Felsen. Er jagt hauptsächlich Vögel und kann 200 km/h erreichen.

Der Rötelfalke ist ein kleiner Raubvogel, 100 cm, der sowohl Steilhänge als auch Wälder oder offene Felder bewohnt.

Unter vielen anderen Arten stechen die folgenden aufgrund ihrer Bedeutung für den Naturschutz hervor: der **Schwarzstorch** (*Ciconia nigra*), die **Großtrappe** (*Otis tarda*), der **Uhu** (*Bubo bubo*), der **Trauersteinschmätzer** (*Oenanthe leucura*), die **Blaumerle** (*Monticola solitarius*), der **Zwergohreule** (*Otus scops*), die **Blauracke** (*Coracias garrulus*) und das **Rebhuhn** (*Perdix perdix hispaniensis*).

Der Uhu ist mit einer Flügelspannweite von bis zu 180 cm der größte nachtaktive Raubvogel Europas und nistet meist in kleinen Felsunterständen. Trotz seiner Größe hat er einen eher diskreten und leisen Flug und tarnt sich tagsüber dank seiner bräunlichen Färbung.



Gänsegeier





Der Schwarzstorch ist kleiner als der Weißstorch, steht auf der Liste der gefährdeten Arten und bewohnt felsige Gebiete und Klippen, die schwer zugänglich sind.

Die Blaumerle ist ein kleines Tier, 20 cm, einzelgängerisch, das normalerweise auf Felsen beobachtet wird, flaches Land meidet und das sich täglich in Flüssen und Bächen mit sanften Strömungen wäscht.

Im europäischen Kontext ist das Reservat ein Gebiet, das reich an Reptilien und Amphibien ist, von denen einige angesichts des Ausmaßes der Bedrohung, der sie ausgesetzt sind, von besonderer Bedeutung sind. Die **Stülpnasenotter** (*Vipera latastei*) ist sicherlich die bekannteste, aber auch die **Ringelnatter** (*Natrix natrix*), die **Westliche Eidechsenotter** (*Malpolon monspessulanus*), die **Europäische Schlingnatter** (*Coronella Austriaca*), die **Iberische Smaragdeidechse** (*Lacerta schreiberi*), der **Marmormolch** (*Triturus marmoratus*), der **Spanische Wassermolch** (*Triturus bocai*), der **Europäische Laubfrosch** (*Hyla arborea*), der **Gefleckte Grasfrosch** (*Discoglossus galganoi*) oder die **Spanische Wasserschildkröte** (*Mauremys leprosa*) stechen hervor.

Der Iberische Molch, mit etwa 8 cm, bewohnt Teiche, Quellen und stehende Gewässer und ist eine exklusive Art der iberischen Halbinsel. Der Europäische Laubfrosch ist nur 5 cm lang, lebt



Stülpnasenotter



Marmormolch



Lycaena
virgaureae



normalerweise außerhalb des Wassers und ist überwiegend nachtaktiv.

Das riesige Gewässernetz der Region beherbergt eine Reihe von äußerst wertvollen Fisch- und Wirbellosenarten. Die **Fluss-Perlmuschel** (*Margaritifera margaritifera*) ist ein bemerkenswerter Fall. Einst war sie in Portugal ausgestorben, aber in den letzten Jahrzehnten hat ihre Population wieder zugenommen und eine gewisse Größe erreicht, vor allem in den Flüssen Ra-baçal, Mente und Tuela, im Montesinho.

Sie ist eine vom Aussterben bedrohte Art, da sie empfindlich auf menschliche Eingriffe reagiert.

In diesen Flüssen gibt es trotz der Dämme und Stauseen noch relevante Populationen von **Panjorca** (*Chondrostoma arcasii*), **Nordbogge** (*Pseudochondrostoma duriensis*), **Barbe** (*Barbus bocagei*), **Nordblauer Wittling** (*Cobitis calderoni*) und **Bachforelle** (*Salmo trutta*).

Der Bogue ist ein relativ kleiner Fisch, zwischen 15 cm und 50 cm, ein Herdentier, endemisch im Douro und anderen Becken in Galizien.

Es gibt auch Schmetterlinge von besonderem Interesse wie *Lycaena virgaurea*, der **Magerrasen-Perlmutterfalte** (*Boloria dia*) und *Callimorpha quadripunctaria*.

**ES GIBT EINE URALTE
WEISHEIT, DIE ES ERLAUBTE,
EIN TERRITORIUM DER
KONTRASTE ZU VERSTEHEN
UND ZU VERBESSERN,
SOMMER UND WINTER, KALTE
LÄNDER UND HEIßE LÄNDER,
SEHR OFFENSICHTLICH IN
TRADITIONELLEN PRAKTIKEN
DER LANDWIRTSCHAFT UND
VIEHZUCHT.**

5.

MENSCHLICHE
NATUR





Klima, Relief und Mensch prägten gemeinsam die Landschaften, die das Reservat definieren, in einer gemeinsamen Urheberschaft, die Horizonte, Schattierungen und Farbtöne schuf, Konturen zeichnete und Zyklen beeinflusste.

Olivenöl, Kastanien, Mandeln, Kirschen, Wein, Getreide, Dämme und Stauseen oder Tiere, die mit Hilfe der Natur ausgesucht wurden, sind Ausdruck des Menschen als Schöpfer und Veränderer, ein tiefes Zeichen von Gemeinschaften, die die Naturkräfte domestiziert und gemildert haben.

Die Reservatsbevölkerungen, die gemeinsame und miteinander verbundene Wurzeln haben, teilen auch Temperament, Glauben, Widerstandsfähigkeit und Kreativität.

→
Mirandês Esel

LANDWIRTSCHAFT

Im Laufe der Jahrhunderte haben sich in dieser Region kompakte Siedlungen entwickelt, wobei die meisten Dörfer nur ein paar hundert Menschen umfassen.

Die Land- und Viehwirtschaft hat ein enormes Gewicht in der lokalen Wirtschaft, wobei das Vieh von den Sümpfen, von denen einige immer feucht sind, andere nur zu bestimmten Zeiten, und von den natürlichen Weiden, hauptsächlich in den hoch gelegenen Gebieten, profitiert. Getreidekulturen sind immer mit diesen Tieren verbunden und profitieren von ihnen bei der Düngung des Bodens nach der Ernte, wobei auch viele Übergangskulturen wie Getreide für Korn (Roggen, Weizen, Hafer), Futter, Bohnen, Kartoffeln oder Kohl vorhanden sind.

Die Kartoffel ist eines der herausragenden Produkte, vor allem in den kälteren Gebieten, ebenso wie die Kastanie, die eine enorme Bedeutung in der lokalen Wirtschaft hat. Ein großer Teil der portugiesischen Kastanie wird in Trás-os-Montes produziert, besonders in Bragança und Vinhais, und auf der spanischen Seite ist sie sehr wichtig für die lokale Wirtschaft in der Sierra de la Culebra.

Ebenfalls emblematisch für dieses Gebiet ist der Olivenbaum, der vom Norden bis zum Süden des Reservats vorhanden ist, von den kältesten und rustikalsten Landschaften bis hin zu den Weinbergen, neben dem majestätischen Douro. Aber es ist





←

Blühende
Mandelbäume

↙

Schafrasse
churra galega
bragançana

zweifellos ein untrennbares Element vor allem der Terra Quente Landschaften, mit ausgedehnten und ruhigen Olivenhainen zwischen den sanften Bergen und warmen Schieferplateaus, wo der Einfluss des mediterranen Klimas auch den Anbau von Mandeln, Orangen und Feigen fördert.

Entlang des Douro, auf spanischem Gebiet, in den Gemeinden von Terra Quente und in Figueira de Castelo Rodrigo, bietet uns das Reservat auch eine schillernde Überraschung am Ende des Winters, die Mandelbaumblüte, die nur wenige Wochen anhält und die Landschaften weiß und rosa färbt.

Die blühenden Mandelbäume sind eine vergängliche Landschaft, die jedes Jahr Tausende von Besuchern anzieht und mit vielen Festen der Region verbunden ist.

Die Tierzucht hat einheimische, auf beiden Seiten der Grenze zertifizierte Rassen hervorgebracht, die zunehmend Anstrengungen und Schutzmaßnahmen verdient haben. "Ein genetisches Erbe, das Landschaften, Gastronomie und Kultur schafft" (Inventar der autochthonen Rassen in der RBTMI).

In diesem Gebiet leben Kühe wie die Alistana Sanabresa aus Aliste und Sanabria, die Sayaguesa aus Sayago, die Mirandesa aus der Hochebene von Miranda, das Bísaro-Schwein, das für die Wursttradition von grundlegender Bedeutung ist, neun Ziegenrassen, aus denen die Churras, Hühner und Esel, Zamorano-Leonese und Mirandês hervorstechen, die dazu beigetragen haben, ein einzigartiges biologisches, genetisches und kulturelles Erbe zu schaffen (siehe RBTMI-Handbuch für Agrar- und Lebensmittelprodukte).

ARCHÄOLOGISCHES ERBE

Die menschliche Anwesenheit in diesem Gebiet hat im Laufe von zwanzigtausend Jahren Geschichte tiefe Spuren hinterlassen und eine Vielzahl von kultureller Ausdrucksformen, künstlerischer Darstellungen, sozialer Lebensräume, Arbeitsmittel, Glaubensbekundungen, Verwaltungsorganisation, Zeugnisse der Macht und Verteidigungsstrukturen hinterlassen.

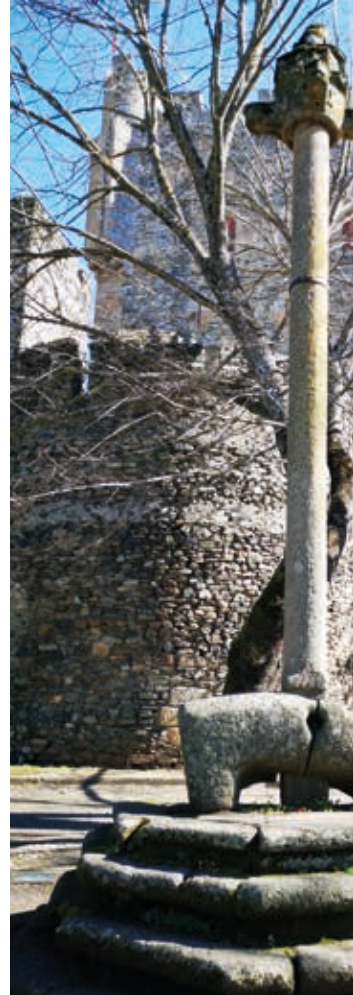


Die ältesten Überreste stammen aus dem Jungpaläolithikum, als das Klima viel rauer und extremer war und den Menschen zwang, sich in Höhlen zu flüchten. Aus dieser Zeit sind Gravuren von Pferden und Auerochsen in der Region Bragança erhalten, in Pousadouro (Grijó de Parada), Sampaio (Milhão) und Fraga Escrevida (Paradinha Nova), die wahrscheinlich auf die Gravuren von Foz Côa zurückgehen.

Die Felsgravuren von Mazouco/Carneiro, weiter südlich, in Freixo de Espada à Cinta, ebenfalls aus dem Jungpaläolithikum, gehören zu den bedeutendsten und heben die Darstellung eines Pferdes (62 cm) hervor, die als eine der schönsten Darstellungen von Felskunst unter freiem Himmel in der Welt gilt.

Aus der jüngsten Vorgeschichte, vom Neolithikum bis zur Eisenzeit, gibt es Spuren, die über das ganze Gebiet verteilt sind: Felsunterstände von Regato das Bouças, in Mirandela, Anta de Zedes, in Carrazeda de Ansiães, Fraga da Pegada, in Macedo de Cavaleiros, in der Nähe des Staudamms von Azibo, Cova da Moura, in Assares, Vila Flor, Fraga do Gato, in Freixo de Espada à Cinta, Fragas do Diabo, in Mogadouro, Mamoá de Donai, in Bragança, Bilder zwischen Linarejos und Villarino de Manzanás, in der Sierra de la Culebra oder das Felsmonument von Vilvestre, in Salamanca.

La Palla Rubia (Pozo de Los Humos), Pereña de La Ribera, liegt im Herzen der Arribes del Duero, in einer beeindruckenden Landschaft, neben dem Wasserfall des Flusses Uces, kurz vor



↑
Berrão, Bragança

↵
Felsgravur von
Mazouco/Carneiro



dem Einmünden in den Douro, der Dämpfe erzeugt, die zu dem Namen (Los Humos) führten. Die Felsmalereien von la Margarrida befinden sich am Fluss Huebra, in der Nähe seiner Mündung in den Douro, an einem schwer zugänglichen Ort, und beinhalten anthropomorphe und andere unbestimmte Elemente.

In der Eisenzeit entwickeln sich Siedlungen und es entstehen Befestigungen aus Granit, Hügelfestungen, die von guten natürlichen Verteidigungsbedingungen profitierten. Diese Siedlungen waren relativ klein, befestigt, wo wir die Organisation für die Viehzucht, Spuren von Eisenausbeutung, zoomorphe Skulpturen, mit Steinschweinen und Stieren sehen können. In der Sierra de la Culebra finden wir die Wallburgen in Riomanzanas, Ferreras de Arriba Y de Abajo und Villardeciervos, und in den Arribes del Duero, die Wallburgen von Fariza, in Fermoselle oder Villar del Buey. Vom Kalten Land bis zum Heißen Land folgen diese Räume aufeinander: Sacóias, in Bragança, S. João das Arribas, Vale da Águia, Fraga do Puio, in Miranda do Douro, S. Brás, in Torre Dona Chama, unter anderem.

Untrennbar mit diesem Erbe verbunden sind viele zoomorphe Statuen aus Granit, wie Schweine, Stiere oder Bären, mit religiöser Funktion und zur Markierung des Territoriums, die in der kastilischen Hochebene, im Landesinneren von Trás-os-Montes und Beiras verbreitet sind.

Unter diesen außergewöhnlichen Hinterlassenschaften sind hervorzuheben: der aus dem historischen Zentrum von Bragança, La Mula oder La Yegua, der in der Nähe der Kirche von Villardiegua de la Ribera ausgestellt ist, el Burro de la Barrera, in Lumbrales, der aus Picote und Duas Igrejas, in Miranda do Douro, der aus Torre de D. Chama, in Mirandela, oder der aus Vilas Boas, in Vila Flor, dieser ein Stier mit einer Höhe von 1,30 m, der im Stadtmuseum ausgestellt ist. In Vilas Boas wurde auch ein berühmter Goldtorques gefunden, ein außergewöhnliches Beispiel der Goldschmiedekunst dieser Zeit.

Obwohl man nicht von einem Moment des Bruchs, sondern eher des Übergangs und der Integration sprechen kann, hinterließ die römische Präsenz bleibende Spuren im Territorium, schuf neue Straßenstrukturen, erneuerte Siedlungsmodelle und intensivierte den Bergbau.

Die Via XVII der antoninischen Reiseroute, die von Braga nach Astorga führte, verzweigte sich in Chaves und schuf Verbindungen nach Süden und Norden, die sich in Castro de Avelãs

wieder trafen. Hier befand sich der Sitz der civitas Zoelarum, die die nördlichen Gebiete der Region Bragança integrierte. Von diesem Weg sind mehrere Abschnitte zwischen Vinhais und Bragança erhalten geblieben, wie der Bürgersteig von Alimonde. Von der südlichen Verbindung bleiben auch einige besuchenswerte Spuren, in Lamalonga und Castanheiro, beide in der Gemeinde von Macedo de Cavaleiros.

Von Castro de Avelãs führte die Route weiter durch die Gebiete von la Culebra, terras de Aliste und das Tera-Tal, wo Teile dieses Abschnitts heute signalisiert sind.

Aus der Anwesenheit in der Nähe des Douro gibt es Hinweise auf Routen, die die Verbindung von Braga nach Zamora und sogar nach Süden, nach Salamanca, herstellen würden, und die in diesem Gebiet durch Mirandela, Macedo de Cavaleiros, Miranda do Douro, Fermoselle und Villalcampo führen würden.

Von diesen Verbindungen sind noch einige Brücken von unbestreitbarer Schönheit übrig geblieben, wie die Brücke von Tudera in Sayago mit einem bemerkenswerten zentralen Auge, die Steinbrücke in Torre de Dona Chama, heute Teil der EN 206, die trotz späterer Änderungen ein flaches Fahrdeck präsentiert, das auf Bögen von perfekter Rundung basiert.

In der gesamten Region wurden die Bergfestungen langsam romanisiert, die ethnischen Unterschiede zwischen den



Völkern werden durch die Integration neuer Formen der Arbeitsorganisation, der Verteidigung, einiger Bautechniken und neuer Gottheiten gemildert. Aus dieser Zeit wurden mehrere Überreste gefunden, hauptsächlich Artefakte, Münzen, polychrome Mosaike, Mühlsteine, Säulen, Kapitelle oder Grabsteine: Celas-Turm und Schloss Ervedosa in Vinhais; Castro de Avelãs, Alto do Carocado, Sacóias und Lombeiro Branco, in Bragança; Terronha de Argozelo, in Vimioso; Castro Vicente und Vilarinho de Galegos, in Mogadouro; S. João das Arribas und S. Martinho de Angueira, in Miranda do Douro; Villae romana da Senhora da Ribeira und Schloss Ansiães, in Carrazeda de Ansiães; Castro de Merchanas, in Lumbrales, Castro del Castillo de Saldeana, in Saldeana, Castro de San Mamede, in Villardiégua de la Ribera, Castro Bermellar, in Bermellar, Cabeza de San Pedro, in Hinojosa de Duero, unter anderem.

ARCHITEKTUR

Mit den Invasionen der Germanen traten diese Regionen in eine Periode größerer Isolation ein und glichen sich durch natürliche Barrieren an, wodurch sich Modelle des Gemeinschaftslebens und ein soziales und organisatorisches Profil des Territoriums entwickelten, das noch heute ein wenig überall zu spüren ist. Nicht einmal der Einzug der Araber brachte große Veränderungen, da sich die muslimische Domäne nördlich des Douro nie vollständig durchsetzen konnte.

Im Mittelalter integrierten die Gemeinden Formen der Verteidigung, der sozialen Organisation, der landwirtschaftlichen Nutzung und Elemente des Glaubens in das Territorium, wovon es noch viele, wenn auch später verfälschte, Überreste in Kapellen, Mauern, Brunnen, Pranger, Brücken und Kirchen gibt.

Vom religiösen Erbe sind auf portugiesischer Seite vor allem die Kirche des alten Klosters Castro de Avelãs in Bragança mit einem bemerkenswerten, halbrunden Schlussstein und die Kirche Santíssima Trindade in Vila Flor zu erwähnen, die bereits im spätromanischen Stil erbaut wurde und im Inneren einen gotischen Bogen aufweist; die Kirche São João Batista in Carrazeda de Ansiães, vielleicht sogar im vorromanischen Stil, die

←

Castro
de Merchanas,
Lumbrales

Kirchen von Algozinho und Azinhoso in Mogadouro oder das Kloster Santa Maria de Aguiar in Figueira de Castelo Rodrigo aus dem 12. Jahrhundert.

In Spanien sind das schöne Kloster San Martín de Castañeda in einer atemberaubenden Umgebung, die Kirche Nuestra Señora del Azogue in Puebla de Sanabria, die bemerkenswerte Kirche St^a María de Tábara in Tábara, die Wallfahrtskapelle Nuestra Señora de la Merced (10. Jahrhundert) in Fermoselle (San Albín) und die Kirche von Ntra. Sra. de la Asunción, ebenfalls in Fermoselle, diese als eine schöne Kombination aus Romanik und Gotik. Die Gemeindekirche San Salvador in Aldeadávilla de la Ribera, erbaut im 13. Jahrhundert, bewahrt eine Tür mit Rundbogen und acht Strebepfeilern, die später bis zum Barock stark verändert wurde.

Schöne Beispiele der im Mittelalter errichteten Verteidigungsanlagen sind bis heute erhalten geblieben, obwohl einige stark verkleinert und andere in späteren Epochen stark erweitert wurden.

In Portugal befindet sich das Schloss von Bragança, mit dem schönsten und elegantesten portugiesischen Bergfried und neben einem einzigartigen Beispiel der Zivilarchitektur, dem Domus Municipalis von Bragança. Ebenfalls in Terra Fria befinden sich die Schlösser von Vinhais, mit seinen Paços e cadeia, Miranda do Douro, Algosó (Vimioso) und Penas Roias (Mogadouro). Südlich, die Burg mit einem siebeneckigen Turm von Freixo de Espada à Cinta. In Terra Quente, dem Uhrenturm, in Alfândega da Fé. Jenseits des Douro liegt die mittelalterliche Burg von Figueira de Castelo Rodrigo, die von Afonso IX. von Leon erbaut wurde.

Auf der spanischen Seite gibt es ebenfalls wichtige Überreste von Stadtmauern und Burgen, wie die von Puebla de Sanabria, wobei die ersten Linien im 12. und 13. Jahrhundert gebaut wurden. Diese Mauern und die Burg wurden in späteren Jahrhunderten umfangreich erweitert.

Neben dem Douro befindet sich die Burg von Fermoselle, die ursprünglich eine Burg war, aber mittelalterliche und spätere Überreste aufweist, und die von San Felices de los Gallegos, erbaut von D. Dinis, König von Portugal, im 13. Jahrhundert, als das Gebiet noch portugiesisch war.

Die Verleihung von Stadtrechten hinterließ in der Region ein umfangreiches Erbe an Prangerstellen, die von der

→
San Felices
de los Gallegos
Schloss



Unterwerfung dieser Ländereien unter die Krone, den Adel oder die Kirche zeugen. Nur wenige der Brücken aus dieser Zeit sind erhalten geblieben und die meisten wurden im Laufe der Jahrhunderte verändert. Die schöne Brücke zwischen Santulhão und Izeda, über den Fluss Sabor, sticht zweifelslos hervor.

Zwischen dem 15. und 16. Jahrhundert litt die Region nicht sehr unter den Auswirkungen der kulturellen und künstlerischen Erneuerung, die Europa überschwemmte, aber es gibt immer noch einige Verzierungen an den Toren und vor allem an der imposanten Kathedrale von Miranda do Douro, den Kirchen von Moimenta und Vimioso oder der Hauptkirche von Freixo de Espada à Cinta, mit ihrer manuelinischen Fassade.

In Puebla de Sanabria befinden sich einige der wichtigsten architektonischen Sehenswürdigkeiten dieser Jahrhunderte im Biosphärenreservat, wie die vom IV. Grafen von Benavente erbaute Burg, die in späteren Jahrhunderten verstärkt wurde, und prachtvolle Häuser, wie das Consistorial aus dem 15. Jahrhundert, das sich auf der Plaza Mayor befindet. Der Bergfried von Sobradillo, in den Arribes del Duero, ist das, was von der Burg übrig geblieben ist, die in der zweiten Hälfte des 15. Jahrhunderts gebaut wurde.

Das 16., 17. und 18. Jahrhundert, mit großer Betonung des Barocks, hat im gesamten Reservat ein bemerkenswertes



←
 Puebla
 de Sanabria
 Schloss

←
 Távoras Palast,
 Mirandela

architektonisches Erbe hinterlassen. Von besonderer Bedeutung ist die Stadt Bragança, mit der Sé Velha aus dem 16. Jahrhundert und späteren Ergänzungen. Der Nachlass der Brigantiner ist umfangreich und umfasst mehrere Kirchen in der Stadt mit bemerkenswerten Details, aber es ist auch ein Muss, die Basilika São Cristo de Outeiro aus dem 17. Jahrhundert zu besichtigen, ein imposantes Heiligtum, mit einem Glockenturm aus Schiefer, reichem Interieur an Schnitzereien und Gemälden. Wichtig zu erwähnen ist, dass Outeiro das einzige portugiesische Dorf mit einer Basilika ist.

Vinhais bewahrt auch einige wichtige Monumente, wie das Solar dos Condes aus dem 19. Jahrhundert, das barocke Solar da Corujeira, den Brunnen von Cano und die Brücke von Arranca aus dem 15. Jahrhundert mit fünf Bögen.

In Terra Fria sind noch die Kirche São Francisco aus dem 16. Jahrhundert, die Igreja Matriz, der Pranger, das Gebäude Paços do Concelho in Mogadouro mit seinem Renaissance-Portal und das Aquädukt Vilarinho in Miranda do Douro zu nennen.

In Terra Quente, in Mirandela, sind noch einige der wichtigsten Juwelen dieser Zeit erhalten, wie der imposante Palácio dos Távoras aus dem 17. Jahrhundert, in dem heute das Rathaus untergebracht ist, und die außergewöhnliche Brücke Ponte Velha aus dem 16. Jahrhundert mit ihren 17 Rundbögen.

An den Toren des Vale do Tua hat Vila Flor schöne Häuser und Herrenhäuser, wie das Solar dos Lemos, 1700, eines der interessantesten Werke der Transmontana-Architektur, und die Mutterkirche S. Bartolomeu, 18. Jahrhundert, mit einer majestätischen Fassade.

Eines der wichtigsten Zeugnisse der tausendjährigen Anwesenheit des Menschen in diesen Regionen ist zweifellos die ländliche Architektur. Die Besiedlung des Territoriums durch menschliche Gemeinschaften fand in kleinen Siedlungen statt, in einer tiefen Integration und Interdependenz mit den natürlichen Elementen. In den Räumen des ländlichen Lebens, in den Straßen und Gebäuden der Dörfer, in den Mauern, die die Grundstücke voneinander trennen, in den Mühlen, in den Unterkünften der Hirten und in den Weiden, auf denen das Vieh gehalten wird, sind einige der schönsten Erscheinungsformen und Erinnerungen an die Dörfer erhalten, die seit Jahrtausenden als Teil der Biosphäre leben.



KUNSTHANDWERK

In den kulturellen Manifestationen dieser Gemeinschaften kommt die Art der Beziehung zur Umwelt zum Ausdruck, die sich über Jahrtausende vertieft hat. Territorium und Mensch haben sich gegenseitig geprägt und sind ohne einander nicht zu verstehen. Das Kunsthandwerk ist eines der besten Beispiele für diese Interdependenz, mit Kreationen aus Materialien, die die Natur zur Verfügung stellt, aber auch als Manifestationen des menschlichen Bemühens, die Umwelt zu bewohnen und sich ihr aufzudrängen, um sich anzupassen und einen gewissen Komfort in einem Klima der Extreme und einer anspruchsvollen Relief zu finden.

Eisen, das über Jahrhunderte in Gemeinschaftsschmieden zubereitet wurde, lieferte Werkzeuge für die Bearbeitung des Landes, während Kupfer für die Herstellung von Alembics, Kesseln für Öfen und Zink für die Herstellung von Krügen, Gießkannen, Trichtern und Besteck verwendet wurde.

Die edlen Hölzer der Region, wie z.B. die Kastanie, wurden zur Herstellung von Türen, Balkonen, Ochsenkarren, Spazierstöcken und Masken verwendet, ein Element der kulturellen Identität dieses Gebietes.

←
Kämmen
der Churrawolle

Die Korbmacherwaren, die für die häusliche und landwirtschaftliche Arbeit so wichtig waren, wurden aus Weidengeflecht, Weidenzweigen und in einigen Fällen aus getrocknetem Weizenstroh hergestellt, das für Brotkörbe verwendet wurde.

Die Kleider, Umhänge, Handtücher, Laken und Wandteppiche aus Wolle, hauptsächlich aus galizisch-brabantischer Churra und galizischem und maurischem Leinen, erfordern lange und geduldige Arbeit, um die Fäden zu Rollen für den Webstuhl vorzubereiten. Bemerkenswert ist die Textilindustrie in Lumbrales, die zwischen dem 17. und der Mitte des 20. Jahrhunderts eine wichtige Rolle in der Wirtschaft der Region gespielt hat. Es gibt Hinweise auf 106 Webstühle im Jahr 1777, wo Decken, grobe Tücher, grobe Wolltücher und Heumatratten gewebt wurden.

Der Einfallsreichtum dieser Menschen kombinierte oft die Elemente, um Instrumente und Utensilien zu schaffen, wie z.B. den Blasebalg zum Fächeln der Flammen, der aus Erlenholz, Schafsfell oder Leder, Olivenholz und Zink hergestellt wurde.

Zu diesem reichen Erbe der Volkskultur gehören der berühmte Ehrenumhang mirandesa, der aus Serge (schwarzer Wolle), Burel (grober Wolle) und Leinen hergestellt wird, die Hirtenflöte (der traditionelle und unverwechselbare Klang der Arribes del Duero) und die archaischen Dudelsäcke mirandesa, sanabresa und alistana, die aus Ziegenleder hergestellt werden und eng mit dem pastoralen Umfeld verbunden sind.

GASTRONOMIE

Durch diese Symbiose mit dem Territorium konnten die Gemeinden die natürlichen Elemente verstehen und ein außergewöhnliches gastronomisches Erbe schaffen. Einzigartige und unverwechselbare Geschmäcker dieser Region, geboren aus einer klugen Kreativität, einer geschickten Beziehung mit der Persönlichkeit des Territoriums, den Rhythmen der Jahreszeiten und den Besonderheiten jedes Produkts.

Kastanien, Kartoffeln, Bohnen, Pilze, Getreide, Honig, Mandeln, Obst, Olivenöl, Wein, Fisch und einheimische Rassen sind Elemente einer Gastronomie, die auf einem langen Lernen der Werte und Kontraste des Landes basiert.



Bohnen sind beliebt für die "feijoada Transmontana", ursprünglich aus Vinhais, ein Muss-Gericht der portugiesischen Gastronomie, und die Sanantonada, große Bohnen mit Schweinefleisch, die in Sanabria und Culebra üblich sind.

Das Schwein, vor allem die Bísaro-Rasse, spielt eine wichtige Rolle in der gastronomischen Kunst dieser Länder, wobei praktisch alle seine Teile genutzt werden, um ikonische und bewundernswerte Gerichte zu kreieren. Vom Schwein stammen Ohren, Füße und Schnauze für Bohneneintöpfe und Schmorgerichte, vor allem aber die unvergleichliche Kreativität in der Räucherei und Wurstherstellung, die uns heute ein wertvolles und unvergleichliches Erbe hinterlassen. Alheira-Würste, wie die bekannte Alheira aus Mirandela, Salpicões, Schinken, Morcellas, Chouriças, Würste und die überraschende Butelo, eine "Knochenwurst". In Zamora und Salamanca ist auch das Cuchifrito-Ferkel beliebt.

Lokale Rinderrassen werden zur Herstellung von essentiellen und authentischen Gerichten verwendet, die auf Feuer und Salz gegart werden, wie z.B. die berühmte „Posta à Mirandesa“ oder die „Alistana-Sanabresa“ oder „Sayaguesa“ Steaks und Schnitzel.

↑
Handgefertigte
Herstellung
von "umhüllten
Mandeln



Traditionelle
Braten

Das Zicklein und das Lamm sind sehr geschätzt, verbunden mit einer saisonalen Gastronomie, in Braten oder Eintöpfen. Fisch, vor allem Forelle, Barbe und Aal werden auf beiden Seiten der Grenze geschätzt, entweder gebraten oder zubereitet mit Petersilie, Knoblauch, Paprika und Essig.

In einem Gebiet mit weiten abgelegenen Regionen und intensiver Tierwelt hat die Jagd schon immer eine wichtige Rolle in der Gastronomie gespielt, und Gerichte mit Wildschwein, Kaninchen, Hase, Rebhuhn oder Reh sind beliebt.

Honig, Walnüsse und vor allem Mandeln sind in Desserts unvermeidlich, wobei die Highlights die Fiyuelas aus Villanueva de Valrojo, Mandeln aus Villardeciervos, Mandelkäse oder Pinonate Donuts und Perronillas sind, typische Salmantino-Süßigkeiten. Auf portugiesischer Seite sind Nussbrote nach Bragança-Art, Honigkuchen und Osterkuchen beliebt.

Es gibt auch viel Obst, vor allem Birnen, Kirschen oder Orangen, und außergewöhnliche Käsesorten, einige davon zertifiziert und mit Garantiezeichen, hergestellt aus einheimischen Rassen und gefüttert auf natürlichen Weiden. Zamorano-Käse



←

Kuh-Käse

←

Douro-Wein

g.U., mit einem weichen Geschmack, hat einen warmen und angenehmen Geruch, mit Aromen von gekochter Butter und Heu. Der Käse Arribes de Salamanca (Garantiemarke) hat einen intensiven, angenehmen, weichen und fetthaltigen Geschmack, mit einem Aroma, das an Schafsmilch und gekochte Butter erinnert und sich zu fruchtigen Gerüchen von getrocknetem Getreide entwickelt. Der Queijo de Cabra Transmontano g.U., gereift, extrahart und einheitlich weiß in der Farbe, mit einem sauberen, leicht würzigen Geschmack und der Queijo Terrincho g.U., aus den Bergregionen von Terra Quente, mit einem milden, sauberen und charakteristischen Geschmack und Aroma.

Exzellentes Olivenöl ist eines der charakteristischen Elemente dieser Aromen. Die Olivenhaine der Arribes erzeugen ein Olivenöl mit fruchtigem Aroma, einem Hauch von grünem Apfel und einem kräftigen Geschmack, wobei man sich zunehmend dem Bio-Olivenöl widmet, was durch die Ölmühle Ahigal de los Aceiteros, der ersten ökologischen Ölmühle in Kastilien-León, noch gefördert wird. In den Gemeinden von Terra Quente wird das berühmte Olivenöl der g.U. Trás-os-Montes mit niedrigem oder sehr niedrigem Säuregehalt hergestellt, das für seine Ausgewogenheit, seine feinen Aromen und seinen Geschmack nach frischen Früchten und Mandeln bekannt ist.

WEIN IST ZWEIFELLOS EINER DER SCHÄTZE DIESES GEBIETES, MIT ZWEI ABGEGRENZTEN REGIONEN, EINE IN SPANIEN, ARRIBES UND EINE ANDERE IN PORTUGAL, DER DOURO.

Beide weltweit renommierten Regionen haben, obwohl unterschiedlich und mit eigenen Persönlichkeiten, elegante, komplexe, intensive und vollmundige, aber auch harmonische Weine.

Im Übergang von der Terra Fria zur Terra Quente Transmontana werden seit jeher Reben angebaut, die Weine mit der Klassifizierung Trás-os-Montes, IGP, hervorbringen, die ihre eigenen, durch die Höhenlage und die Sonneneinstrahlung bedingten Eigenschaften haben.



←
Caretos-Parade,
Bragança

FESTE UND TRADITIONEN

Es gibt eine kulturelle Identität, die keine Grenzen kennt, die durchgängig ist und die uns sagen lässt, dass der Mensch zweifellos das gemeinsame Element in allen Landschaften dieses Biosphärenreservats ist.

Die Masken drücken auf bewundernswerte Weise diese uralte und tiefe Verbindung aus, die von Norden nach Süden zwischen den Dörfern und Städten des Reservats besteht.

Die Masken offenbaren eine starke Verbundenheit der Gemeinschaften mit der natürlichen Umwelt und versuchen, deren oft unbezwingbare Kräfte zu verstehen, zu beherrschen und/oder zu verspotten.

DIE MASKEN REPRÄSENTIEREN DIE VERMENSCHLICHUNG DER NATÜRLICHEN ZYKLEN UND DEN NONKONFORMISTISCHEN GLAUBEN AN DIE SOUVERÄNITÄT DER NATURKRÄFTE UND INSZENIEREN DAS ÜBERLEBEN, DAS WACHSTUM, DIE VERÄNDERUNG, DEN ÜBERGANG, DIE ROBUSTHEIT, DIE FRUCHTBARKEIT UND DEN SIEG DER GEMEINSCHAFTEN ÜBER DAS, WAS SIE BEDROHT.

Sie sind die Schaffung von Gemeinschaften, die die Biosphäre integrieren, die einen Dialog mit der Umwelt führen, die gemeinsam aufnehmen, lernen und erfinden. Sie sind aber auch der Ausdruck des Menschen, der das Schicksal nicht akzeptiert, der seine Zukunft definieren und sein Schicksal gestalten will.

Die Winterfeste integrieren eine immense Reihe von lärmenden (rasselnden), bunten, kreativen, transgressiven und provokativen Manifestationen, die von Weihnachten bis Karneval stattfinden, darunter auch einige Feste, die in der Nacht vom 31. Oktober auf den 1. November, Allerheiligen, beginnen. Prozessionen, Messen, Paraden, öffentliche Sammlungen und Aufführungen mit stark sozialkritischem, scherzhaftem und provokantem Ton.

Im Dezember, um die Zeit der Wintersonnenwende, ist das Festa dos Rapazes (Fest der Jungen), eine Feier des Übergangs zum Erwachsensein, noch immer eine Tradition in vielen Dörfern Braganças, wo unverheiratete Jungen die Seele der Festlichkeiten sind und Runden und Loas (drammatische Texte)



←
Villanueva
Valrojo Karneval

↘
Diablos
de Sarracín
de Aliste

machen. Zwischen dem 24. und 26. Dezember finden überall in der Gegend Maskeraden statt, die religiöse und heidnische Elemente miteinander verbinden, wie z.B. Natal de Ousilhão in Vinhais, Festa dos 'Belhos' in Mogadouro, Festas de St° Estevão in Bragança, Chocalheiro de Bemposta in Mogadouro, der Zangarrón von Sanzoles, el Pajarico y el Caballico von Villarino Tras la Sierra oder La Filandorra von Ferreras de Arriba. Von Weihnachten bis zu den Heiligen Drei Königen gibt es aufeinanderfolgende Feiern in verschiedenen Dörfern von Bragança (Baçal, Rebordainhos, Rio de Onor und Salsas), die Festas do Menino, in Miranda und Mogadouro, die Carochos von Riofrío de Aliste, Los Diablos von Sarracín de Aliste, Los Cencerrones de Abejera de Tabara oder La Bufa de San Antón, in Aldeadávilla de la Ribera, mit vorrömischen Ursprüngen und der den Kampf zwischen den Kräften, die Tiere und Feldfrüchte schützen und den Teufeln, die sie zerstören wollen, darstellt.

Diese Maskeraden gipfeln im Karneval, mobilisieren die Bevölkerung und ziehen immer mehr Besucher an: la Vaca Antrueja de Pereruela, el Carnaval de Villanueva de Valrojo, Antruejo de Almeida de Sayago, Carnaval dos Caretos de Bragança, Vinhais und die berühmten Caretos de Podence in Macedo de Cavaleiros, die von der UNESCO zum immateriellen Kulturerbe der Menschheit erklärt wurden.

In der Region Salmantine ist die Charro-Folklore eine faszinierende kulturelle Manifestation von Volkstänzen, die in einer bemerkenswerten ästhetischen Identität verwurzelt ist und die Geschichte der komplexen Linie von Überzeugungen, Werten, Bildern und der Behauptung der Gemeinschaften in dieser Umgebung erzählt.

Bei diesen zeremoniellen Tänzen werden typische Kostüme gezeigt, die aufgrund ihrer Ausarbeitung und Verzierung zu den prächtigsten der ganzen Halbinsel gehören. Die Rhythmen werden von der Trommel und der Dreilochflöte, der sogenannten "gaita charra", geprägt.

Der "botão charro" ist das Symbol dieser Folklore, ein Schmuckstück entfernter Herkunft, von dem einige glauben, dass es keltiberische Wurzeln hat, weil es an die Sonnenscheibe erinnert, oder dass es ein Erbe der muslimischen Präsenz in der Region ist, vor allem durch die konzentrischen Kugeln und das Fehlen von Leerräumen. Abgeflacht und immer mit dem gleichen eingravierten Bild, sind sie meist aus Silber oder, in der wertvollsten Ausführung, aus Gold gefertigt.

Der Klang der Trommel ist auch ein markantes Element im einzigartigen Baile de la bandera von Hinojosa de Duero, der noch heute eine Symbiose zwischen Tanz und Performance bewahrt und den Sieg des Volkes (Fahne) über den Feudalherrn feiert. Die Geschichte und Legende erzählt uns, dass in Hinojosa de Duero eine Burg stand, in der ein unbarmherziger und tyrannischer Feudalherr herrschte, der den Menschen Demütigungen und Leiden auferlegte. Dieses Fest ehrt das Volk, das sich in



der Johannismacht vereinigte und in die Burg eindrang und den Fürsten zur Flucht zwang.

Das Feuer als dramatisches, reinigendes und erneuerndes Element hat in diesem Gebiet schon immer einen starken Ausdruck in vielen Volksfesten gefunden. Aber es gibt immer noch Feste mit Feuer, die von alten heidnischen Ritualen abstammen und die die Gemeinden im Laufe der Jahrhunderte in ihren christlichen Glauben integriert haben, wie z.B. la hoguera de Navidad in Hinojosa de Duero und Weihnachts- oder Hahnenfeuer in Miranda do Douro.

In Hinojosa de Duero wird in der Nacht zum 24. Dezember das Freudenfeuer auf der Plaza del Juego de Pelota angesteckt, wo sich die Menschen nach der Mitternachtsmesse versammeln. Das Fest geht die ganze Nacht weiter, bringt die Nachbarn zusammen, fördert die Geselligkeit, wärmt die Atmosphäre, wobei die Quintos, junge Leute, die volljährig werden, die Party zwischen dem Lagerfeuer und den Bars fortsetzen.

In Miranda do Douro macht man immer noch Lagerfeuer im Zentrum der Dörfer, auf dem Dorfplatz oder auf dem Kirchhof an Heiligabend, mit Holz, das von den Jungen gesammelt wird, wo sich die Leute nach der Mitternachtsmesse versammeln, um zu singen und zu tanzen. In einigen Dörfern wird das Lagerfeuer bis zu den Heiligen Drei Königen aufrechterhalten.

Die Tänze mit Stöcken sind ein weiterer einzigartiger kultureller Ausdruck dieser Gegend, Tänze mit kriegerischen Ursprüngen, mit griechisch-römischer Inspiration (Schwerter werden durch Stöcke ersetzt), faszinierend durch die traditionellen Kostüme, das Schlagen der Stöcke, die Koordination und Geschicklichkeit der Bewegungen. Die Komposition und choreografische Struktur weist große Ähnlichkeiten zwischen den Tänzen der Miranda und denen der spanischen Seite auf, mit einigen Unterschieden in der Kostümierung oder in der Strenge der Komposition der Elemente. Auf den Paloteos werden die Tänze grundsätzlich von einer Musikgruppe begleitet, die aus dem Tamborileiro (jmd der Hirtenflöte und Trommel spielt) und der Trommel besteht. Auf portugiesischer Seite ist es sehr üblich, dass der Tanz neben dieser Gruppe von einer anderen Art von Ensemble begleitet wird, das aus dem Gaiteiro (Dudelsackspieler), der Perkussionsbox und der Trommel besteht. Erwähnenswert sind die Pauliteiros de Miranda, die Danza de Palos in Tábara, Sierra de la Culebra, die Danzas von Muelas del Pan und Almaraz, oder auch die Paleos von Saucelle und Vilvestre.

→

Charro-Folklore

↳

Pauliteiros
de Miranda



**ATEMBERAUBENDE
LANDSCHAFTEN,
AUßERGEWÖHNLICHER
REICHTUM AN FAUNA,
EDLE PFLANZENWELT,
ERSTAUNLICHE WEGE
UND AUSSICHTSPUNKTE,
JAHRTAUSENDEALTE
SPUREN MENSCHLICHER
ANWESENHEIT ODER
URALTE TRADITIONEN,
SIND UNWIDERSTEHLICHE
HERAUSFORDERUNGEN FÜR
DIEJENIGEN, DIE TOURISMUS
IN DER NATUR UND
INTENSIVE ERFAHRUNGEN
SUCHEN.**

6.

NATURPARKS UND GESCHÜTZTE LANDSCHAFTEN

LAGO DE SANABRIA Y SIERRAS SEGUNDERA Y DE PORTO



Der Naturpark Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto mit 22.365 Hektar befindet sich am nördlichen Ende des Biosphärenreservats Meseta Ibérica in der Provinz Zamora. Dieses Gebiet ist Teil des RBTMI, aber der Park ist viel größer und erstreckt sich bis nach León.

Der große See, der sich aus Mittel- und Hochgebirgslandschaften zusammensetzt, ist das Markenzeichen und der Punkt, an dem die natürlichen, kulturellen und folkloristischen Kräfte der Region zusammentreffen.

Der Naturpark, der 1978 klassifiziert wurde, ist ein unglaubliches geologisches Zeugnis des Einflusses der quartären Gletscher und bewahrt klares und reines Wasser, ein reiches und vielfältiges Pflanzen- und Tierleben, geschützt durch die Berge.

Tiefe Täler, Schluchten, Fluss-Canyons, Felsen, die lange Reisen in die Vergangenheit bieten, Lagunen (die zweitgrößte Lagunengruppe Spaniens nach den Pyrenäen), Wälder, eine großartige Vielfalt der Pflanzenwelt mit vielen Endemiten und ein wimmelndes Reich an Tierarten bieten intensive Entdeckungen, Lernen und Erfahrungen.

Sanabria befindet sich in einer Übergangszone zwischen Zamora, León, Orense und der portugiesischen Region Trás-os-Montes, teilt viele kulturelle Elemente mit seinen "Nachbarn", nimmt aber auch eine eigene, unverwechselbare Identität an. Die raue und strenge Natur der Berge, die landwirtschaftlichen und viehzüchterischen Praktiken haben ihre charakteristischsten kulturellen Merkmale definiert, in Sanabres, dem Dialekt



SPANIEN

← OURENSE

SIERRA SEGUNDERA



AUSSICHTSPUNKTE



FLUSSUFERSTRÄNDE



SCHLÖSSER/FESTUNGEN

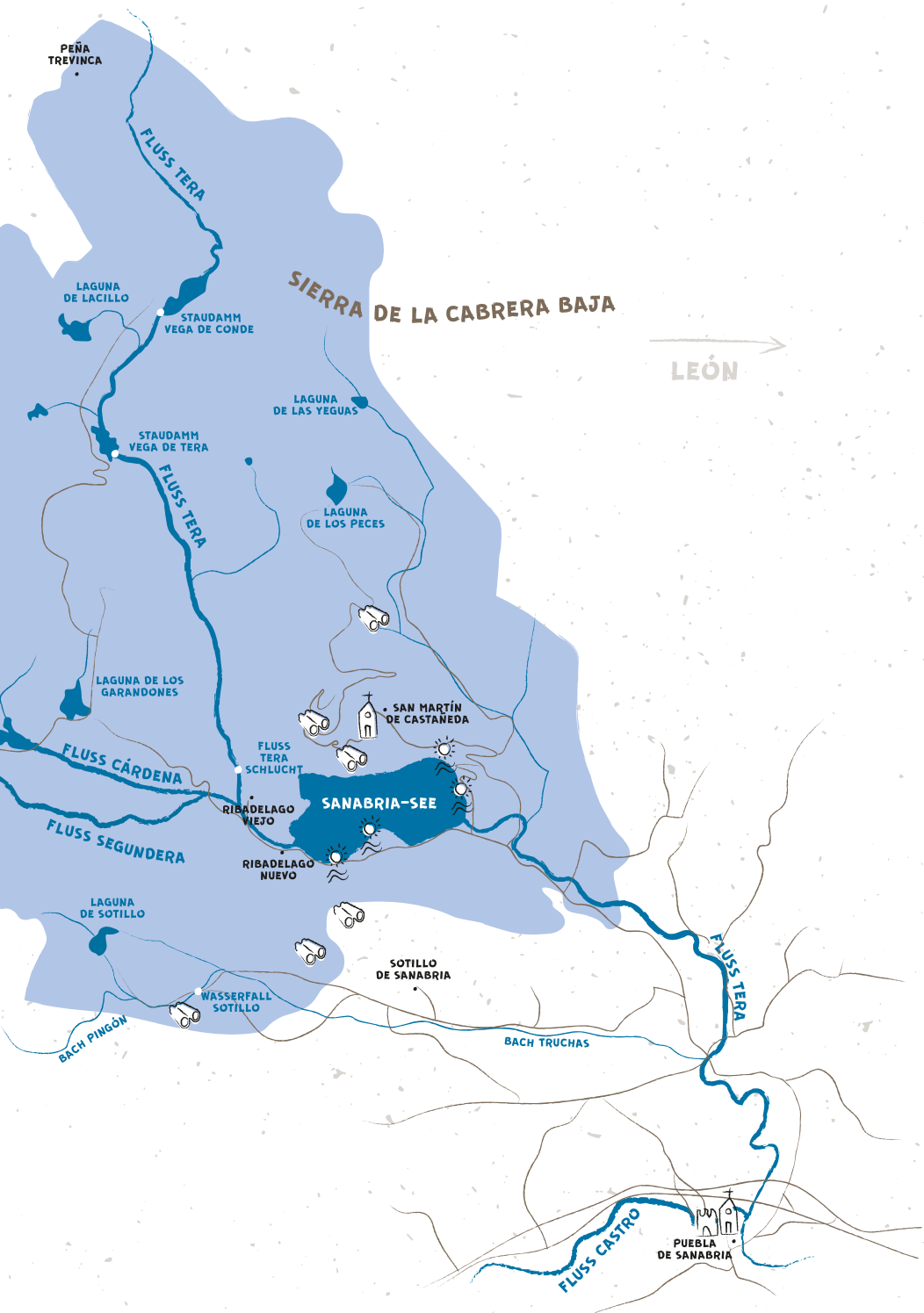


RELIGIÖSE
DENKMÄLER

LAGUNA DE
CAMPOSAGRADO

STAUDAMM PUENTE PORTO

FLUSS TUELA



PEÑA
TREVINCA

FLUSS TERA

LAGUNA
DE LACILLO

STAUDAMM
VEGA DE CONDE

SIERRA DE LA CABRERA BAJA

LEÓN

LAGUNA
DE LAS YEGUAS

STAUDAMM
VEGA DE TERA

FLUSS TERA

LAGUNA
DE LOS PECES

LAGUNA DE LOS
GARANDONES

FLUSS CÁRDENA

FLUSS TERA
SCHLUCHT

SAN MARTÍN
DE CASTAÑEDA

SANABRIA-SEE

RIBADELAGO
VIEJO

FLUSS SEGUNDERA

RIBADELAGO
NUEVO

LAGUNA
DE SOTILLO

SOTILLO
DE SANABRIA

WASSERFALL
SOTILLO

BACH PINGÓN

BACH TRUCHAS

FLUSS TERA

FLUSS CASTRO

PUEBLA
DE SANABRIA

der Region, in architektonischen Merkmalen im Einklang mit der Natur, in den Klängen der Dudelsäcke und Trommeln der Sanabres, in den uralten Praktiken der Landbewirtschaftung, in der Viehzucht im Einklang mit den Rhythmen des Berges oder in den legendären Beziehungen zu den Wölfen.

Die Dörfer der Region zeugen von der Integration dieser Völker in die natürliche Umgebung, mit Gebäuden, die die vorhandenen natürlichen Ressourcen widerspiegeln: dicke Granitwände, Schieferdächer, untere Stockwerke für das Vieh und Granittreppen für den Zugang zu den Behausungen im oberen Stockwerk.

DÖRFER UND STÄDTE

San Martin de Castañeda liegt auf einer Höhe von 1200 m, direkt neben dem Lago de Sanabria. Diese privilegierte Lage veranlasste Zisterzienser-Mönche, sich in der Region niederzulassen und das Kloster zu bauen, das heute eines der wichtigsten architektonischen Elemente der gesamten Region ist. Geegründet im 10. Jahrhundert auf einem westgotischen Kloster, war es bis zum 19. Jahrhundert einer der wichtigsten religiösen Komplexe in Zamora. Die Kirche ist ein Gebäude mit großen quadratischen Säulen in drei Kirchenschiffen. Von besonderem Wert sind die beiden Bilder von San Martín de Tours, das Bild der pilgernden Jungfrau, das Renaissance-Altarbild und der Chor. Derzeit beherbergt dieses Kloster das Centro de Interpretación del Parque Natural Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto.

Puebla de Sanabria ist eine charmante Stadt in der Grenzregion, die am Tera und mit den Bergen am Horizont liegt. Eine hoch aufragende Stadt, die durch ihre weitläufigen Mauern auffällt, die ein interessantes historisches Viertel umgeben.

Puebla de Sanabria lädt zu einem Spaziergang durch seine noch mittelalterlich geprägten Straßen ein, die ihren traditionellen Charakter beibehalten haben, mit Adelshäusern, Kirchen und Plätzen, die ein schönes künstlerisches Erbe darstellen. Diese Stadt wurde zum kunsthistorischen Ensemble erklärt und ist in der Liste der schönsten Städte Spaniens (Pueblos más bonitas de España) aufgeführt.



**SAN MARTIN DE CASTAÑEDA,
SPIEGEL DER EINSAMKEIT,
DER SEE VERSAMMELT DIE ZEITALTER
VOR DEM MENSCHEN UND BLEIBT
TRÄUMEND IN DER HEILIGEN RUHE
DES HIMMELS IN DER HÖHE,
DIE BIS ZUM BODEN EINTAUCHT
UM ÜBERFLUTET ZU WERDEN, DER ARME!
DIE SEELE...**



San Martín
de Castañeda

Die Gebäude bewahren ihr herrschaftliches Wesen und einen Teil der Pracht aus der Zeit, als Puebla de Sanabria ein Zentrum kirchlicher, militärischer und politischer Macht war, mit einer Architektur, die von Stein (in den Wegen und in den Gebäuden), Holz (in den Balkonen, Türen und Fenstern) und Schiefer (in den Dächern) dominiert wird.

Das Schloss der Grafen von Benavente ist das charismatischste und imposanteste Gebäude, es ist gut erhalten und bewahrt seine majestätische Ausstrahlung, die diejenigen überrascht, die sich diesem Dorf nähern. Die mittelalterlichen Mauern sind noch erhalten, die man auf Wanderungen, umrahmt von der atemberaubenden Landschaft von Sanabria, entdecken kann. Die Burg ist im Hintergrund, imposant mit ihrem Bergfried, bekannt als "El Macho", der die beste Aussicht auf die umliegende Landschaft bietet. Die Mauern und die Burg können besichtigt werden und haben mehrere Ausstellungsräume über die sanabrische Kultur, die Fauna und Flora der Region und die Geschichte der Stadt.

Geschützt durch diese Mauern befindet sich ein bedeutendes historisches Erbe wie die Kirche Nuestra Señora del Azogue auf der Plaza Mayor. Mit einem hohen Turm mit einer Barockuhr bewahrt das Gebäude trotz späterer Umbauten die ursprünglichen romanischen Merkmale an der Fassade, den Wänden des zentralen Kirchenschiffs und den Portalen.

Die Eremitage von San Cayetano, die sich neben dieser Kirche befindet, weist an ihrer Fassade schöne Verzierungen auf.

An der Plaza Mayor verdient auch das Gebäude des Ayuntamiento Aufmerksamkeit, mit einer prächtigen und eleganten Fassade im elisabethanischen Stil, die von der umgebenden Architektur eingerahmt wird.

→
Puebla
de Sanabria

↘
Kirche Nuestra
Señora
del Azogue

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Wandern ist zweifellos die beste Art, diese Region zu entdecken und kennen zu lernen. Mehr oder weniger anstrengende Wanderungen mit geringer körperlicher Anstrengung vom See zu mehreren hohen Bergpunkten.



Besucher können den Park zu jeder Jahreszeit genießen. Obwohl der Frühling und der Sommer besser geeignet sind, um die hochgelegenen Gebiete zu erkunden, gibt es relativ gut zugängliche Routen, die in den kälteren Perioden begangen werden können.

→
Sanabria-See

Dieser außergewöhnliche Naturpark bietet immense Möglichkeiten, die Berge, ihre weiten und imposanten Räume, überraschende Ecken und eine Reihe von Naturwerten zu entdecken, die durch die Isolation, die das strenge Klima und das Relief bieten, erhalten bleiben.

In der Region gibt es über 100 km gut ausgeschilderte Wege und Pfade, um die Berge, ihre Pflanzenwelt, Fauna und Landschaften zu entdecken. Von hier aus kann man die besten und atemberaubendsten Ausblicke auf den See genießen und mit einem umfangreichen kulturellen Erbe in Berührung kommen - menschliche Spuren, Geschichten traditioneller wirtschaftlicher Aktivitäten, volkstümliche Architektur und kulturelle Ausdrucksformen.

Der See ist durch den Fluss Tera mit den Bergen verbunden und ist eine der eindrucksvollsten Möglichkeiten, die Berge kennen zu lernen, indem man einem Pfad zwischen Wasserfällen, Seen, Eichen und riesigen Granitblöcken folgt.

Der Sotillo-Wasserfall ist ein Muss wegen seiner Größe, dem berauschenden Geräusch, das den Berg erfüllt, und dem von Eichen und Stechpalmen flankierten Weg, der uns in die verwunschenen Szenarien von Kindermärchen versetzt.

Die Passage am Ribadelago-Staudamm erinnert an die Tragödie von 1959, als der Damm mit der Kraft des Wassers brach und das Dorf Ribadelago verschüttete, wobei 144 seiner Bewohner in den Tod gerissen wurden.

Von diesen von der Natur "eingemauerten" Szenarien mit hohen und anspruchsvollen Schluchten gelangt man in Hochgebirgsregionen, die von Heidekraut und Ginster dominiert werden, und zu kristallklaren Lagunen, die auf fast 2000 m Höhe Schutz bieten, wie die Laguna de los Peces oder die Ventosa.

Das Land ist mit Wasser bedeckt, wird sumpfig und im Winter wird der Berg noch unbarmherziger, mit Schnee und Temperaturen unter Null.

Auf diesen Wanderungen wird der Besucher von der edlen Flora überrascht und trifft auf die charakteristischsten Arten des Parks: den fleißigen Otter, den Hirsch, das Reh, einige der Amphibienarten, die diese wasserreichen Gebiete bewohnen



und Beispiele der außergewöhnlichsten Vögel, die auf der Iberischen Halbinsel leben, wie Adler oder Falken.

Im Naturpark Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto gibt es auch andere interpretative Routen wie "Los Trabajos del Pan", "Hombres y Bosques", "Caminos de la Trashumancia" und "Paisajes Culturales", die es Ihnen ermöglichen, die Besonderheiten der Integration der Gemeinden in die Umwelt kennenzulernen.

Der See hat mehrere Sand-, Stein- oder Grasstrände, an denen Baden und Angeln erlaubt sind. Im Sommer, obwohl es sich um ein hochgelegenes Gebiet handelt, wird das stille Wasser in den unteren Bereichen der Strände angenehm und wird von Badegästen zum Schwimmen und Tauchen in einer idyllischen und ruhigen Umgebung aufgesucht. Diese Strände verfügen über viel Schatten, Picknickplätze und Stützstrukturen.

Ein mit Wind- und Solarenergie betriebenes Boot bietet ökologische Rundfahrten auf dem See an und zeigt die Fauna und Flora der Gegend.

Im Winter lockt der Park viele Besucher an, um den Schnee zu genießen.

NATURBEOBACHTUNG

SANABRIA - FAUNA

SÄUGETIERE

- *Canis lupus signatus* **Iberischer Wolf**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Cervus elaphus* **Rothirsch**
- *Erinaceinae* **Ouriço**
- *Genetta genetta* **Kleinfleck-Ginsterkatze**
- *Lepus* **Hase**
- *Lutra lutra* **Fischotter**
- *Martes foina* **Wiesel / Steinmarder**
- *Martes martes* **Baummarder**
- *Meles meles* **Europäischer Dachs**
- *Mustela erminea* **Hermelin**
- *Mustela nivalis* **Mauswiesel**
- *Mustela putorius* **Europäischer Iltis**
- *Oryctolagus cuniculus* **Wildkaninchen**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**
- *Vulpes vulpes* **Rotfuchs**

VÖGEL

- *Accipiter gentilis* **Azorenhabicht**
- *Accipiter nisus* **Sperber**
- *Alectoris rufa* **Rothuhn**
- *Anas platyrhynchos* **Stockente**
- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Asio otus* **Waldohreule**
- *Athene noctua* **Steinkauz**
- *Aythya ferina* **Tafelente**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Buteo buteo* **Mäusebussard**
- *Cinclus cinclus* **Wasseramsel**
- *Circaetus gallicus* **Schlangenadler**
- *Circus pygargus* **Wiesenweihe**
- *Corvus corax* **Kolkrabe**
- *Corvus corone* **Aaskrähne**
- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**

- *Falco tinnunculus* **Turmfalke**
- *Fulica atra* **Blässhuhn**
- *Gallinula chloropus* **Teichralle**
- *Garrulus glandarius* **Eichelhäher**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Monticola saxatilis* **Steinrötel**
- *Motacilla alba* **Bachstelze**
- *Pandion haliaetus* **Fischadler**
- *Perdix perdix* **Rebhuhn**
- *Phalacrocorax carbo* **Weißgesichtskormoran**
- *Pica pica* **Elster**
- *Podiceps cristatus* **Haubentaucher**
- *Pyrrhocorax graculus* **Alpendohle**
- *Pyrrhocorax pyrrhocorax* **Alpenkrähne**
- *Strix aluco* **Waldkauz**
- *Tachybaptus ruficollis* **Zwergtaucher**
- *Tyto alba* **Schleiereule**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Alytes obstetricans* **Iberische Geburtshelferkröte**
- *Anguis fragilis* **Blindschleiche**
- *Chalcides chalcides* **Italienische Erzschleiche**
- *Chioglossa lusitanica* **Goldstreifen-Salamander**
- *Coronella austriaca laurenti* **Schlingnatter oder Glattnatter**
- *Coronella girondica* **Girondische Glattnatter**
- *Discoglossus galganoi* **Iberischer Scheibenzüngler**
- *Epidalea calamita* **Kreuzkröte**
- *Hyla molleri* **Iberischer Laubfrosch**
- *Iberolacerta monticola* **Iberische Gebirgseidechse**
- *Lacerta schreiberi* **Iberische Smaragdeidechse**
- *Lissotriton boscai* **Spanischer Wassermolch**
- *Lissotriton helveticus* **Fadenmolch**
- *Malpolon monspessulanus* **Westliche Eidechsenatter**

- *Natrix maura* **Vipernatter**
- *Natrix natrix* **Ringelnatter**
- *Podarcis hispanicus* **Iberischer Mauereidechse**
- *Psammodromus algirus* **Algerische Sandläufer**
- *Rana iberica* **Iberischer Frosch**
- *Rhinechis scalaris* **Treppennatter**
- *Salamandra* **Feuersalamander**
- *Timon lepidus* **Perleidechse**
- *Triturus marmoratus* **Marmorolch**
- *Vipera berus* **Gemeine Europäische Kreuzotter**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**

FISCHE

- *Achondrostoma arcasii* **Achondrostoma arcasi**
- *Barbus barbus* **Flussbarbe**
- *Pseudochondrostoma polylepis* **Iberischer Näsling**
- *Salmo trutta* **Forelle**

INVERTEBRATEN

- *Callimorpha quadripunctaria*
- *Coenagrion mercuriale* **Helm-Azurjungfer**
- *Euphydryas aurinia* **Skabiosen-Schreckenfalter**
- *Geomalacus maculosus* **Schnecke**
- *Lucanus cervus* **Knurrhahn Hirschkäfer**
- *Margaritifera margaritifera* **Flussmuschel**

SANABRIA-FLORA

ENDEMISMEN

- *Armeria bigerrensis*
 - *Geranium bohenicum*
 - *Ranunculus parnassifolius* ssp *Cabrerenis*
- Ranunkel**

TORFGEBIET

- *Drosera rothundifolia* **Rundblättrige Sonnentau**
- *Sphagnum* **Torfmoos**

HOCHLANDWEIDEN

- *Calluna vulgaris* **Heidekraut**
- *Nardus stricta* **Steifes Borstgras**

WECHSELGRÜNLAND (FÜR RINDER)

- *Arrhenatherum elatius* **Glatthafer**
- *Dactylis glomerata* **Knaulgras**
- *Phleum pratense* **Wiesen_Lieschgras**
- *Trifolium pratense* **Rotklee**
- *Trifolium repens* **Weißklee**

GEBÜSCHE

- *Cytiso striati-Genistetum polygaliphyllae*
- *Erica ciliaris* **Heide**
- *Erica tetralix* **Glockenheide**
- *Genista tridentata*
- *Ilex aquifolium* **Europäische Stechpalme**
- *Narcissus triandrus*

WÄLDER

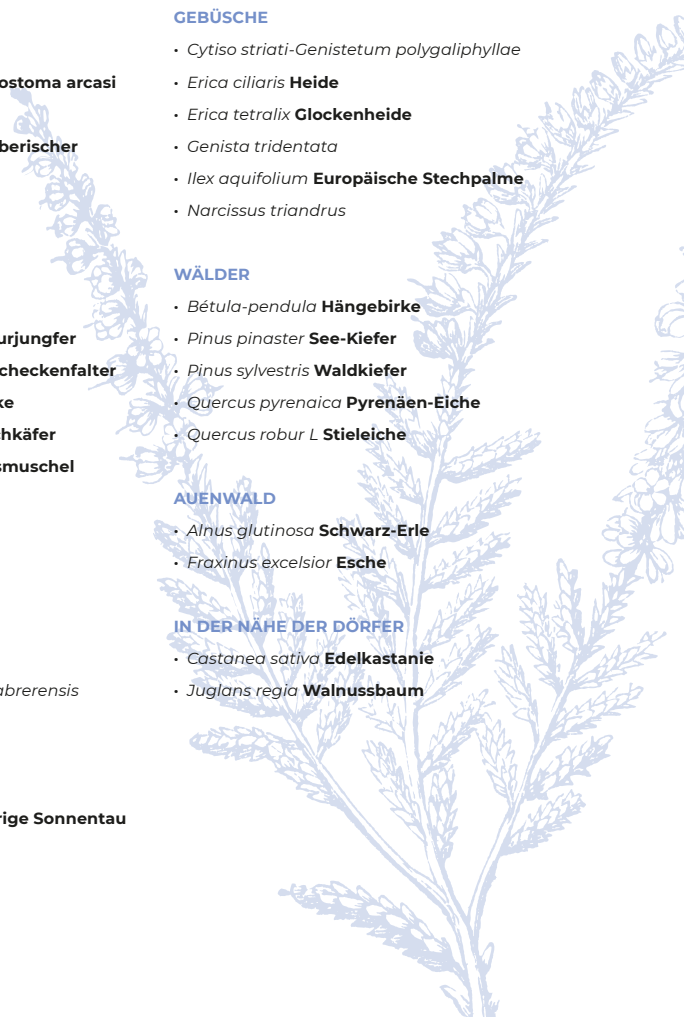
- *Bétula-pendula* **Hängebirke**
- *Pinus pinaster* **See-Kiefer**
- *Pinus sylvestris* **Waldkiefer**
- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**
- *Quercus robur* L **Stieleiche**

AUENWALD

- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Fraxinus excelsior* **Esche**

IN DER NÄHE DER DÖRFER

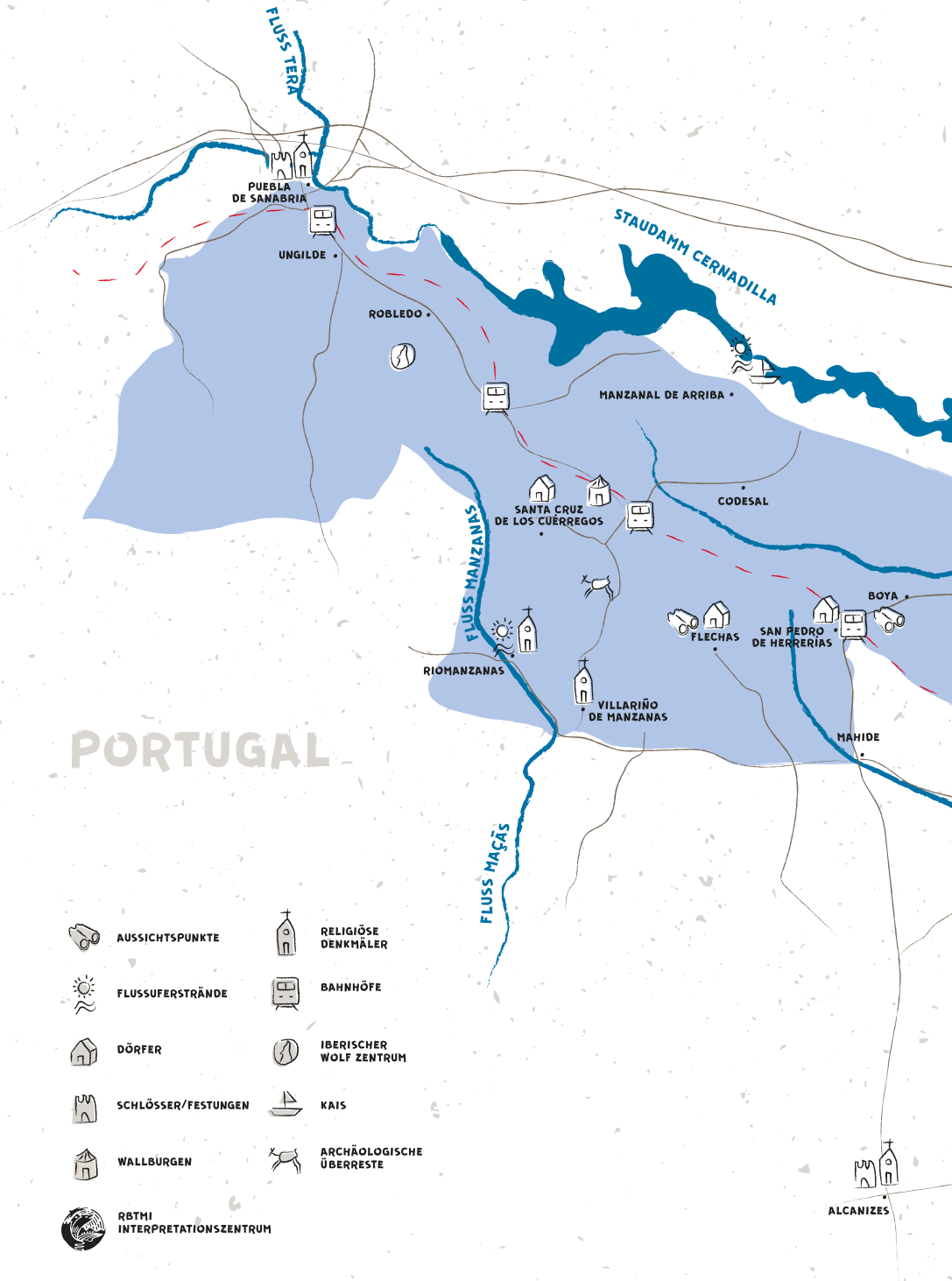
- *Castanea sativa* **Edelkastanie**
- *Juglans regia* **Walnussbaum**



SIERRA DE LA CULEBRA



Die Sierra de la Culebra erstreckt sich über etwa 68 Tausend Hektar und stellt zweifellos eine der abgelegensten Gegenden Spaniens dar, in der es vor Leben nur so wimmelt, in der sich die Landschaften im Wechsel der Jahreszeiten verfärben, in der es natürliche Reichtümer und einzigartige ethnografische Ausdrucksformen gibt. Bei diesem Schutzgebiet handelt es sich um ein Berggebiet, das südöstlich des Naturparks Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto und bereits in der Nähe des Naturparks Montesinho liegt und somit eine Reihe von geologischen, floristischen, faunistischen und kulturellen Verbindungen dieser gesamten Region integriert.



FLUSS TERA

PUEBLA DE SANABRIA

UNGILDE

ROBLEDO

STAUDAMM CERNADILLA

MANZANAL DE ARRIBA

SANTA CRUZ DE LOS CUÉRREGOS

CODESAL

FLUSS MANZANAS

RIOMANZANAS

VILLARIÑO DE MANZANAS

SAN PEDRO DE HERRERÍAS

BOYA

MAHIDE

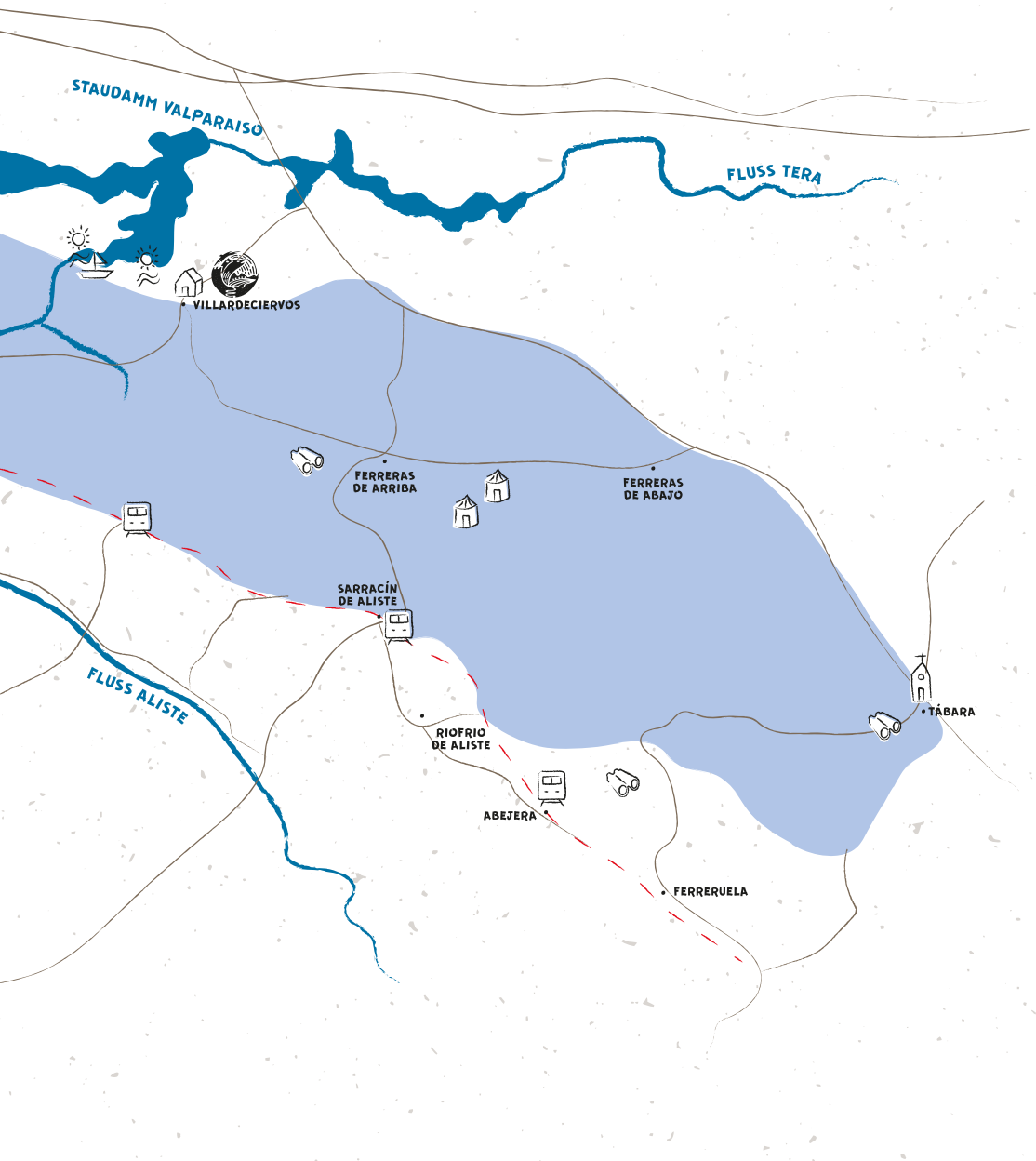
PORTUGAL

ALCANIZES

-  AUSSICHTSPUNKTE
-  RELIGIÖSE DENKMÄLER
-  FLUSSUFERSTRÄNDE
-  BAHNHÖFE
-  DÖRFER
-  IBERISCHER WOLF ZENTRUM
-  SCHLÖSSER/FESTUNGEN
-  KAIS
-  WALLBÜRGEN
-  ARCHÄOLOGISCHE ÜBERRESTE
-  RÄTHI INTERPRETATIONSZENTRUM



SPANIEN





Die Sierra de la Culebra, ein regionales Wildreservat, ist Grenzland und ist Teil der geschützten Räume von Castilla y León wegen der Vielfalt an Tier- und Pflanzenarten, die jeden Tag in einem intensiven Kreislauf des Kampfes ums Überleben interagieren. Es ist auch das Land der Wölfe und Menschen, mit tiefen und weltlichen Bindungen, die Angst, Bedrohung, Kampf, aber auch Respekt und Koexistenz ausdrücken.

Culebra ist ein geschützter Raum, in dem sich die Gemeinden zu integrieren wussten und heute können wir eine außergewöhnliche Symbiose sehen, mit kulturellem Ausdruck in den Maskeraden, in der Schaffung von autochthonem Vieh, in der Erforschung nachhaltiger natürlicher Ressourcen, in der Wiederbesiedlung des Waldes (hauptsächlich von Kiefern), anerkannt mit der Erklärung zum Jagdreservat. Die Gründung dieses Reservats im Jahr 1973 brachte eine tiefgreifende soziale und wirtschaftliche Dynamik mit sich, die die Wiederansiedlung von Arten wie dem Hirsch ermöglichte und Umweltmanagement-Politiken und Strategien zur Erhaltung der Biodiversität definierte.



Hirsch

PITTORESKE DÖRFER

Die Sierra de la Culebra ist auch ein Reservat für ihr kulturelles Erbe, ein Zeichen für die Integration ihrer Bewohner in natürliche und idyllische Gegenden. Die Besiedlung der Sierra erfolgte in kleinen, traditionellen, isolierten Siedlungen, die mit den natürlichen Elementen, die sie umgeben, entstanden sind. Am Fuße der Berge, die von schmalen Bächen und Flüssen durchzogen sind, wo sich mehrere natürliche Tümpel bilden, befinden sich inmitten von Schutzwäldern und erfrischender Pflanzenwelt kleine Dörfer mit starken Persönlichkeitsmerkmalen, typisch für die Volksarchitektur. Eine Architektur, die hilft, eine Region zu verstehen, die sich über beide Seiten der Grenze erstreckt.

Häuser mit dicken Steinmauern, Schieferdächern, Balkonen, Galerien und Veranden in den oberen Etagen zum Trocknen der Kleidung, zur Kontrolle der Umgebung oder zum Schutz vor dem Regen.

Auf der Spitze der kleinen Schornsteine können wir die sich drehenden Schilfrohre sehen und es ist üblich, an der Außenseite der alten Häuser die mit Lehm bedeckten Öfen zum Brotbacken zu finden.

Der Glaube verordnete auch viele sichtbare Elemente, wie Hufeisen oder Kreuze. Die Wolfswallen, die Bienenstöcke, die Mühlen an den Flüssen aus riesigen Steinen, um das Viehfutter und das Mehl für den Menschen zu mahlen oder die "cortinas", Abgrenzungen, die das Land abgrenzen und das Vieh schützen, aus Schiefer gefertigt, sind ebenfalls einzigartige Elemente dieser Bergkette.

Ein Spaziergang durch die pittoresken Dörfer dieser Region ist ein Erlebnis der Annäherung und des Verständnisses für die Symbiose Mensch-Umwelt.

Tábara, das Tor zur Sierra de la Culebra, wird von der außergewöhnlichen romanischen Kirche Santa María aus dem 12. Jahrhundert und ihrem bemerkenswerten Turm beherrscht. Sehenswert sind auch die Plaza Mayor, die Kirche Nuestra Señora de la Asunción und der Palast des Marquis von Tábara, der seine platereske Fassade aus der spanischen Renaissance bewahrt hat. Der typische Wohnkomplex, die Wasserfontänen,

die Eremitage San Mamés und ein Erholungsgebiet mit einem dichten Eichenwald machen den Besuch noch lohnender.

San Pedro de Herrerías ist ein bezauberndes Städtchen, sowohl wegen seiner Architektur als auch wegen seiner Umgebung. Es lädt dazu ein, durch seine Straßen zwischen Steinhäusern mit Holzbalkonen und seiner schlichten Kirche zu schlendern, oder sogar die Quelle des Flusses Aliste zu finden.

Flechas empfängt uns mit einem hundertjährigen Kastanienbaum, neben einer kleinen Eremitage mit einem Glockenturm. Die Häusergruppe aus Stein, getrennt durch einen Bach, bewahrt ein nüchternes Erscheinungsbild.

Riomanzanas liegt in einem mit Kastanienbäumen bevölkerten Tal, nahe der Grenze zu Portugal, wo Sie einen Schwimmbad im Fluss genießen können, der durch einen Damm bereitgestellt wird, umgeben von Pappeln. Die Kirche mit ihrem schönen Barockturm, die Balkone und Veranden der sorgfältig gearbeiteten Holzhäuser, die Steinrahmen an den Fenstern und Türen, eine Steinbrücke mit Bogen, die Flussmühle und die natürliche Umgebung machen Riomanzanas zu einem der schönsten und reizvollsten Orte in den Bergen.

Villarino de Manzanas fügt sich in die reizvolle Landschaft des Cabrón-Bachtals ein und bietet ein Freizeitgebiet, um dessen Ufer zu genießen.

Im Dorf stechen der hohe Turm der Kirche, die Steinhäuser mit eleganten Türen und interessanten Eisenarbeiten sowie die wiederhergestellte Windmühle hervor.

Santa Cruz de los Cuérragos, in einer Umgebung von Eichen- und Kastanienbäumen gelegen, wurde vom Ayuntamiento de Manzanal de Arriba zum kulturellen Erben von Interesse erklärt. Das Dorf bewahrt eine Aura aus anderen Zeiten, mit charmanten Details wie den Heidekrautbesen, den Bohnen oder Waben in der Sonne, dem Brunnen, der Kirche, den Steinmauern und Treppen oder den Holzbalkonen.

Villardeciervos ist ein Dorf mit sehr gut erhaltenen Häusern, einige davon von großer Bedeutung wie die Casa de los Siete Balcones, die Casa de la Inquisición oder die Casa de Rafael Romero. Die Wohnanlage ist homogen und schön, mit raffiniertem Mauerwerk, hölzernen Balkonen und konischen Schornsteinen, eingebettet in eine angenehme und atemberaubende natürliche Umgebung. In dieser Stadt befindet sich ein Interpretationszentrum des RBTMI.



↑
Villardeciervos

↗
Kirche Santa
María, Tábara



Neben diesem Reservat gibt es auch zwei besonders interessante Dörfer.

Die schöne Stadt Puebla de Sanabria sticht mit ihrer bewundernswerten Festungsanlage an der Berggrenze hervor, aber sie wurde schon dargestellt, als wir den Naturpark Lago de Sanabria y Sierras Segundera y de Porto vorgestellt haben.

Obwohl sie außerhalb des Gebiets der Sierra de la Culebra liegt, hat Alcañices, Hauptstadt der Comarca Aliste, ihren Namen von dem berühmten Abkommen von 1297, das die Grenzen zwischen Portugal und Spanien festlegte. Die Hauptsehenswürdigkeiten der Stadt sind Kirchen, Paläste, alte Häuser oder die vier Türme der alten Stadtmauer, insbesondere der Uhrturm.

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Die Ernennung der Sierra de la Culebra zum Jagdreservat hat dazu geführt, dass sie zu einem Anziehungspunkt für die große Gemeinschaft der Jäger geworden ist. Dies liegt an der Größe des Reservats, den weiten unbewohnten Gebieten, der Abgelegenheit und der Dynamik, die es für mehrere Arten mit sich gebracht hat, die von verschiedenen Schutz- und Aufwertungsmaßnahmen profitiert haben.

Flüsse wie der Tera, Manzanas, Aliste oder Cabrón, Cernadilla, Valparaíso und Agavanzal Stauseen, Bäche, Quellen und Stromschnellen bieten eine große Vielfalt an Herausforderungen für Angelfreunde, die nach Forellen, Barben, Bogas oder Calandins suchen.

In der Nähe und in Verbindung mit vielen dieser Aktivitäten finden wir an diesen Orten, wie z.B. Cional, oder in der Umgebung von Villardeciervos und Manzanal de Arriba, Badestellen, die Besucher wegen ihres durchsichtigen Wassers und der erfrischenden Umgebung anziehen.

Obwohl es sich um eine bergige Gegend handelt, machen der Wechsel des Reliefs zwischen Hochebene, Gipfeln, Tälern mit sanften Kuppen und die große Anzahl von Wegen, die den Naturraum umgeben und durchqueren, die Sierra de la Culebra zu einem ausgezeichneten Ziel für Wander- und Mountainbike-Fans.

Der Berg verfügt über mehrere genehmigte und vorbereitete Wege, auf denen man sich auf den Weg machen kann, um die typischen Dörfer, die schönen Bahnhöfe (Juwelen der Industriearchitektur) und die Bahnlinie Zamora-Puebla de Sanabria zu entdecken, die den Berg durchquert. Der Weg von Sarracín nach Cabañas, die Route der Mühlen, die Route der Corrales y de las madroñeras, die Route der FFCC-Stationen, die Route des Hochgebirges und verschiedene thematische Routen, zu Fuß, mit dem Fahrrad oder dem Auto zwischen Dörfern, Flüssen und Wallburgen.

Es gibt eine bemerkenswerte Gruppe von Unternehmen, die radikale Aktivitäten organisieren und leiten, geführte Wanderungen zur Entdeckung des iberischen Wolfes, Kenntnisse über

die Tierwelt, Vogelbeobachtung und Ornithologie, nächtliche astronomische Beobachtung, Abenteuer und Umweltbildung.

ZENTRUM DES IBERISCHEN WOLFS

Im Herzen der Sierra de la Culebra, in Robledo, befindet sich das Interpretationszentrum für den Iberischen Wolf, mit dem Ziel, Tiere aufzunehmen, die nicht in Freiheit leben können, das Bewusstsein der Besucher und der Bevölkerung für die Besonderheiten dieser Spezies zu schärfen und die Bedeutung des Wolfes im natürlichen und kulturellen Kontext der Region zu verbreiten.

Diese Wölfe sind in zwei Rudeln organisiert und ermöglichen es Spezialisten, diese Art besser zu studieren, und der Öffentlichkeit, mehr über die Gewohnheiten, Biologie und Ökologie dieser Wölfe zu erfahren. Das Zentrum verfügt über eingezäunte Bereiche, Gebiete für wildlebende Tiere und Pflanzen in eingegrenzter Freiheit, mit Teichen, Unterschlüpfen und natürlicher Vegetation.

Dieses Zentrum umfasst Observatorien, beschilderte Wanderwege und eine tierärztliche Kontrolle.

SPORT UND SPIEL

"Bei Festen, Wallfahrten oder Versammlungen werden einige der traditionellen Spiele oder Sportarten, die bis heute fortbestehen, von den Einheimischen immer noch gepflegt. Eine dieser Traditionen ist der Cervato-Kuchen, in Villardeciervos. Dazu kommen noch drei weitere Praktiken, Pina (das Ähnlichkeiten mit Rasenjockey aufweist), Píngula (mit Ähnlichkeiten zu Baseball) und Tajuela (ähnlich wie Bowling), hauptsächlich in der Region Aliste. In der Region Sanabresa bestehen Spiele wie La Guillarda, Los Bolos Sanabreses, El Palán und Birlo, Las Chapas und La Porca noch immer als Mittel des sozialen Zusammenhalts" (Führer zur Sierra de la Culebra).

NATURBEOBACHTUNG

SIERRA DE LA CULEBRA FAUNA

SÄUGETIERE

- *Barbastella barbastellus* **Mopsfledermaus**
- *Canis lupus signatus* **Iberischer Wolf**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Cervus elaphus* **Rothirsch**
- *Felis silvestris* **Wildkatze**
- *Galemys pyrenaicus* **Pyrenäen-Desman**
- *Lepus* **Echten Hase**
- *Lutra lutra* **Europäische Fischotter**
- *Microtus cabreræ* **Cabreras Wühlmaus**
- *Myotis emarginatus* **Wimperfledermaus**
- *Myotis myotis* **Große Mausohr**
- *Oryctolagus cuniculus* **Wildkaninchen**
- *Rhinolophus ferrumequinum* **Große Hufeisennase**
- *Rhinolophus hipposideros* **Kleine Hufeisennase**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**

VÖGEL

- *Aegypius monachus* **Mönchsgeier**
- *Alcedo atthis* **Eisvogel**
- *Anthus campestris* **Bachpieper**
- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Asio flammeus* **Sumpfhohreule**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Burhinus oedicnemus* **Triel**
- *Caprimulgus europaeus* **Europäischer Ziegenmelker**
- *Ciconia ciconia* **Weißstorch**
- *Circaetus gallicus* **Schlangenadler**
- *Circus pygargus* **Wiesenweihe**
- *Coracias garrulus* **Blauracke**
- *Elanus caeruleus* **Gleitaar**
- *Falco naumanni* **Rötelfalke**

- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**
- *Galerida theklae* **Theklalerche**
- *Hieraetus pennatus* **Zwergadler**
- *Loxia curvirostra* **Fichtenkreuzschnabel**
- *Lullula arborea* **Heidelerche**
- *Milvus migrans* **Schwarzer-Milan**
- *Milvus milvus* **Rotmilan**
- *Monticola solitarius* **Blaumerle**
- *Monticola saxatilis* **Steinrötel**
- *Periparus ater* **Tannenmeise**
- *Pterocles orientalis* **Sandflughuhn**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Coronella austriaca laurenti* **Schlingnatter**
- *Discoglossus galganoi* **Iberische Scheibenzüngler**
- *Emys orbicularis* **Europäische Sumpfschildkröte**
- *Lacerta schreiberi* **Iberische Smaragdeidechse**
- *Malpolon monspessulanus* **Westliche Eidechsenatter**
- *Rhinechis scalaris* **Treppennatter**
- *Salamandra* **Feuersalamander**
- *Vipera latastei* **Stülpnasennatter**

FISCHE

- *Chondrostoma polyplepis* **Iberischer Näsling**
- *Rutilus alburnoides* **Laube**
- *Rutilus arcasii* **Bermejuela genannt**
- *Salmo trutta* **Forelle**
- *Squalius alburnoides*

SIERRA DE LA CULEBRA FLORA

GEBÜSCHE

- *Arbutus unedo* **Erdbeerbaum**
- *Erica ciliaris* **Heide**



- *Erica tetralix* **Glockenheide**
- **Pflanzen wie Stechginster und Ginster**

AUENWALD

- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Fraxinus excelsior* **Esche**

EICHEN-HAINBUCHENWALD

- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**
- *Quercus robur* L **Sommereiche**
- *Quercus suber* **Korkeiche**

WÄLDER

- *Pinus pinaster* **Seekiefer**
- *Pinus sylvestris* **Waldkiefer**
- *Populus alba* **Silberpappel**
- *Salix alba* **Silberweide**

EICHENWÄLDER

- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**

BOSKETT

- *Castanea sativa* **Edelkastanienbaum**

FELSE

- *Calluna vulgaris* **Besenheide**
- *Cistus ladanifer* **Sterze**
- *Festuca elegans*
- *Narcissus asturiensis*



MONTESINHO



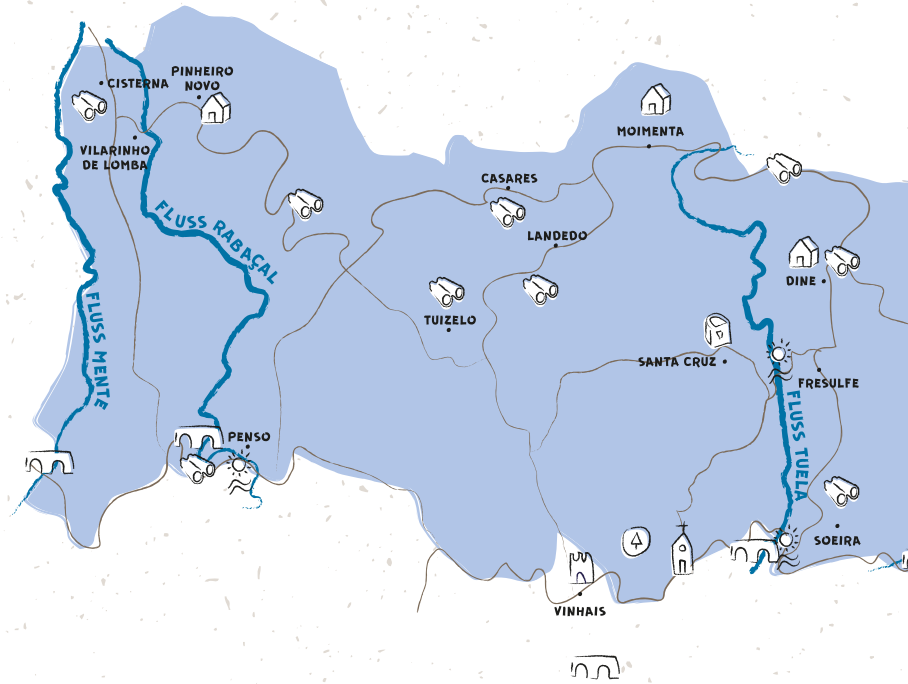
Der Naturpark Montesinho befindet sich mit 75 Tausend Hektar im äußersten Nordosten der Region Terra Fria Transmontana und ist einer der größten portugiesischen Naturparks. Der Park ist ein Beispiel für die Gemeinschaft zwischen der Umwelt und den menschlichen Gemeinschaften, die die biologische Vielfalt und ein Mosaik aus atemberaubenden natürlichen, halbnatürlichen und humanisierten Landschaften bewahrt haben.










Dieser Gebirgskomplex, der die Berge Montesinho und Coroa umfasst, hütet wertvolle natürliche und kulturelle Elemente, die sich im Laufe der Jahrhunderte miteinander verbunden haben, miteinander kommunizierten und sich gegenseitig beeinflussten, wodurch ein immenses Erbe an ethnographischen, historischen, botanischen und ökologischen Werten entstand.

In **Montesinho** koexistieren mehrere Lebensräume mit enormem ökologischen Wert. Büsche, Sümpfe, Eichenhaine, Kastanienhaine, Sardohaine und verschiedene Ökosysteme am

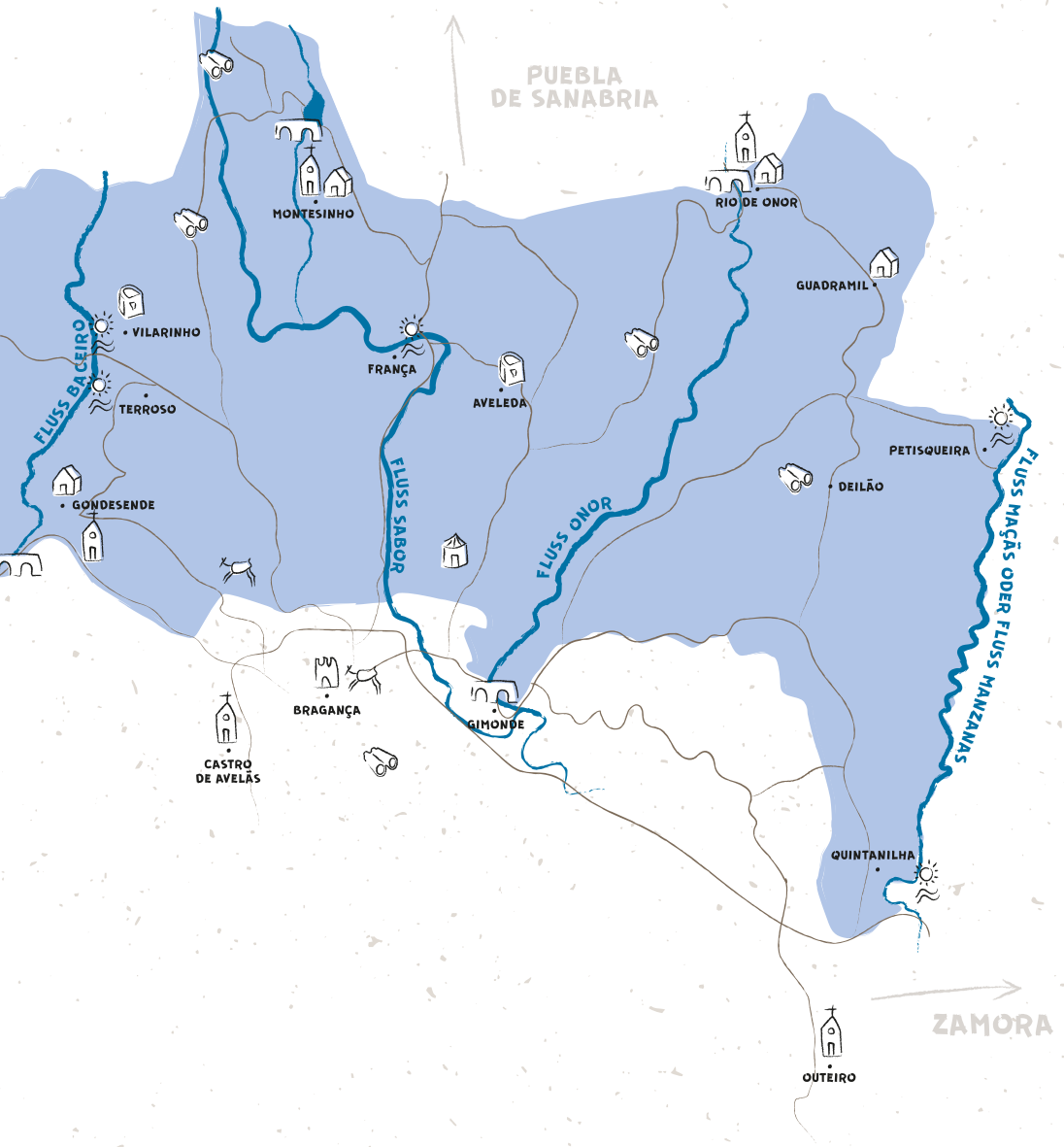


SPANIEN



- | | | | |
|---|--------------------------|---|---------------------|
|  | AUSSICHTSPUNKTE |  | RELIGIÖSE DENKMÄLER |
|  | FLUSSUFERSTRÄNDE |  | BRÜCKEN |
|  | DÖRFER |  | TAUBENSCHLÄGE |
|  | SCHLÖSSER/FESTUNGEN |  | BIOPARK |
|  | ARCHÄOLOGISCHE ÜBERRESTE |  | WALLBURGEN |

PORTUGAL





Flussufer machen den Park zu einem faunistischen Zufluchtsort von außerordentlichem Wert und zu einer spannenden Herausforderung für alle, die sich für die Natur und das wilde Leben begeistern.

Geschützt durch die natürliche Isolation, ein anspruchsvolles Klima (das von -12° bis 40° reicht) und den niedrigen Druck menschlicher Anwesenheit, bewahrt Montesinho einen großen Reichtum an repräsentativen Tiergemeinschaften der iberischen und europäischen Fauna (70% der in Portugal vorkommenden Arten von Landsäugetieren) und eine große Vielfalt an Pflanzenleben.

Der Naturpark Montesinho ist auch ein Reservat mit unschätzbaren sozio-kulturellen Werten, mit uralten Praktiken und Werkzeugen, traditioneller Architektur, Bräuchen und Festen, die die Verbundenheit und das Verständnis für die natürliche Umgebung widerspiegeln, wie z.B. die "Knabenfeste" oder Volksmusik und der typische Dudelsack.



Dorf Rio de Onor

DÖRFER DES PARKS

Es gibt in Montesinho eine lange volkstümliche Geschichte und menschliche Weisheit in der Art und Weise, wie sich Gemeinschaften in die Umwelt integriert haben, indem sie in den verfügbaren Elementen die Formen, Funktionen und Innovationen entdeckten, die es erlaubten, Herausforderungen zu lösen, Bedrohungen zu umgehen und von den Reichtümern der Berge zu profitieren.

In den Dörfern sind die Häuser um einige Wege herum konzentriert und bilden dichte Anhäufungen aus Schiefer und in wenigen Fällen auch aus Granit, wie in Moimenta, Montesinho oder Soutelo. Zwischen den Schieferwänden wurden Lehm-mörtel, Eichen- und Kastanienholz für die Stützkonstruktionen der Dächer (meist aus Schiefer oder Keramikfliesen), Fußböden, Türen, Fenster oder Balkone verwendet.

Die Häuser hatten in der Regel zwei Etagen, wobei die obere als Wohnraum diente, während die untere Etage für den Stall, die Scheune und den Weinkeller gedacht war.

In diesen Dörfern gibt es mehrere Gebäude für den gemeinschaftlichen Gebrauch, die Schmiede, die Kelter und den Brot-Ofen, die in rudimentären Gebäuden untergebracht sind, während man weiter entfernt und in die Landschaft integriert die Taubenhäuser, die meist weiß getüncht sind, und die Mühlen, die entlang der Wasserwege installiert sind, sehen kann.

Der Park umfasst etwa 90 Dörfer, die über das gesamte Gebiet verstreut sind, aber einige verdienen besondere Aufmerksamkeit und laden dazu ein, die Details des architektonischen Erbes, der ländlichen Umgebungen, der landschaftlichen Kulissen und der Gastronomie aufmerksam zu genießen.

Montesinho ist ein Dorf, das auf etwa tausend Metern Höhe liegt, mit Häusern und einer Kirche, die repräsentativ für die Architektur der Region sind, dem interpretativen Kern von Montesinho und dem Museum, in dem die geologische Darstellung der Berge und die traditionellen Lebensweisen gezeigt werden.

Rio de Onor, an den Ufern des gleichnamigen Flusses (Nebenfluss des Sabor), ist ein Grenzdorf mit der Besonderheit, dass es durch die Grenze zwischen Spanien und Portugal in zwei Hälften geteilt wird, nämlich in Rihonor de Castilla und Rio de Onor, die von den Einwohnern "povo de cima" und "povo



de baixo" genannt werden. Es ist immer noch üblich, dass die Menschen auf beiden Seiten Land besitzen, das Vieh die Grenze überquert, und auch heute noch gibt es eine gemeinsame Weide. Dies ist eines der Elemente, die dieses Dorf zu einem Zeugnis ländlicher Traditionen machen, die noch immer Schmiede, Öfen und Herden teilen.

Guadramil ist ein typisches Dorf des Montesinho, eingebettet in ein ziemlich unebenes Gelände, das noch Praktiken des Gemeinschaftslebens beibehält. Viele der Häuser bewahren die typischen Züge der volkstümlichen Architektur, in Materialien, Formen und Volumetrie.

Gimonde, am südlichen Rand des Parks, am Rande der Stadt Bragança gelegen, ist ein Tor zu diesem geschützten Gebiet und hat eine bemerkenswerte Reihe von landschaftlichen, architektonischen, archäologischen und gastronomischen Attraktionen. Eingerahmt vom Fluss Sabor, ist das architektonische Ensemble von Gimonde bemerkenswert, sowohl für seine Häuser als auch für verschiedene Gebäude wie die römische Brücke, die Mühle, die Kirche oder die Festung.

Gondesende ist ein kleines Dorf in der Gemeinde Bragança, im Herzen des Montesinho, das derzeit eine gut erhaltene Reihe von Häusern mit den charakteristischen Linien der lokalen Architektur aufweist, von denen einige dem ländlichen Tourismus dienen. Neben den Steinhäusern gilt es, die Kirche,

←
Schloss von
Bragança

die Wassermühlen, die römischen Brunnen und Gehwege, das Wegkreuz und die Ruinen der Wallburg zu entdecken.

Moimenta liegt am Fuße der Serra da Coroa, am Rande einer weiten Hochebene, an den Ufern des Flusses Tuela. Es ist ein Dorf von bemerkenswerter Größe, mit Gebäuden aus Granit und einem markanten architektonischen Ensemble, aus dem die imposante Kirche hervorsticht. Die natürliche Umgebung und die Überreste alter menschlicher Besetzungen laden zum Genuss der Landschaften und zur Entdeckung der Region durch die verschiedenen vorhandenen Wanderwege ein.

EIN PARK, ZWEI GEMEINDEN

Bragança ist die größte Stadt auf dem Gebiet des grenzüberschreitenden Biosphärenreservats Meseta Ibérica. Der schöne Bergfried ist das markanteste Element der Burg von Bragança, die stolz im Zentrum der Altstadt steht und über die lange Hochebene wacht, die sich von Montesinho bis Sanabria oder südlich bis zur Serra da Nogueira erstreckt.

Ein Besuch dieses Ortes ist ein Muss, um den Schieferzaun, die Türme, den Prinzessinenturm und den imposanten Bergfried zu besichtigen, in dem sich das Militärmuseum von Bragança befindet. Neben diesem Turm befindet sich das einzigartige Domus Municipalis, ein Beispiel für romanische Zivilarchitektur in Portugal, das als Zisterne und für Gemeindeversammlungen diente. In der Umgebung verzaubert die Zitadelle mit ihren Häusern, Kirchen und grünen Plätzen.

Aber es gibt noch mehr zu sehen außerhalb der Mauern. Die Sé von Bragança, an der schönen Praça da Sé, die Kirche São Bento, mit ihrer Mudéjar-Decke und eine Reihe von Kirchen und Herrenhäusern.

Die Museen sind eine der besten Überraschungen in Bragança und offenbaren eine kühne künstlerische und kulturelle Dynamik, für eine Stadt, die in einer so abgelegenen Region entstanden ist. Das Zentrum für zeitgenössische Kunst Graça Morais oder das Museum für iberische Masken und Kostüme sind ein Muss.



Bragança ist eine beachtenswerte Stadt, die das Tor zum Naturpark Montesinho ist, weil sie es verstanden hat, die markantesten Traditionen der Region zu sammeln und zum Ausdruck zu bringen, sei es auf der Ebene des Handwerks, der Ethnographie, sei es auf der Ebene der Gastronomie, mit Veranstaltungen und Referenzräumen auf nationaler und halbinsularer Ebene.

Vinhais bewahrt ein interessantes Erbe, das sich im Zentrum der Stadt, rund um die mittelalterliche Burg, konzentriert, und ein relevantes historisches Erbe, das in dem ganzen Landkreis verstreut ist.

Von der ursprünglichen Burg ist vieles verschwunden, aber es gibt noch Mauern, den Festungsturm und das Tor. In diesem Komplex befinden sich der Pranger, das mittelalterliche Rathaus und die Gemeindekirche N.^a Sra. da Assunção.

Der Palast der Grafen von Vinhais wurde außerhalb der Schlossmauern erbaut und ist ein grandioses Gebäude im typischen Barockstil dieser Bauten aus dem 18. Jahrhundert.

Bereits innerhalb des Naturparks fördert der Biologische Park von Vinhais, ein touristischer Anziehungspunkt, die natürlichen Werte, macht 23 einheimische Rassen bekannt und fördert verschiedene Entdeckungsaktivitäten des Montesinho.

←
Schloss von
Vinhais

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Der Naturpark Montesinho kann auf mehreren Wanderwegen mit unterschiedlichen Ansätzen und Themen erkundet werden, für Liebhaber des Wanderns, der Geschichte, Ethnographie, Archäologie, Biologie und Botanik. In Dine, Guadramil oder Moimenta gibt es Wege zur Entdeckung des historischen, ethnographischen und archäologischen Erbes. Andere Pfade wie Montesinho, Quintanilha und Rio de Onor vermitteln ein besseres Verständnis für die Pflanzen- und Tierwelt des Parks, mit unvergesslichen Erlebnissen wie der Brama dos Veados (das Brüllen der Hirsche) zur Zeit der Paarung oder dem Privileg, ein so schwer fassbares Tier wie den Wolf zu sichten. Der Biologische Park von Vinhais bietet ein allgemeines Panorama der natürlichen Umgebung und der Integration der menschlichen Bevölkerungen in diesem Gebiet.

Der Park ermöglicht eine Entdeckung nicht nur zu Fuß, sondern auch mit dem Auto, durch die typischen Dörfer und Aussichtspunkte, BTT oder Reiten, diese vor allem mit dem ländlichen Tourismus verbunden.

Eine der besten Möglichkeiten, Montesinho kennenzulernen, sind zweifellos die Aussichtspunkte, die atemberaubende Landschaften bieten. Alto de Lagares, in der Nähe von Rio de Onor, der Gipfel der Serra da Coroa, das Heiligtum von São Bartolomeu, in Bragança, die Festungsstadt Cidadelha, in Vinhais, sind nur einige der Punkte, an denen die Schönheit des Montesinho betrachtet werden kann.

Dies ist die große Terra Fria Transmontana Route, ein langer Rundkurs, der durch die fünf Landkreise dieser Subregion (Bragança, Miranda do Douro, Mogadouro, Vimioso und Vinhais) führt und insgesamt 455 km lang ist. Die Route ist in 11 Abschnitte unterteilt, die es den Besuchern ermöglichen, den portugiesischen Nordosten zu entdecken, indem sie ihre Reiserouten, Ziele und ihr Tempo selbst bestimmen. Diese Route ermöglicht das Erleben dieses Gebietes in seiner landschaftlichen, floristischen, biologischen, geologischen, kulturellen und menschlichen Dimension.

In jeder Gemeinde gibt es die Portas da Rota (Routentore), Stützpunkte für die Integration und Orientierung des Besuchers,

die die Festlegung von Routen mit dem Auto, zu Fuß oder mit dem Fahrrad erleichtern. An diesen Plätzen vertiefen Besucher das Wissen über die Reiseziele und bekommen von Veranstaltungen, Kostproben und Szenarien zu erfahren, die eine Integration mit anderen thematischen Routen ermöglichen - den Jakobswegen, Mandel-, Kastanien-, Berrón- und Grenzhügelrouten. Hier führt auch der portugiesische Abschnitt der Silberroute des Jakobswegs vorbei, der Alcanizes verlässt und über Quintanilha nach Portugal eintritt, um am südlichen Ende des Parks über Bragança und Vinhais wieder an der Grenze zu Spanien, am Fluss Mente, zu enden.

Das Flussnetz, das den Park durchquert, bietet außergewöhnliche Bedingungen für die Freizeit und den Genuss von Stränden mit klarem Wasser, Dämmen, Picknick-Parks, angenehmen Umgebungen, Schatten der umliegenden Wälder, außergewöhnlichen Landschaftseinrahmungen. Die Strände von Soeira, Fresulfe, Rabaçal, Colado, França oder der Fluss Baceiro bieten hervorragende Bedingungen zum Baden.

Diese Flüsse sind auch sehr beliebt für das Fischen von Forellen oder Bogas, sowie von touristischen Animationsunternehmen für radikale Aktivitäten oder Kanufahrten.

Viele der typischsten und traditionellsten Dörfer des Parks wurden wiederhergestellt und verfügen bereits über mehrere Räume für den ländlichen Tourismus, die einen intensiveren Genuss der natürlichen und kulturellen Werte der Berge ermöglichen, meist in Verbindung mit traditioneller Küche.

Die gastronomische Kreativität dieser Gemeinden ist erstaunlich, sie beruht auf typischen lokalen Produkten und einheimischen Rassen, die in saisonalen Veranstaltungen wie der Fumeiro-Messe in Vinhais oder dem Butelo- und Casulas-Festival in Bragança gefeiert werden, die jedes Jahr Tausende von Besuchern anziehen, die auf der Suche nach der Exzellenz der Produkte und Geschmäcker dieser Region sind.



NATURBEOBACHTUNG

MONTESINHO FAUNA

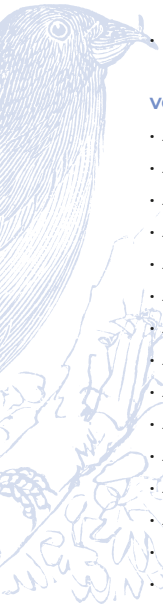
SÄUGETIERE

- *Arvicola terrestris* **Wasserratte**
- *Canis lupus signatus* **Iberischer Wolf**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Cervus elaphus* **Rothirsch**
- *Felis silvestris* **Wildkatze**
- *Galemys pyrenaicus* **Pyrenäen-Desman**
- *Lutra lutra* **Fischotter**
- *Miniopterus schreibersi* **Langflügelvedermaus**
- *Myotis blythii* **Mausohrfledermaus**
- *Myotis emarginatus* **Wimperfledermaus**
- *Myotis myotis* **Große Mausohr**
- *Rhinolophus euryale* **Mittelmeer-Hufeisennase**
- *Rhinolophus ferrumequinum* **Große Hufeisennase**
- *Rhinolophus hipposideros* **Kleine Hufeisennase**

VÖGEL

- *Accipiter gentilis* **Habicht**
- *Accipiter nisus* **Sperber**
- *Actitis hypoleucos* **Flussuferläufer**
- *Alcedo atthis* **Eisvogel**
- *Anthus campestris* **Brachpieper**
- *Anthus trivialis* **Baumpieper**
- *Anthus spinoletta* **Bergpieper**
- *Apus melba* **Alpensiegler**
- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Aquila fasciata* **Habichtsadler**
- *Aquila pennata* **Zwergadler**
- *Asio flammeus* **Sumpfohreule**
- *Asio otus* **Waldohreule**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Burhinus oedipnemus* **Triel**
- *Calandrella brachydactyla* **Baumpieper**

- *Caprimulgus europaeus* **Europäischer Ziegenmelker**
- *Caprimulgus ruficollis* **Rothals-Ziegenmelker**
- *Ciconia ciconia* **Weißstorch**
- *Ciconia nigra* **Schwarzstorch**
- *Cinclus cinclus* **Wasseramsel**
- *Circaetus gallicus* **Schlangenadler**
- *Circus cyaneus* **Kornweihe**
- *Circus pygargus* **Wiesenweihe**
- *Clamator grandarius* **Häherkuckuck**
- *Columba oenas* **Hohltaube**
- *Coracias garrulus* **Blauracke**
- *Corvus corax* **Kolkrabe**
- *Elanus caeruleus* **Gleitaar**
- *Emberiza citrinella* **Goldammer**
- *Emberiza hortulana* **Ortolan**
- *Falco columbarius* **Merlin**
- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**
- *Falco subbuteo* **Baumfalke**
- *Galerida theklae* **Theklalerche**
- *Jynx torquilla* **Wendehals**
- *Lanius collurio* **Neuntöter**
- *Loxia curvirostra* **Fichtenkreuzschnabel**
- *Lullula arborea* **Heidelerche**
- *Luscinia svecica* **Blauekehchen**
- *Melanocorypha calandria* **Kalanderlerche**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Milvus milvus* **Rotmilan**
- *Monticola saxatilis* **Steinrötel**
- *Motacilla flava* **Schafstelze**
- *Muscicapa striata* **Grauschnapper**
- *Oenanthe hispanica* **Mittelmeer-Steinschmätzer**
- *Otis tarda* **Großtrappe**
- *Otus scops* **Zwergohreule**
- *Pernis apivorus* **Wespenbussard**
- *Pyrrhocorax pyrrhocorax* **Alpenkrähe**



- *Phylloscopus bonelli* **Berglaubsänger**
- *Saxicola rubetra* **Braunkehlchen**
- *Scolopax rustica* **Waldschnepfe**
- *Streptopelia turtur* **Turteltaube**
- *Sylvia borin* **Gartengrasmücke**
- *Sylvia cantillans* **Weißbartgrasmücke**
- *Sylvia hortensis* **Orpheusgrasmücke**
- *Sylvia undata* **Provencegrasmücke**
- *Tetrax tetrax* **Zwergtrappe**
- *Turdus philomelos* **Singdrossel**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Discoglossus galganoi* **Iberischer Scheibenzünger**
- *Emys orbicularis* **Europäische Sumpfschildkröte**
- *Lacerta schreiberi* **Iberische Smaragdeidechse**
- *Triturus marmoratus* **Marmorolch**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**

FISCHE

- *Achondrostoma arcasii* **Achondrostoma arcasi**
- *Cobitis calderoni* **Cobitis calderoni**
- *Iberocypris alburnoides* **Iberocypris alburnoides**
- *Pseudochondrostoma duriensis*
Pseudochondrostoma duriensis
- *Salmo trutta* **Forelle**

INVERTEBRATEN

- *Aphantopus hyperanthus* **Braune Waldvogel**
- *Boloria dia* **Magerrasen-Perlmutterfalter**
- *Brenthis daphne* **Edelfalter**
- *Lycaena virgaurea* **Dukatenfalter**
- *Margaritifera margaritifera* **Flussperlmuschel**

MONTESINHO-FLORA

GEBÜSCHE

- *Arçã lavandula stoechas* ssp. *sampaiana*
- *Cistus ladanifer* **Lack-Zistrose**

- *Echinopartum ibericum*
- *Erica australis* ssp. *aragonensis* **Rote Besenheide**
- *Erica ciliaris* **Heide**
- *Erica tetralix* **Glockenheide**
- *Genista anglica* **Englische Ginster**
- *Genista micrantha* **Ginster**

SÜMPFE

- *Ajuga pyramidalis* ssp. *meonantha*
- *Dactylorhiza maculata* **Pyramidenorchidee**
- *Nardus stricta* **Steifes Borstgras**
- *Potentilla erecta* **Blutwurz**
- *Polygala vulgaris* **Gewöhnliche Kreuzblume**
- *Paradisea lusitanica* **Paradieslilien**
- *Serapias lingua* **Einschwielige Zungenstendel**
- *Thymus pulegioides* **Breitblättrige Thymian**
- *Thero-Brachypodieta*

BOSKETT

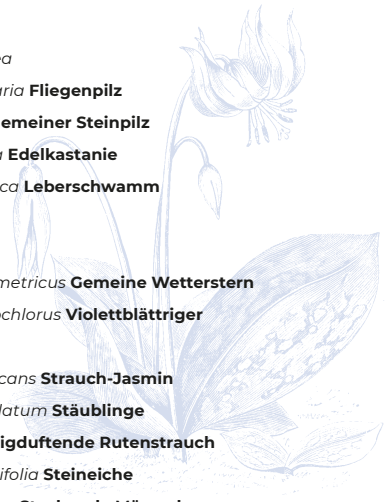
- *Armillaria mellea*
- *Amanita muscaria* **Fliegenpilz**
- *Boletus edulis* **gemeiner Steinpilz**
- *Castanea sativa* **Edelkastanie**
- *Fistulina hepatica* **Leberschwamm**

WÄLDER

- *Astraeus hygrometricus* **Gemeine Wetterstern**
- *Cortinarius ionochlorus* **Violettblättriger Klumpfuss**
- *Jasminum fruticans* **Strauch-Jasmin**
- *Lycoperdon perlatum* **Stäublinge**
- *Osyris alba* **Honigduftende Rutenstrauch**
- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**
- *Ruscus aculeatus* **Stechende Mäusedorn**

AUENWALD

- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Crataegus monogyna* **Eingriffelige Weißdorn**
- *Eryngium viviparum*



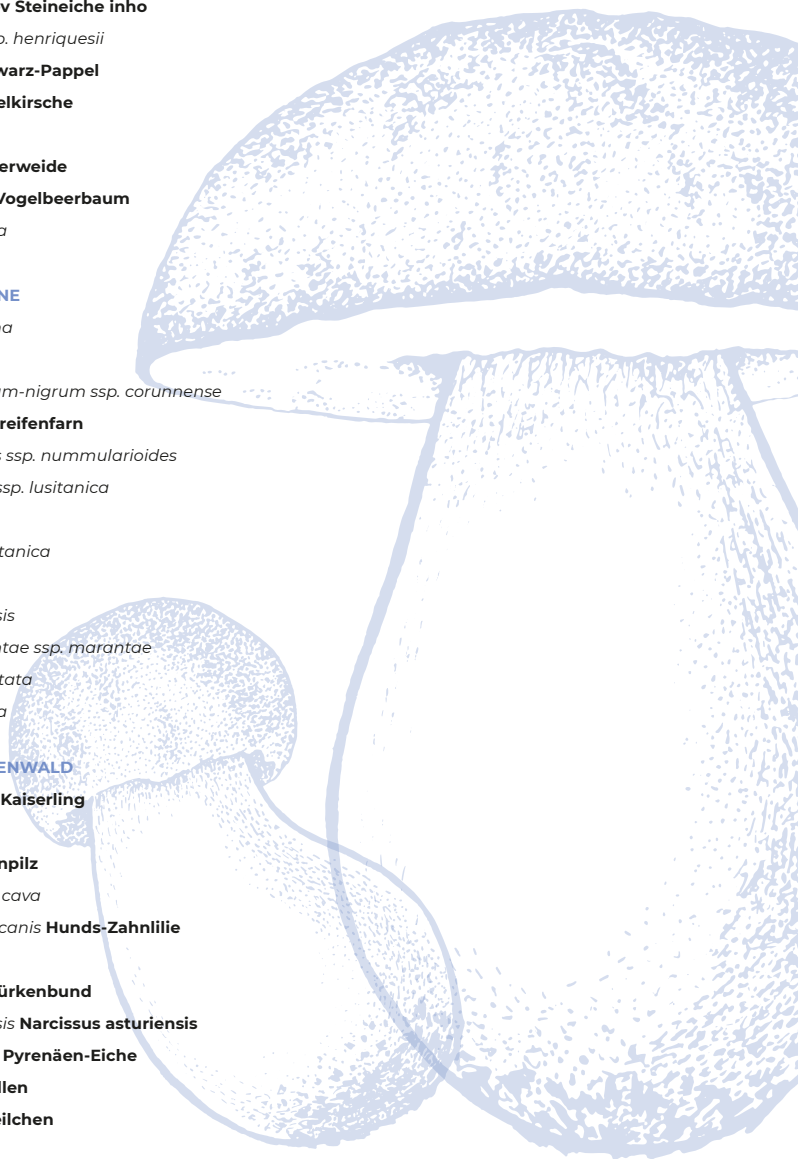
- *Frangula alnus* **Faulbaum**
- *Fraxinus angustifolia* **Schmalblättrige Esche**
- *Fraxinus excelsior* **Esche**
- *Ilex aquifolium* **Azev Steineiche inho**
- *Luzula sylvatica* ssp. *henriquesii*
- *Populus nigra* **Schwarz-Pappel**
- *Prunus avium* **Vogelkirsche**
- *Ranunculus* spp.
- *Salix salviifolia* **Silberweide**
- *Sorbus aucuparia* **Vogelbeerbaum**
- *Veronica micrantha*

ULTRABASISGESTEINE

- *Anthyllis sampaiana*
- *Armeria eriophylla*
- *Asplenium adiantum-nigrum* ssp. *corunnense*
Schwarzstielige Streifenfarn
- *Astragalus incanus* ssp. *nummularioides*
- *Avenula pratensis* ssp. *lusitanica*
- *Festuca elegans*
- *Festuca summilusitanica*
- *Linaria intricata*
- *Narcissus asturiensis*
- *Notholaena marantae* ssp. *marantae*
- *Santolina semidentata*
- *Veronica micrantha*

EICHEN-HAINBUCHENWALD

- *Amanita caesarea* **Kaiserling**
- *Arabis glabra*
- *Boletus regius* **Steinpilz**
- *Corydalis cava* ssp. *cava*
- *Erythronium dens-canis* **Hunds-Zahnlilie**
- *Festuca elegans*
- *Lilium martagon* **Türkenbund**
- *Narcissus asturiensis* **Narcissus asturiensis**
- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**
- *Ramaria* spp. **Korallen**
- *Viola hirta* **Raue Veilchen**



ARRIBES DEL DUERO



Der Naturpark Arribes del Duero mit 106 Tausend Hektar ist ein bedeutendes Gebiet, das auf der spanischen Seite den Verläufen des Douro und des Águeda Flusses folgt, wo sie die Grenze zwischen Portugal und Spanien definieren. Es ist ein Gebiet, das durch das Wasser, die Geologie, das Klima und die menschlichen Gemeinschaften mit dem Douro Internacional verbunden ist.

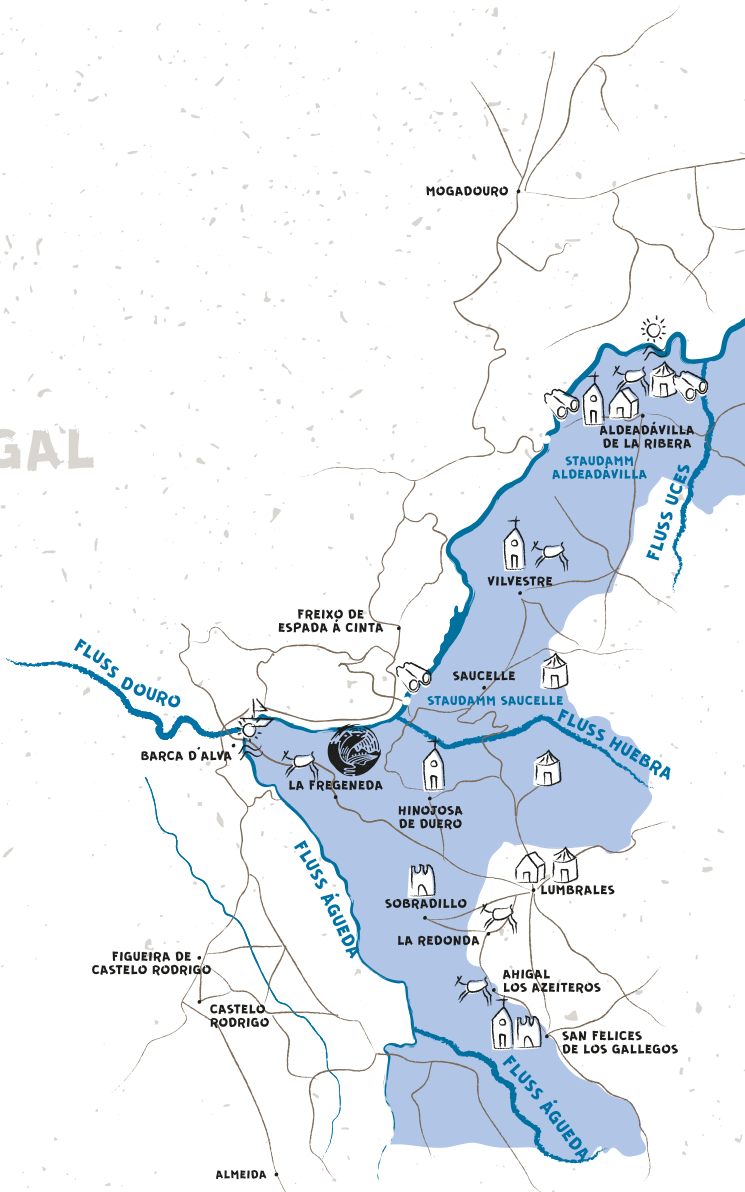
Diese natürliche Verwerfung, die durch die Kollision der Platten entstanden ist und durch die Kraft der Flüsse genutzt wird, durchbricht die Einförmigkeit der Hochebene vor einer Kulisse aus Granit und Wasser und bildet 180 km Flussschluchten, die die Flüsse Águeda, Esla, Huebra, Tormes und Uces mit dem Douro verbinden.

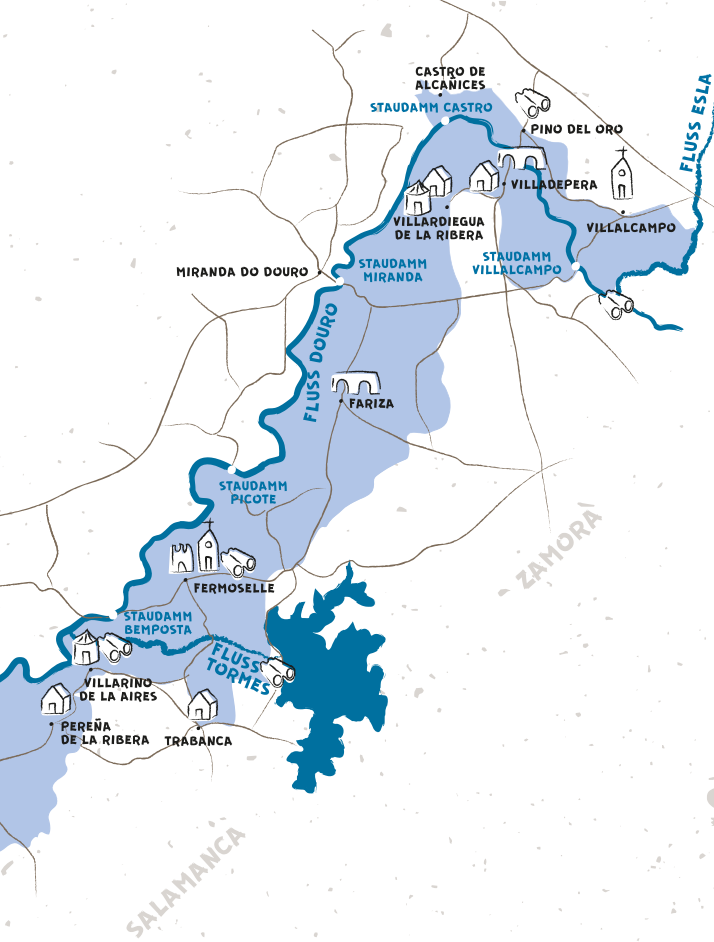
Die orographischen Besonderheiten führten zu verschiedenen Mikroklimata, einer großen Pflanzen- und Tiervielfalt, was dieser Region eine enorme Bedeutung als besonderes Vogelschutzgebiet mit zweihundert bemerkenswerten und einigen seltenen, vom Aussterben bedrohten Arten verleiht.

Seit jeher ist es ein gering besiedeltes Gebiet, isoliert von den großen Zentren, das in einer einzigartigen und uralten kulturellen Einheit mit der portugiesischen Region bewahrt wurde. Die Arribes sind ein Gebiet mit kleinen Dörfern, mit einer verzauberten Aura und unverwechselbaren Spuren der Traditionalität. Die



PORTUGAL





SPANIEN

- | | | | |
|---|--------------------------|---|------------------------------|
|  | AUSSICHTSPUNKTE |  | RELIGIÖSE DENKMÄLER |
|  | FLUSSUFERSTRÄNDE |  | BRÜCKEN |
|  | DÖRFER |  | WALLBURGEN |
|  | SCHLÖSSER/FESTUNGEN |  | KREUZFAHRTEN/KAIS |
|  | ARCHÄOLOGISCHE ÜBERRESTE |  | RBTHI INTERPRETATIONSZENTRUM |

menschliche Anwesenheit hat im Laufe der Jahrtausende tiefe Spuren in einem faszinierenden historischen Erbe hinterlassen wie naturnahe Landschaften, unverwechselbare musikalische Klänge, kreative Gastronomie und hervorragende einheimische Produkte und Rassen.

STÄDTE, GEMEINDEN UND DÖRFER

Neben den außergewöhnlichen Landschaften mit Wasser und Schluchten ist der Naturpark Arribes del Duero auch ein Gebiet mit tiefen Spuren des historischen Erbes und der Lebensweisen einer uralten menschlichen Präsenz.

Villalcampo liegt in der Region Aliste, zwischen den Stauseen Villalcampo und Ricobayo, im Nordwesten des Naturparks. Mit einer historischen Hülle aus traditioneller Aliste-Architektur hat diese Stadt einige interessante Sehenswürdigkeiten wie ihre Renaissance-Kirche, die La Vega-Brücke und die Eremitage der Encarnação.



Noch an der nördlichen Grenze des Parks, nahe der Grenze zu Portugal, befindet sich **Pino del Oro**, das noch immer an seine Bergbauergangenheit zur Zeit der römischen Präsenz in den Jahrhunderten I und II nach Christus erinnert. Diese Strukturen sind bis heute erhalten geblieben und haben eine einzigartige Landschaft auf der Halbinsel geschaffen, in der man bei Interpretationsbesuchen etwas über die wirtschaftliche und soziale Struktur der damaligen Zeit erfahren kann.

Etwas weiter südlich erreichen Sie Villadepera, das mit Pino del Oro durch die Requejo-Brücke verbunden ist, eine schöne Metallkonstruktion über die Klippen des Douro-Flusses. In dieser Stadt verdient die Kirche Nuestra Señora de la Asunción Aufmerksamkeit, mit einem schönen und robusten Turm, mehreren Eremitagen, Brunnen und dem Museum für sakrale Kunst.

Villardiegua de la Ribera ist ein authentisches Museum über die Geschichte der menschlichen Besiedlung dieser Region. In den Straßen des historischen Viertels, zwischen den Granitmauern und Gebäuden, sind vorrömische Idole zu sehen, wie das berühmte Wildschwein, bekannt als La Mula oder La Yegua, (der eigentlich ein Stier ist), römische Grabsteine und verschiedene Inschriften.

In dem kleinen Viertel Quintanas befinden sich einige edle Beispiele lokaler Architektur, wie die Pfarrkirche mit einem anmutigen Glockenturm.

Fariza ist eine Stadt mit einem bemerkenswerten historischen Erbe aus mehreren Epochen, wie die Brücke über den Fluss Pisón beweist, eine mittelalterliche Konstruktion über einer antiken Struktur römischen Ursprungs. Aber in Fariza gibt es auch die Poza-Brücke, den Pozo de los Burros, den Pozo de la Rodilla, die Steinkreuze von großem ethnographischen Interesse und herrliche Landschaften.

Das charmante **Fermoselle**, das als "Hauptstadt" der Arribes del Duero gilt, wurde zum historischen Ensemble erklärt und befindet sich in einem Gebiet mit steilen Hängen.

In den unebenen Straßen dieses charmanten Ortes steht die Pfarrkirche Nuestra Señora de la Asunción, die auf wunderbare Weise Elemente aus mehreren Epochen (Romanik, Gotik, Renaissance und Barock) vereint, sowie mehrere andere Eremitagen und Kirchen - Santa Colomba, die Eremitage von Santa Cruz, das Kloster von San Francisco, die Eremitage von

la Soledad oder die Eremitage von San Albín, von der aus die Stierrennen von Fermoselle stattfinden. Was von der Burg Doña Urraca in der Nähe der Plaza Mayor übrig geblieben ist, bietet dem Besucher einen herrlichen Blick auf das Douro-Tal.

In den Straßen von Fermoselle können Sie die "Seele" aus Granit und die überraschenden Bögen entdecken, die zu den unterirdischen Kellern führen, einem riesigen Labyrinth aus halbkreisförmigen Bögen, die aus dem Inneren der Stadt gegraben wurden.

Trabanca ist einer der besten Orte, um die sozio-kulturellen Traditionen der Region kennen zu lernen. Der 10 km² große Themenpark der volkstümlichen Gebäude reproduziert Strukturen und Gebäude der zivilen und traditionellen Architektur der Region. Trabanca verfügt auch über eine traditionelle, mehr als zweihundert Jahre alte Schmiede, den Brunnen und die Kirche mit einem hoch aufragenden Turm.

Villarino de los Aires ist ein schöner Ort mit mehreren historischen Sehenswürdigkeiten, wie der majestätischen Kirche San Sebastián, der Kirche Santa María la Mayor und dem Felsenheiligtum Teso de San Cristóbal, in dem die Strukturen einer Wallburg und mehrere Gräber erhalten sind.

Pereña de la Ribera ist bekannt als der "Balkon der Klippen" und in seinen Grenzen befinden sich die Wasserfälle und die archäologischen Überreste des Pozo de los Humos, eine der größten touristischen Attraktionen des gesamten Parks. Pereña bewahrt eine traditionelle Atmosphäre in seinen Straßen, die unterirdischen Keller, die herausragenden Merkmale der volkstümlichen Architektur in seinen Gebäuden und ein herausragendes religiöse Erbe - die Kirche Santa María, ihren stolzen Turm und der Eremitage Nuestra Señora del Castillo.

Die schöne **Aldeadávila de la Ribera**, die Unamuno das "Herz der Arribes" nannte, zeigt ihre architektonische Persönlichkeit in ihrem berühmten und imposanten Turm. Die Pfarrkirche San Salvador verbindet nun den Turm mit dem Gebäude, das im 13. Jahrhundert als Klosterfestung errichtet wurde. In diesem bemerkenswerten Erbe stechen auch die Kirche des Corporario, die Kirche Santo Cristo del Humilladero, das alte Franziskanerkloster La Verde, die Einsiedelei Nuestra Señora de las Huertas, die Einsiedelei San Sebastián oder die Paläste des Marqués del Caballero und der Familia del Pozo hervor.

→
Mirador
del Fraile

In Aldeadávilla gibt es außergewöhnliche Aussichtspunkte über den Fluss und den gleichnamigen großen Staudamm, die man unbedingt gesehen haben muss.

Vilvestre ist eine Gemeinde mit einer volkstümlichen Architektur, die deutlich an den Häusern rund um die Plaza Mayor und die Plaza del Toro zu erkennen ist, und verfügt über ein großes Kulturerbe. Das "Bett des Teufels" versammelt einige Höhlenmalereien, die weiterhin Studien verdienen, um ihre Bedeutung zu verstehen. Die Kirche Nuestra Señora de la Asunción, die Elemente der Gotik und der Renaissance vereint, die Einsiedelei des Schlosses, ein Beispiel des Barocks, die Mühle La Luisa, die noch an einigen Tagen des Jahres in Betrieb ist und El Rollo, ein in Granit gehauenes Kreuz in manuelinischer Gotik, sind Punkte, die man besuchen sollte.

Weiter südlich ist **Saucelle** ein imposanter und großartiger Ort, mit zahlreichen Bächen, wilden Flüssen (Huebra und Camaces), Wasserfällen (wie dem Cachón de Camaces), Steilhängen, Aussichtspunkten, mit Oliven- und Mandelbäumen geschmückten "Balkonen", dem majestätischen Stausee am Douro und einem Rückzugsort für Raubvögel und Aasfresser.

Hinojosa de Duero hat uralte Wurzeln, mit Spuren prähistorischer Präsenz und einer Siedlungsstruktur, die römische Ursprünge zu haben scheint. Hinojosa hat ein sehr interessantes



Erbe: die Einsiedelei Santísimo Cristo de la Misericordia, von der aus man eine großartige Aussicht genießen kann, die gotische Kirche San Pedro, die im Inneren schöne barocke Altarbilder hat, die römische Brücke von la Molinera mit drei Bögen, der Obispo-Brunnen, aus dem Mittelalter, die traditionelle Ölmühle und der römische Brunnen von Gejo.

La Fregeneda liegt in den Arribes zwischen dem Douro und Águeda, in einer Landschaft mit steilen Hängen, Schluchten, Mandel-, Oliven- und Orangenbäumen. La Fregeneda ist auch bemerkenswert für seine traditionelle Architektur, das Felsenheiligtum La Mesa de los Curas, den Vega Terrón-Flusssteg und die erstaunliche Tunnelstrecke, die der alten Eisenbahnlinie zwischen La Fregeneda und Barca d'Alva folgt. In dieser Gemeinde befindet sich ein RBTMI-Interpretationszentrum.

In **Lumbrales** gibt es viel zu entdecken. Die Festung Las Merchanas mit einer Fläche von mehr als 5 Hektar, die Kirche Nuestra Señora de la Asunción, die Casa de Los Condes, in der sich das Interpretationszentrum des Territorio Vetón befindet (eine vorrömische Gemeinschaft, die die Gegend vor 2500 Jahren bewohnte), das Ethnographische Museum, das sich im Uhrenturm befindet und die Geschichte der Gegend seit 10.000 Jahren erzählt, Aussichtstürme, Schutzräume, traditionelle Häuser und hohe Mauern.

Sobradillo ist eine Stadt mit einem reichen historischen Erbe, wo der schöne Bergfried (Casa do Parque Arribes del Duero) oder die Pfarrkirche Santiago Apóstol, die ein barockes Altarbild zeigt, hervorstechen.

Aber es gibt noch mehr in Sobradillo zu entdecken, von Grabsteinen, Einsiedeleien, Brücken oder römischen Konstruktionen wie der Fuente del Lugar, den Ruinen des Klosters Santa Marina la Seca, Aussichtspunkten und Routen von unvergleichlicher Schönheit durch den Park.

Die kleine Stadt **La Redonda** zeigt Spuren menschlicher Besiedlung seit der Eisenzeit und bewahrt Grabmonumente von Los Pedazos de La Mata und Los Cortinales, archäologische Stätten von Las Eras und Monte Caído. In La Redonda können Sie auch Spuren der römischen Präsenz (Gräber und Stelen), eine beliebte Architektur mit Granithäusern oder die schöne Kirche Nuestra Señora de la Asunción bewundern.

In **Ahigal de los Aceiteros** befinden sich zwei römische Stätten mit zahlreichen Spuren von Mosaiken, Fliesen und Keramik sowie die Barockkirche Santa María de la Magdalena. In einer

Landschaft, die von Oliven-, Mandel- und Feigenbäumen geprägt ist, macht die privilegierte Lage am Fluss Águeda diesen Ort zu einem Ort von großem touristischem Interesse.

San Felices de los Gallegos ist einer der meistbesuchten Orte in diesem Park, vor allem wegen seiner mittelalterlichen Festung und seiner Erklärung als historisch-künstlerisches Ensemble. Die Burg stammt aus dem 12. Jahrhundert und bewahrt noch immer die alten Mauern, die im 18. Jahrhundert errichteten Befestigungsanlagen, und der Bergfried beherbergt heute ein Interpretationszentrum.

Die Kirche Nuestra Señora entre Dos Álamos aus dem 12. Jahrhundert bewahrt vom ursprünglichen Bau eine romanische Fassade und den Glockenturm. Die Einsiedelei des Rosenkranzes und der Divino Cordero mit dem Bildnis des Jesus von Nazareth, das bei der Bevölkerung auf beiden Seiten der Grenze eine gewisse religiöse Begeisterung weckt, sind weitere interessante Gebäude.

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Ein Vogelschutzgebiet, ein Land mit erstaunlichen Landschaften, traditionellen Städten und Dörfern, herrlichen Talsperren und Stauseen und einem hervorragenden landwirtschaftlichen Erbe schaffen unendliche Möglichkeiten für touristische Erlebnisse in den Arribes del Duero.

Die immensen Wege zum Wandern, Mountainbiken oder Auto fahren sind unweigerlich der beste Weg, um von diesen natürlichen und kulturellen Reichtümern geblendet zu werden, die es Ihnen ermöglichen, Wallburgen, Wasserfälle, Aussichtspunkte, Bäche oder das landwirtschaftliche Erbe zu erkunden.

Der GR14 ist eine Route, die auf spanischer Seite dem Fluss Douro von seiner Quelle in den Gipfeln der Serra de Urbión bis nach Vega de Terrón in La Fregeneda folgt, wo der Fluss die Grenze zu Portugal überquert. Zu dieser Route, die im Park Arribes del Duero Dutzende von ausgeschilderten Kilometern zur Erkundung zwischen La Fregeneda und dem Salto de Villalcampo bietet, können wir den GR14.1 hinzufügen, der es



ermöglicht, den Park im Süden, im Águeda-Tal, zwischen Vega de Terron und Puerto Seguro zu besuchen.

Der Park verfügt über ein weites Netz von Mountainbike-Zentren in verschiedenen Gemeinden mit Hunderten von Kilometern verschiedener Schwierigkeitsgrade, die durch Wälder, Weiden und historisches Erbe führen. Außerdem gibt es spektakuläre Aussichtspunkte und Schluchten, Museen und Interpretationszentren - Museo del Vino y de los Destilados (Villarino de los Aires), El Museo "Casa Los Frailes" (Vilvestre), Museo Interpretativo del Duero (Hinojosa de Duero), Centro de Interpretación de Territorio Vetón (Lumbrales), Museo Etnográfico (Lumbrales), Casa del Parque, Centro de Interpretación y Referencia Turística de Arribes del Duero (Sobradillo), Museo del Aceite y Museo de la Cantería (San Felices de los Gallegos).

Ein außergewöhnliches Erlebnis der Entdeckung dieses Parks, in Kontinuität mit dem Douro Internacional, ist die Eisenbahnroute durch die Tunnels und Brücken, die entlang der alten Eisenbahnlinie verlaufen, die Barca d'Alva mit La Fregeneda verband. Dieser Abschnitt wurde 1887 gebaut und war damals eines der großen Werke der Eisenbahntechnik auf der Iberischen Halbinsel. Die in den achtziger Jahren des 20. Jahrhunderts stillgelegte Linie ermöglicht es uns, ein Werk zu entdecken, das den imposanten Hängen trotzte. Mit acht Brücken, zwei Stegen und 20 Tunneln bietet die Strecke atemberaubende Landschaften.

←
 Pozo de los
 Humos

Die Route der Aussichtspunkte ist ein absolutes Muss. Im Norden ist die Requejo-Brücke, die über den Douro gebaut wurde, heute ein großartiger Ort, um den Douro zwischen den Klippen zu bewundern, mit unvergesslichen Aussichten. Der Mirador de las Barrancas, in Fariza, ist ein privilegierter Ort für Landschaften und einige der emblematischsten Vögel der Region. In Fermoselle ist der Aussichtspunkt der Burg dieser Stadt, in der Nähe der Plaza Mayor, mit einer außergewöhnlichen Landschaft über den Douro. Im Südwesten erreichen Sie den Aussichtspunkt des Almendra-Staudamms, der am Tormes-Fluss gebaut wurde, mit Blick auf die vom Fluss gegrabene Schlucht und dieses von Menschenhand geschaffene Megabauwerk. Dem Lauf des Tormes folgend und bereits in der Nähe von Villarino de los Aires befindet sich der Mirador Teso de San Cristobal, von dem aus man die Klippen des Tormes bewundern kann, und ganz in der Nähe ein weiterer Aussichtspunkt, ein angenehmer und entspannender Ort, der einen Blick auf den Douro-Fluss bietet.

Der Mirador Picón del Filipe ist einer der Orte, von denen aus man einen der spektakulärsten Ausblicke auf den Douro genießen kann, mit mehreren Plätzen, um die schwindelerregenden Klippen über dem Fluss zu bewundern. Am Mirador del Fraile, über dem Staudamm von Aldeadávilla, befindet sich eine kleine, mit einem Eisengeländer geschützte Plattform über dem riesigen Hohlraum zwischen den hohen Felswänden. In **Mieza** gibt es weitere spektakuläre Aussichtspunkte wie den Code, den Colagón del Tío Paco und die Peña del Águila.

Der Wasserfall Pozo de los Humos ist ein Muss, einer der unglaublichsten auf der gesamten Halbinsel und mit einem Aussichtspunkt, der über den Wasserfällen des Uces-Flusses schwebt.

In den Arribes, wie auch auf der anderen Seite der Grenze, kann man einige Vorschläge für Bootsfahrten auf dem Douro finden. In Aldeadávilla de la Ribera, am schönen Strand von Rostro, gibt es Kreuzfahrten auf dem Stausee dieses imposanten Staudamms, in Vilvestre gibt es eine Verbindung nach Freixo de Espada à Cinta und die Kreuzfahrten kommen auch am Pier von Vega Terrón, an der Mündung des Flusses Águeda, an. Dies ist das Ende der schiffbaren Linie des Douro von der Mündung bis zur Grenze mit Spanien.

NATURBEOBACHTUNG

ARRIBES DEL DUERO FAUNA

SÄUGETIERE

- *Canis lupus signatus* **Iberische Wolf**
- *Erinaceus europaeus* **Braunbrustigel**
- *Martes foina* **Fuinha**
- *Felis silvestris* **Wildkatze**
- *Galemys pyrenaicus* **Pyrenäen-Desman**
- *Genetta genetta* **Kleinfleck-Ginsterkatze**
- *Lepus* **Echten Hasen**
- *Lutra lutra* **Fischotter**
- *Meles meles* **Europäische Dachs**
- *Microtus cabreræ* **Cabreras Wühlmaus**
- *Miniopterus schreibersi* **Langflügelfledermaus**
- *Myotis blythii* **Mausohrfledermaus**
- *Myotis myotis* **Große Mausohr**
- *Oryctolagus cuniculus* **Wildkaninchen**
- *Rhinolophus euryale* **Mittelmeer-Hufeisennase**
- *Rhinolophus ferrumequinum* **Große Hufeisennase**
- *Rhinolophus hipposideros* **Kleine Hufeisennase**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**
- *Vulpes vulpes* **Rotfuchs**

VÖGEL

- *Acciper nisus* **Sperber**
- *Alcedo atthis* **Eisvogel**
- *Anthus campestris* **Brachpieper**
- *Apus melba* **Alpensegler**
- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Aquila fasciata* **Habichtsadler**
- *Aquila pennata* **Zwergadler**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Burhinus oedipnemus* **Triel**
- *Caprimulgus ruficollis* **Rothals-Ziegenmelker**
- *Charadrius dubius* **Flussregenpfeifer**
- *Chersophilus duponti* **Dupontlerche**

- *Ciconia ciconia* **Weißstorch**
- *Ciconia nigra* **Schwarzstorch**
- *Circaetus gallicus* **Schlangenadler**
- *Circus cyaneus* **Kornweihe**
- *Circus pygargus* **Wiesenweihe**
- *Clamator glandarius* **Häherkuckuck**
- *Coracias garrulus* **Blauracke**
- *Dendrocopos minor* **Kleinspecht**
- *Elanus caeruleus* **Gleitaar**
- *Emberiza hortulana* **Ortolan**
- *Falco columbarius* **Merlin**
- *Falco naumanni* **Rötelfalke**
- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**
- *Falco subbuteo* **Baumfalke**
- *Galerida theklae* **Theklalerche**
- *Gyps fulvus* **Gänsegeier**
- *Hirundo daurica* **Rötelschwalbe**
- *Lullula arborea* **Heidelerche**
- *Melanocorypha calandra* **Kalanderlerche**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Milvus milvus* **Rotmilan**
- *Monticola solitarius* **Blaumerle**
- *Neophron percnopterus* **Schmutzgeier**
- *Oenanthe leucura* **Trauersteinschmätzer**
- *Pandion haliaetus* **Fischadler**
- *Pernis apivorus* **Wespenbussard**
- *Phalacrocorax carbo* **Kormoran**
- *Phoenicurus phoenicurus* **Gartenrotschwanz**
- *Pyrrhocorax pyrrhocorax* **Alpenkräh**
- *Sylvia undata* **Samtkopf-Grasmücke**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Alytes obstetricans* **Nördliche Geburtshelferkröte**
- *Discoglossus galganoi* **Iberische Scheibenzüngler**
- *Emys orbicularis* **Europäische Sumpfschildkröte**



- *Epidalea calamita* **Kreuzkröte**
- *Hyla molleri* **Iberische Laubfrosch**
- *Lacerta schreiberi* **Iberische Smaragdeidechse**
- *Lissotriton boscai* **Spanische Wassermolch**
- *Malpolon monspessulanus* **Westliche Eidechsennatter**
- *Mauremys leprosa* **Maurische Bachschildkröte**
- *Psammmodromus algirus* **Algerische Sandläufer**
- *Rhinechis scalaris* **Treppennatter**
- *Salamandra* **Feuersalamander**
- *Tarentola mauritanica* **Mauergecko**
- *Timon lepidus* **Perleidechse**
- *Triturus marmoratus* **Marmormolch**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**

FISCHE

- *Achondrostoma arcasii* **Achondrostoma arcasi**
- *Cobitis calderoni* **Cobitis calderoni**
- *Esox lucius* **Hecht**
- *Gambusia holbrooki* **Östliche Moskitofisch**
- *Iberochondrostoma lemmingii* **Iberochondrostoma lemmingii**
- *Iberocypris alburnoides*
- *Luciobarbus bocagei* **Flussbarbe**
- *Pseudochondrostoma duriensis*
- *Squalius alburnoides* **Laube**

INVERTEBRATEN

- *Empusa pennata* **Haubenfangschrecke**
- *Inachis io* **Tagpfauenauge**

ARRIBES DEL DUERO FLORA

WÄLDER

- *Cytisus scoparius* **Besenginster**
- *Cytisus striatus* **Ginster**
- *Erica ciliaris* **Heide**
- *Erica tetralix* **Glocken-Heide**
- *Genista anglica* **Englische Ginster**
- *Genista micrantha* **Ginster**

AUWALD

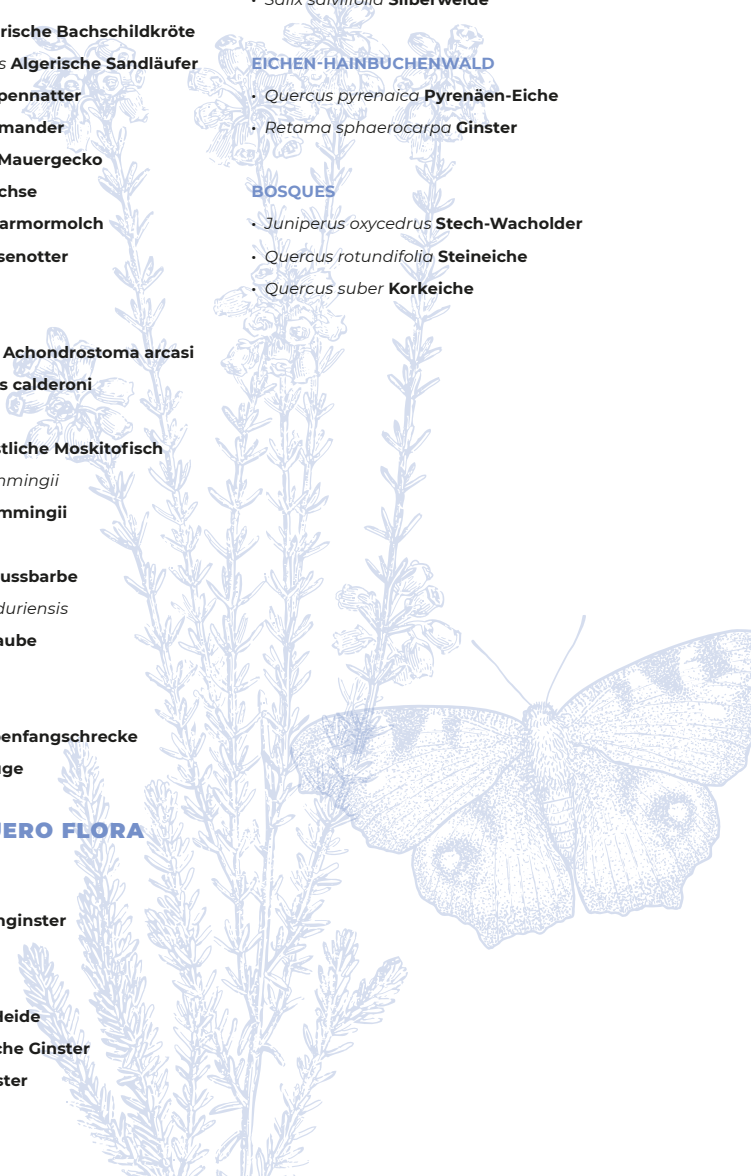
- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Celtis australis* **suedlicher Zuergelbaum**
- *Fraxinus angustifolia* **Schmalblättrige Esche**
- *Fraxinus excelsior* **Esche**
- *Salix salviifolia* **Silberweide**

EICHEN-HAINBUCHENWALD

- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**
- *Retama sphaerocarpa* **Ginster**

BOSQUES

- *Juniperus oxycedrus* **Stech-Wacholder**
- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**
- *Quercus suber* **Korkeiche**



DOURO INTERNACIONAL



Der Naturpark Douro Internacional, mit 85 Tausend Hektar, ist ein abgelegenes Gebiet, das sowohl durch seinen unwirtlichen Charakter, als auch durch seine eigene natürliche Schönheit beeindruckt. Mit seiner harten Großartigkeit, seinen dramatischen und zerklüfteten Linien schützt er ein überraschendes Naturerbe, aber nicht einmal die tiefen Gewässer des Douro können ihn von seinem spanischen "Bruder" trennen.

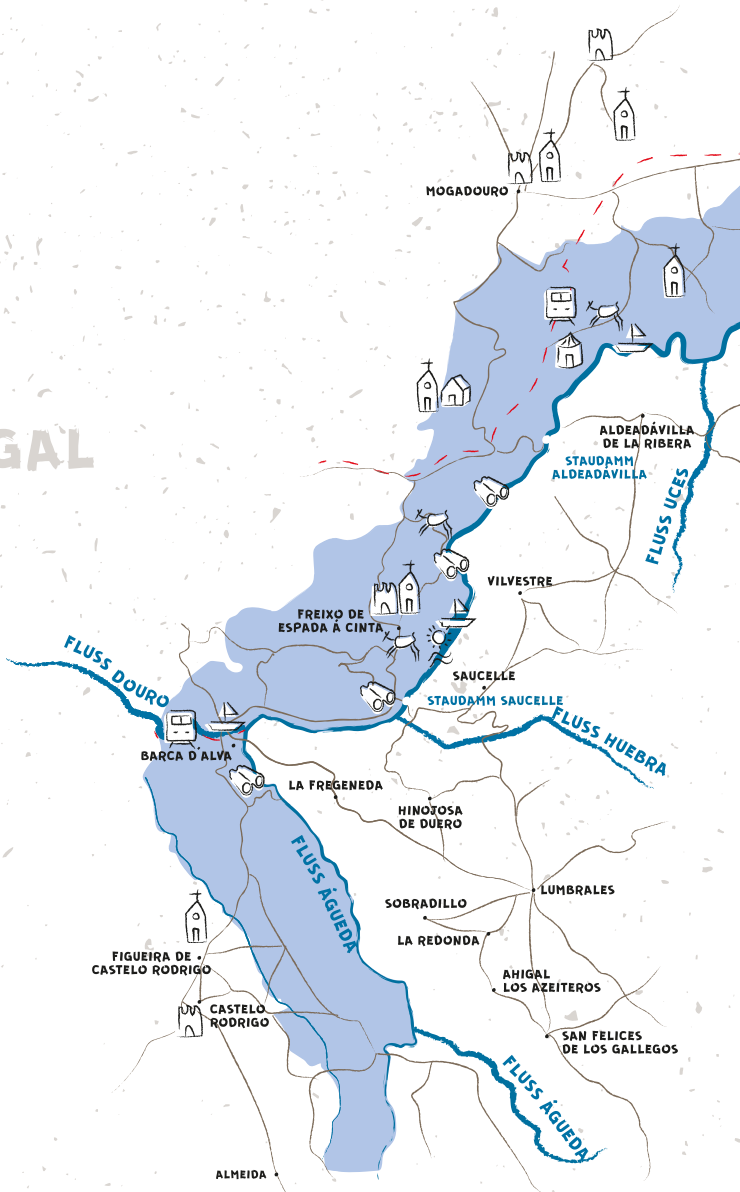
Dieser Park ist ein ausgedehntes Gebiet, das über 122 km der Grenzlinie zwischen Portugal und Spanien folgt, von Miranda do Douro im Norden bis Figueira de Castelo Rodrigo im Süden.

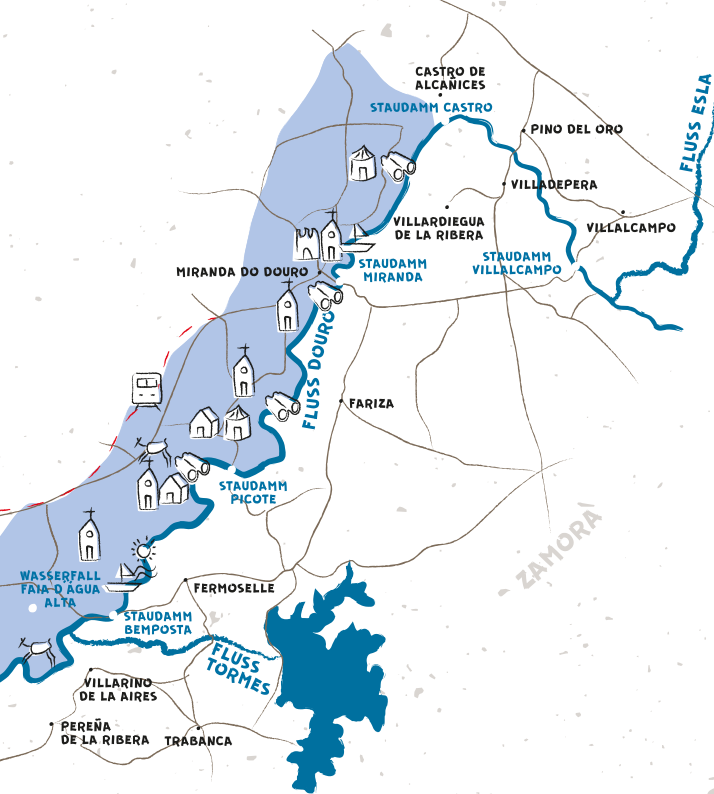
Der Douro Internacional ist einzigartig im portugiesischen Kontext für seine monumentalen und weitläufigen Schluchten, die den großen Fluss zu zähmen und zu besänftigen scheinen und nicht auch von ihm selbst entworfen wurden.

Die überwältigenden Landschaften, die reiche Fauna, die Wege und Aussichtspunkte zum Verblüffen, die Pflanzenwelt und die landwirtschaftliche Nutzung des Plateaugebiets sind eine verlockende Herausforderung für Naturtouristen.



PORTUGAL





SPANIEN

- | | | | |
|---|--------------------------|---|---------------------|
|  | AUSSICHTSPUNKTE |  | RELIGIÖSE DENKMÄLER |
|  | FLUSSUFERSTRÄNDE |  | BAHNHÖFE |
|  | DÖRFER |  | WALLBURGEN |
|  | SCHLÖSSER/FESTUNGEN |  | KREUZFAHRTEN/KAIS |
|  | ARCHÄOLOGISCHE ÜBERRESTE | | |





Kathedrale
Miranda do Douro

Weiter weg von den imposanten und unzugänglichen Klippen besiedelte der Mensch die weicheren Gebiete, einige Terrassenflächen und die umliegenden Täler.

Die Reise durch den Douro ist auch die Entdeckung einer uralten menschlichen Präsenz, mit uralten Traditionen, die sich in der Gastronomie, dem Kunsthandwerk, der Landwirtschaft, der Musik, dem Glauben und den einheimischen Rassen manifestieren.

STÄDTE, GEMEINDEN UND DÖRFER

Miranda do Douro ist eine Grenzstadt mit einer starken Persönlichkeit, stolz, mit leutseligen Gemeinden, aber auch widerstandsfähig. Geburtsort der zweiten offiziellen Sprache Portugals, dem Mirandês, ist Miranda do Douro ein Land mit einzigartigen Traditionen, mit einer Geschichte des Kampfes und der Behauptung und einer althergebrachten Kultur.

Die Kathedrale von Miranda, die das Profil der Stadt dominiert und die Douro-Schlucht überblickt, ist eines der schönsten Monumente im Norden Portugals. Das im 16. Jahrhundert erbaute Gebäude hat eine imposante, symmetrische Fassade, die von zwei monumentalen Türmen flankiert wird. Die Kathedrale ist im manieristischen Stil gehalten, weist aber auch einige Renaissance-Elemente auf. Im Inneren stehen das Altarbild der Kapelle mit Hochaltar und das Chorgestühl des Coro do Cabido der Kathedrale hervor.

Auf der Rückseite des Doms befinden sich die Ruinen des bischöflichen Palastes, die Arkade des Kreuzgangs mit ihren niedrigen Bögen und die Eingangstür, an der die Namen der Bischöfe eingemeißelt sind.

In der Nähe befindet sich die Praça D. João III, der einzige Platz in dieser Altstadt, der einige der wichtigsten Gebäude der Stadt beherbergt - das Museu da Terra de Miranda, ein Zeugnis der Lebensweise auf der Hochebene von Miranda, die Paços do Concelho und das Solar dos Ordazes.

Von der Burg Miranda aus dem 13. Jahrhundert sind noch einige sehenswerte Elemente erhalten, wie z.B. ein Teil des



Bergfrieds, des Platzes und verschiedener Mauern, die eine heftige Explosion der Waffenkammer im Jahre 1762 überstanden haben.

Neben dieser Burg gibt es auch Teile der vorromanischen Mauer und Festung, die während der christlichen Rückeroberung errichtet wurden und die heute als die am besten erhaltenen mittelalterlichen Mauern des gesamten nordöstlichen Trás-os-Montes gelten.

Neben den Kirchen aus dem 16. Jahrhundert, wie der Misericórdia oder Santa Cruz, gibt es in Miranda noch einige Häuser und typische Straßen, die einen Besuch wert sind.

Gegenwärtig ist der Miranda-Staudamm eines der Elemente

↑
Burg von
Mogadouro

κ
Torre do Galo,
Freixo de Espada
à Cinta



von größter lokaler Anziehungskraft, nicht zuletzt wegen der Auswirkungen, die er auf die Landschaft der Klippen hatte.

In seinen Dörfern gibt es viele interessante Elemente, wie das Zentrum für die Wertschätzung des Burro von Miranda, in Atenor, prähistorische Überreste, Festungen, Elemente der römischen Präsenz, typische Häuser oder Kirchen wie in Aldeia Nova, Picote, Genísio, Malhadas, Palaçoulo oder Póvoa.

Mirandas Nachbar, **Mogadouro**, ist eine angenehme Stadt, eingebettet zwischen den Schluchten des Douro und dem Sabor-Tal. Im Zentrum des Dorfes ist ein relevantes Patrimonium erhalten, mit Burg, Matriz-Kirche, Misericórdia-Kirche, Pranger, Solar dos Pegados und S. Francisco-Kloster.

Die Burg von Mogadouro wurde in den Anfängen der Nationalität erbaut, um das Gebiet vor dem Ansturm von Leon und den Moslems zu verteidigen, und der Bergfried wurde von den Templern im 12. Jahrhundert erbaut. Bis zum 14. Jahrhundert wurden mehrere gotische Elemente an das Gebäude angefügt, das zur Residenz der bedeutenden Familie Távora werden sollte.

Im Zentrum können Sie auch die Kirche S. Francisco aus dem 16. Jahrhundert bewundern, die neben dem Kloster erbaut wurde, die Kirchen Misericórdia mit ihrem Renaissanceportal und die dreischiffige Hauptkirche mit einem gotischen gewölbten Chor und vergoldeten geschnitzten Altarbildern.

Aber das wichtigste Erbe von Mogadouro verteilt sich auch auf seine Gemeinden, die Kirche von Travanca, von Bemposta, die romanische Kirche von Algosinho, die romanische Kirche und der Pranger von Azinhoso, Monópetro S. Gonçalo (ein einzigartiges Werk auf der gesamten Halbinsel im Barockstil) und die Burg von Penas Roias.

Umgeben von grünen Bergen liegt das Dorf **Freixo de Espada à Cinta**. Es wird erzählt, dass sich ein Ritter im Schatten einer Esche ausruhte, nachdem er sein Schwert an den Baum gehängt hatte. Heute steht neben der Matriz-Kirche eine Esche, die einen starken Eisengürtel mit einem Schwert trägt.

Das bürgerliche Zentrum dieser kleinen Stadt ist die Praça Jorge Álvares mit den wichtigsten Monumenten des Dorfes und dem bewundernswerten Torre do Galo, einem der schönsten der Halbinsel. Der Turm trägt an der Fassade das Stadtwappen und eine vorspringende Brüstung mit einem burgundischen Spitzbogen. Auf der Terrasse erhebt sich der später errichtete

Uhrenturm, von dem die Bezeichnung Torre do Galo stammt. Daneben befindet sich die Mutterkirche, ein bemerkenswertes Beispiel des manuelinischen Stils, leicht zu erkennen an ihrem schönen und eleganten Portal. Im dreischiffigen Innenraum mangelt es nicht an filigranen und faszinierenden Elementen.

Im gesamten Gebäude sind manuelinische Details zu bewundern, wie z.B. der schöne Pranger vor dem Paços do Concelho, oder in Fensterläden und Fenstern.

Die Gemeinde beherbergt die bedeutenden Felszeichnungen von Mazouco, eine Schieferwand mit zwei Tafeln, die von einer herrlichen Landschaft umgeben sind und das erste in Europa identifizierte Beispiel für Freiluft-Felskunst aus dem Oberpaläolithikum darstellen.

Am Südufer des Douro liegt **Figueira de Castelo Rodrigo**, ein kleines und altes Dorf, das ein historisches Erbe von einzigartiger Schönheit bewahrt, bestehend aus Kirchen, Schlössern, Pranger und Brücken.

Um das Erbe dieser Region zu würdigen, ist es wichtig, ihre Dörfer zu besuchen. Hervorzuheben ist das historische und monumentale Dorf Castelo Rodrigo, das durch die Harmonie seiner Formen, die Schattierungen und die Authentizität seines Materials verzaubert. Der Turm des Schlosses erhebt sich hoch über die Häuser. Mit Ursprüngen in der Zeit der Reconquista (Zurückeroberung), von der noch die gewölbten Türen erhalten sind, erfuhr die Burg im 13. Jahrhundert Veränderungen, wie die Hinzufügung des Balkons, des viereckigen Türmchens und spätere Umbauten im 16. Jahrhundert, sichtbar an den Eingängen zur Rua da Cadeia. Die Mauern, die das Dorf schützen und wahrscheinlich vor der Nationalität gebaut wurden, basieren auf halbkreisförmigen Feldern und erinnern an Avila.

Aus dem außergewöhnlichen Erbe dieses Dorfes ragen auch die Ruinen des Palastes von Cristóvão de Moura heraus, sowie die mittelalterliche Zisterne, die einen Eingang im gotischen Stil mit einem anderen arabischen Einfluss kombiniert, ein Pranger aus dem fünften Jahrhundert und die Mutterkirche, die sich im Übergang von der Romanik zur Gotik befindet.

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Der Naturpark Douro Internacional ist ein privilegiertes Ziel für einen Tourismus der intensiven Erfahrungen, des Eintauchens in einzigartige kulturelle Umgebungen, des Lernens, der Verbundenheit mit den natürlichen Werten, des Blendens mit der Intensität und Monumentalität seiner Landschaften, des Genießens seiner Abgeschiedenheit und des Verkostens der Geschmäcker der Produkte einer weisen Beziehung der Gemeinden mit dem Land.

Miranda do Douro und Mogadouro sind auch Teil der Terra Fria Transmontana Route, die die fünf Gemeinden dieser nord-östlichen Region durchquert. Wir sprechen darüber in dem Kapitel, das Montesinho gewidmet ist (siehe Seite 137).

Um den Douro in seiner ganzen Pracht zu genießen und einige der bemerkenswertesten Vögel zu beobachten, die dieses Land bewohnen, müssen Sie die vielen Aussichtspunkte besuchen, die die Natur geschaffen hat.

Der Miradouro de Penhas das Torres in Portugals östlichster Stadt, Paradela, bietet einen der kühnsten Ausblicke auf den Fluss und seine Schluchten, wenn er seine Reise in Portugal beginnt.

8 km von Miranda do Douro entfernt, liegt der Miradouro de São João das Arribas in Aldeia Nova und bietet seinen Besuchern die Kulisse des Douro zwischen steilen Klippen. In der Nähe dieses Aussichtspunktes befinden sich ein Fort und die Kapelle, die São João gewidmet ist. Der Miradouro de Vale da Águia, neben einem Fort, bietet einen direkten Panoramablick auf den Fluss an einer Stelle, an der sein Lauf die Richtung ändert und einen gewaltigen Einschnitt in die Granitlandschaft bildet.

In Miranda do Douro kann man in der Nähe der Sé-Kathedrale am besten den Durchgang des Flusses durch die Stadt und die gelblichen Flechtenfelsen bewundern, die durch menschliche Arbeit herausgeschnitten worden zu sein scheinen. Die mysteriöse "2", die auf der "Fraga Amarela", am spanischen Ufer, direkt vor der Stadt Miranda do Douro, eingraviert ist, zieht die Neugier der Besucher an, angetrieben von Legenden und verschiedenen Erklärungen für dieses Phänomen.

Im Süden gibt es viele ausgezeichnete Orte, um den Douro zu betrachten. Miradouro da Freixiosa, Fraga do Puio, im Dorf Picote, wo der Fluss eine eigenartige Kurve macht und von großer Bedeutung wegen der Felsritzungen ist. Miradouro de Picões, 2 km vom Dorf Peredo de Bemposta entfernt, Miradouro do Colado, Mazouco, in Freixo de Espada à Cinta, wo Gravuren aus der Altsteinzeit erhalten sind und der einen anderen Blick als die vorherigen bietet auf ein offeneres Tal mit größerer Vielfalt.

Immer noch in Freixo, erfordert Penedo Durão, mit Blick auf den Staudamm von Saucelle und die Mündung des Flusses Huebra, einen Halt, denn es ist einer der häufigsten Orte, um emblematische Vögel wie den Gänsegeier, den Bussard oder den Schwarzstorch zu sichten.

Im Süden, in der Gemeinde Figueira de Castelo Rodrigo, bietet der Miradouro da Sapinha einen Panoramablick über die Übergangszone von der kastilischen Hochebene zu den grünen Hängen der Flüsse Douro und Águeda.

Neben dem Douro liegt Barca D'Alva, ein kleines und ruhiges Dorf, das mit der Eisenbahn und den hervorragenden landwirtschaftlichen Produkten dieses herrlichen Tals wuchs. Von hier aus führte die Bahnlinie weiter nach La Fregeneda auf der spanischen Seite, wodurch die Douro-Linie zu einer internationalen Verbindung wurde. Heute ist es der Ankunftsort für Kreuzfahrten, die den Douro hinauffahren.

Im Douro Internacional ist besonders der Wasserfall Faia da Água Alta in Mogadouro zu erwähnen, der eine Höhe von 60 m erreicht.

Die Bootsfahrten auf dem Fluss sind eine der begehrtesten Möglichkeiten, den Douro zwischen den Klippen kennenzulernen und zu spüren. Von der Anlegestelle Miranda do Douro startet eine umweltfreundliche Kreuzfahrt flussaufwärts, die eine besondere Besichtigung durch die Flussschlucht ermöglicht.

In Freixo de Espada à Cinta werden auch Bootsfahrten auf dem durch den Saucelle-Staudamm geschaffenen Stausee zwischen dem Strand von Cogida in Portugal und dem spanischen Strand von La Code angeboten.

Auch das kulturelle Angebot ist umfangreich. Zwischen kleinen Museen, Interpretationszentren, typischen Geschäften, ländlichem Tourismus, historischen Dörfern und Restaurants, die die traditionellen Werte und die Produkte des Landes unterstreichen, haben Besucher ein intensives und bemerkenswertes Erlebnis in Gemeinden mit uralten Wurzeln.

→
Umwelt-Kreuzfahrt,
Miranda do Douro



NATURBEOBACHTUNG

DOURO INTERNACIONAL FAUNA

SÄUGETIERE

- *Canis lupus signatus* **Iberische Wolf**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Felis silvestris* **Wildkatze**
- *Lutra lutra* **Fischotter**
- *Microtus cabreræ* **Cabreras Wühlmaus**
- *Miniopterus schreibersi* **LangflügelFledermaus**
- *Myotis blythii* **MausohrFledermaus**
- *Myotis myotis* **Große Mausohr**
- *Rhinolophus euryale* **Mittelmeer-Hufeisennase**
- *Rhinolophus ferrumequinum* **Große Hufeisennase**
- *Rhinolophus hipposideros* **Kleine Hufeisennase**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**

VÖGEL

- *Accipiter gentilis* **Habicht**
- *Accipiter nisus* **Sperber**
- *Alcedo atthis* **Eisvogel**
- *Anthus campestris* **Brachpieper**
- *Apus melba* **Alpensegler**
- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Aquila fasciata* **Habichtsadler**
- *Aquila pennata* **Zwergadler**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Burhinus oedicephalus* **Triel**
- *Calandrella brachydactyla* **Baumpieper**
- *Caprimulgus ruficollis* **Rothals-Ziegenmelker**
- *Charadrius dubius* **Rothals-Ziegenmelker**
- *Chersophilus duponti* **Dupontierle**
- *Ciconia ciconia* **Weißstorch**
- *Ciconia nigra* **Schwarzstorch**
- *Circaetus gallicus* **Schlangenadler**
- *Circus cyaneus* **Kornweihe**

- *Circus pygargus* **Wiesenweihe**
- *Clamator glandarius* **Häherkuckuck**
- *Coracias garrulus* **Blauracke**
- *Dendrocopos minor* **Kleinspecht**
- *Elanus caeruleus* **Gleitaar**
- *Emberiza hortulana* **Ortolan**
- *Falco columbarius* **Merlin**
- *Falco naumanni* **Rötelfalke**
- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**
- *Falco subbuteo* **Baumfalke**
- *Galerida theklae* **Theklalerche**
- *Cypselurus fulvus* **Gänsegeier**
- *Hirundo daurica* **Rötelschwalbe**
- *Lullula arborea* **Heidelerche**
- *Melanocorypha calandra* **Kalanderlerche**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Milvus milvus* **Rotmilan**
- *Monticola solitarius* **Blaumerle**
- *Neophron percnopterus* **Schmutzgeier**
- *Oenanthe leucura* **Trauersteinschnäpper**
- *Pandion haliaetus* **Fischadler**
- *Phalacrocorax carbo* **Kormoran**
- *Pernis apivorus* **Wespenbussard**
- *Phoenicurus phoenicurus* **Gartenrotschwanz**
- *Pyrrhocorax pyrrhocorax* **Alpenkrähe**
- *Sylvia undata* **Samtkopf-Grasmücke**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Alytes cisternasii* **Iberische Geburtshelferkröte**
- *Emys orbicularis* **Europäische Sumpfschildkröte**
- *Mauremys leprosa* **Maurische Bachschildkröte**
- *Chalcides bedriagai* **Iberische Walzenskink**
- *Discoglossus galganoi* **Iberische Scheibenzüngler**
- *Lissotriton boscai* **Spanische Wassermolch**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**



FISCHE

- *Achondrostoma arcasi* **Achondrostoma arcasi**
- *Cobitis calderoni* **Cobitis calderoni**
- *Esox lucius* **Hecht**
- *Gambusia holbrooki* **Östliche Moskitofisch**
- *Luciobarbus bocagei* **Flussbarbe**
- *Iberochondrostoma lemmingii*
Iberochondrostoma lemmingii
- *Pseudochondrostoma duriensis*
- *Squalius alburnoides*
- *Squalius carolitertii*

INVERTEBRATEN

- *Callimorpha quadripunctaria*

DOURO INTERNACIONAL FLORA

WÄLDER

- *Cytisus scoparius* **Besenginster**
- *Cytisus striatus* **Ginster**
- *Erica ciliaris* **Heide**
- *Erica tetralix* **Glocken-Heide**
- *Genista anglica* **Englische Ginster**
- *Genista micrantha* **Ginster**

UFERWALD

- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Andryala ragusina*
- *Aphyllanthes monspeliensis* **Binsenlilie**
- *Celtis australis* **suedlicher Zuergelbaum**
- *Fraxinus angustifolia* **Schmalblättrige Esche**
- *Fraxinus excelsior* **Gemeine Esche**
- *Globularia vulgaris*
- *Isatis platyloba*
- *Linaria coutinhoi*
- *Narcissus jonquilla*
- *Petrorhagia saxifraga*
- *Populus nigra* var. *betulifolia* **Pappel**
- *Ranunculus peltatus* **Schild-Wasserhahnenfuß**

- *Salix salvifolia* **Weide**
- *Silene boryii* subsp. *duriensis*
- *Stipa lagascae*
- *Tamarix africana* **Afrikanische Tamariske**

EDEMISCHER HOCHWALD (HÄNGEN)

- *Juniperus oxycedrus* **Stech-Wacholder**
- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**

HOCHEBENE

- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**
- *Quercus suber* **Korkeiche**

VALE DO TUA



Der regionale Naturpark Vale do Tua umfasst eine Fläche von 25.000 Hektar und ist Teil des Biosphärenreservats Meseta Ibérica, in den Gemeinden Vila Flor, Carraceda de Ansiães und Mirandela. Der Fluss Tua bestimmt sein Profil und ist die Seele dieses Parks, der sich, nachdem er sich durch die Terra Quente Transmontana geschlängelt hat, verengt und sich seinen Weg durch imposante Granitwände bahnt, bis er den Douro erreicht.

Heute, kurz vor diesem Treffen, erhebt sich der Damm an der Mündung des Tua, der ein gigantischen Wasserspiegel erzeugt, der Hänge bedeckt und die Strömungen beruhigt hat.

Es ist ein Park mit großer natürlicher und landschaftlicher Vielfalt, in dem man den Übergang vom frei fließenden Fluss, der aufgewühlt ist und seine Stimmungen ändert, zum großen See bewundern kann, der sich in einem grandiosen Fluss zwischen langen Tälern aufdrängt.

Dieses Gebiet befindet sich an einem Treffpunkt zwischen kontinentalen und mediterranen Einflüssen, zwischen den



PORTUGAL



AUSSICHTSPUNKTE



RELIGIÖSE
DENKMÄLER



FLUSSUFERSTRÄNDE



BRÜCKEN



DÖRFER



DOLMEN



SCHLÖSSER/FESTUNGEN



KREUZFAHRTEN/KAIS



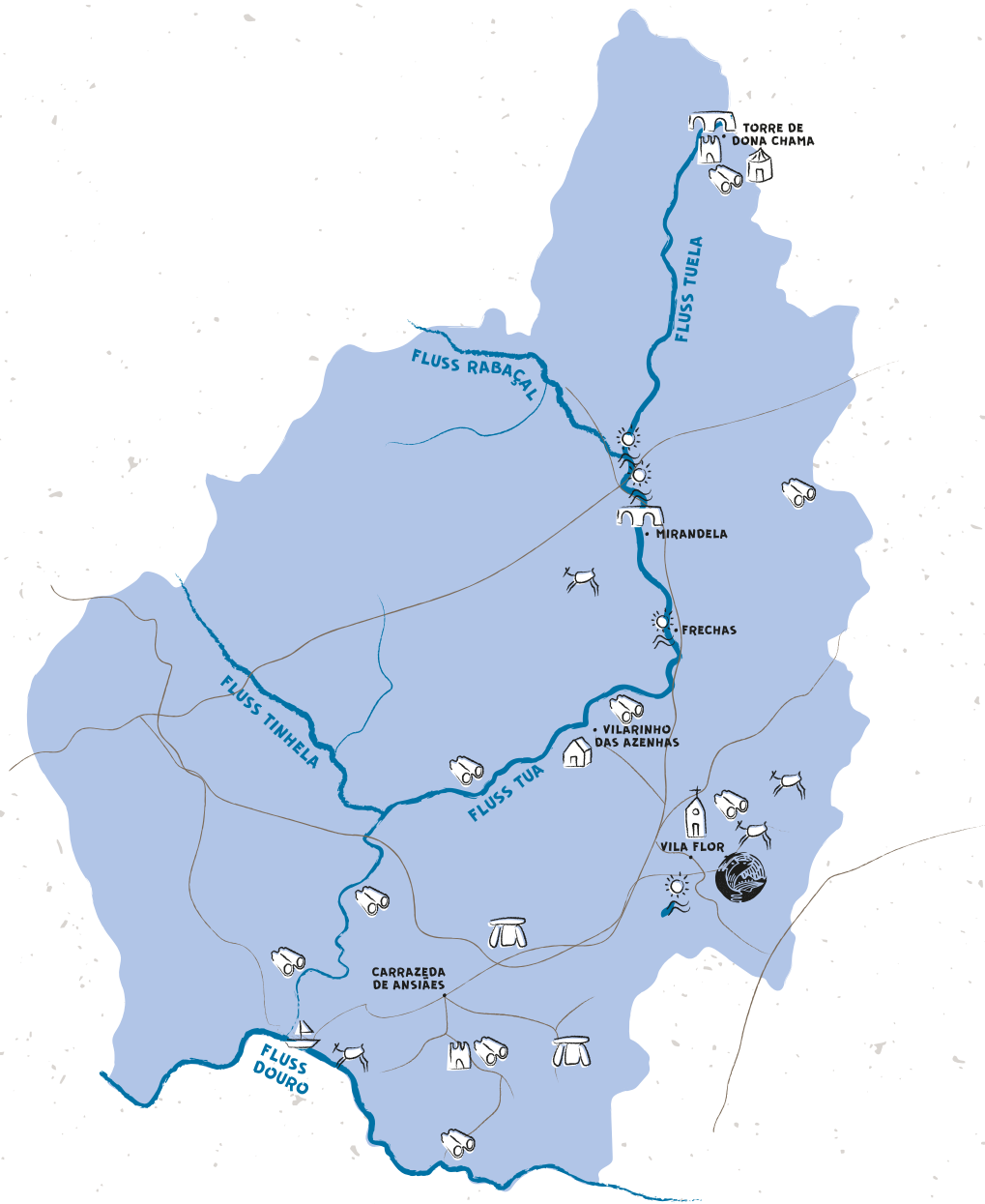
ARCHÄOLOGISCHE
ÜBERRESTE



WALLBURGEN



RBTMI
INTERPRETATIONSZENTRUM



graziösen Hochebenen und den ungestümen und rauen, von Flüssen und Bächen durchschnittenen Tälern.

Die Region bewahrt ein umfangreiches kulturelles Erbe, mit Spuren, Werten, Praktiken, Konstruktionen und überlieferten Traditionen, die eine lange und tiefe Beziehung der Symbiose der Gemeinden mit der natürlichen Umgebung zeigen. Es gibt ein Erbe von Ritualen, Ausdrücken, Wallburge, Steinritzungen, Tierskulturen ("berrões"), Dokumenten und landwirtschaftlichen und pastoralen Praktiken, die ein vom Menschen besetztes und verstandenes Territorium offenbaren, aber auch den Charakter und die Weisheit dieser Menschen, die über Jahrhunderte geprägt wurden.

Das Gebiet verfügt über eine Reihe von Mikroservaten mit einzigartigen Lebensräumen von außergewöhnlicher Artenvielfalt. Die Entdeckung der Region beinhaltet das Aufsuchen dieser Räume und ihrer Umwelt- und Naturbesonderheiten.



STÄDTE, GEMEINDEN UND DÖRFER

Mirandela ist eine lichtdurchflutete, warme und einladende Stadt, umgeben von sanften Hügeln, die von Oliven- und Getreidefeldern durchzogen sind, die im Laufe des Jahres ihren Farbton ändern.

Der Wasserspiegel des Flusses Tua ist ein zentrales Element in dieser Stadt, mit einem Wasserstrahl, der den Fluss in einen riesigen Springbrunnen zu verwandeln scheint und der außergewöhnlichen 17-Bogen-Brücke, Ex-Libris der Stadt, die im 16. Jahrhundert erbaut wurde und heute nur noch als Fußgängerzone dient.

Im höchsten Teil der Stadt dominiert der Paço dos Távoras, der im 17. Jahrhundert wieder aufgebaut wurde und einen einzigartigen Blick auf den Tua bietet. Die Fassade ist typisch barock, mit üppiger Verzierung und einem dreistöckigen Mittelteil.

Die lange Geschichte der menschlichen Anwesenheit im Landkreis hat zahlreiche materielle Zeugnisse von Religiosität, Arbeit, Adel und Beherrschung der natürlichen Elemente hinterlassen.

Von der vorrömischen Präsenz gibt es wichtige Zeugnisse in der Felsenunterkunft von Regato das Bouças, in Monte dos Passos und in den Forts São Brás und São Juzende.

Aus jüngeren Epochen bewahren die Dörfer des Landkreises ein relevantes Erbe - Frechas, eine Gemeinde, die noch Zeugnisse ihrer mittelalterlichen Bedeutung aufweist, Romeu, berühmt für die Geschichte des gleichnamigen Bauernhofs, Avantos mit der Kirche Santo André aus dem 16. Jahrhundert und Guide, das mit einem Altarbild in vergoldeter Holzschnitzerei in der Kirche São Mamede überrascht.

Vila Flor ist eine Gemeinde mit bewundernswert zarten Landschaften, mit Weinbergen und Olivenbäumen, aber auch mit historischem Erbe.

An verschiedenen Stellen im Landkreis wurden Spuren von Felskunst gefunden, wie in Cova da Moura oder der in Vale Frechoso geschnitzte Fuchs, aber die faszinierendsten Funde ereigneten sich in Vilas Boas, aus der Eisenzeit, und umfassen eine zoomorphe Skulptur von 1,51 m Länge und einen außergewöhnlichen Gold-Torques.

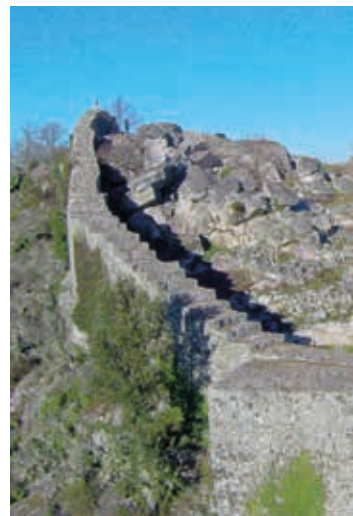


Bereits in der Vila ist die dem São Bartolomeu geweihte Matriz-Kirche aus dem 18. Jahrhundert ein imposanter Barockbau, mit einigen Anklängen an den Manierismus.

Aber es ist die bemerkenswerte Reihe von schönen Herrenhäusern, die Vila Flor noch bezaubernder machen, wo unter anderem das Herrenhaus von Aguilares hervorsticht, das im zwanzigsten Jahrhundert auf den ursprünglichen Spuren, die auf das dreizehnte Jahrhundert zurückgehen, wieder aufgebaut wurde, das Herrenhaus des Vicomte von Lemos, aus dem neunzehnten Jahrhundert, und vor allem das außergewöhnliche Herrenhaus von Lemos, ein Juwel der Transmontana-Architektur, das wichtigste zivile Denkmal der Joanina-Kunst. Nicht verpassen sollte man auch das Museum Vila Flor, in dem prähistorische Relikte ausgestellt sind, die in der Region gefunden wurden. In dieser Gemeinde befindet sich ein Interpretationszentrum der RBTMI.

Carrazeda de Ansiães ist die Gemeinde, die im äußersten Südwesten des Biosphärenreservats liegt, wo der Tua in den Douro übergeht. Die Granite dominieren diese Region, die von Flüssen und rauschenden Bächen geprägt ist und in der es seit prähistorischen Zeiten viele Spuren menschlicher Anwesenheit gibt.

Der Cachão da Rapa, am Fluss Douro gelegen, datiert zwischen dem Chalkolithikum und der Bronzezeit, ist eine der wichtigsten Stätten prähistorischer Felsmalerei in Portugal, auf einer über 4 Meter großen Granittafel.





Anta de Zedes



Burg und Mauern
von Ansiães

Unter den megalithischen Konstruktionen stechen die Anta de Zedes, lokal bekannt als Casa da Moura, und die Anta de Vilarinho da Castanheira, auch bekannt als Pala da Moura, hervor.

Die Burg und die ummauerte Stadt Ansiães, in der Gemeinde Selores, ist ein einzigartiger Raum, der einen Panoramablick auf die lange Geschichte der Gemeinden in diesem Gebiet ermöglicht. An einem Ort mit hervorragenden natürlichen Verteidigungsbedingungen gehen die ersten Strukturen auf das 3. Jahrtausend v. Chr. zurück. Die Araber haben die Siedlung zwar ummauert, aber erst in der Zeit der Wiedereroberung erlangte das Gebiet besondere Bedeutung, und die Ummauerung wuchs bis ins 15. Jahrhundert.

Der höchste Teil dieses Raumes wird durch das ovale Schloss mit fünf Türmchen definiert. Das städtische Gebiet mit kleinen Quartieren wurde durch eine zweite Mauerlinie mit einer Ausdehnung von mehr als 600 m geschützt.

Die bemerkenswerte Kirche S. Salvador de Ansiães, die sich im Inneren befindet, stammt wahrscheinlich aus dem 12. Jahrhundert. Außerhalb der Mauern befindet sich die Kirche S. João Baptista, die vorromanischen Ursprungs ist und wahrscheinlich im Spätmittelalter umgebaut wurde.

Ganz in der Nähe, in Lavandeira, befindet sich die Kirche Santa Eufémia mit einer Vorhalle aus 12 toskanischen Säulen und einer prächtigen Rokoko-Dekoration.

Carrazeda de Ansiães ist auch ein Landkreis mit kultureller Dynamik, die sich im Interpretationszentrum des Vale do Tua (CIVT), das den Beziehungen des Menschen mit dem Territorium gewidmet ist, im erstaunlichen Internationalen Skulpturenpark in Carrazeda de Ansiães, mit Werken von 12 Künstlern und, unter anderem, im Museum des ländlichen Gedächtnisses, über die Kultur und Praktiken im Landleben dieser Region äußert.

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Es gibt viele Routen, die man zu Fuß, mit dem Auto und/oder dem Fahrrad machen kann, aber die wichtigsten Routen sind



die Entdeckung des historischen Erbes der kleinen Dörfer und eines Naturparks von seltener Schönheit, mit Brücken, Pranger, Kirchen, Wallburgen, Aussichtspunkten, Burg, Häusern, Dolmen, Mandelbäumen, Olivenhainen, Gemüsegärten und Obstgärten.

Von Mirandela aus fahren Sie auf einer herrlichen Route, umgeben von Oliven- und Mandelbäumen, nach Frechas, Cachão und Vale da Sancha. Von Cachão nach Vilarinho das Azenhas geht es über einen der faszinierendsten Uferwege des Tuatals, der für Naturbeobachtungen und zum Angeln sehr beliebt ist. Von Vilarinho aus fahren Sie nach Vilas Boas, das ein interessantes Erbe, mit Wappen geschmückte Häuser, Überreste einer außergewöhnlichen Festung, einen Brunnen und ein Steinkreuz hat. Das nahegelegene Freixiel liegt in einem fruchtbaren Becken mit ausgeprägtem mediterranem Charakter und bewahrt ein bedeutendes historisches Erbe.

Wenn man weiter durch das Gebiet von Carrazeda de Ansiães fährt, kann man den Anta de Zedes bewundern, der am besten erhalten ist, aber auch eine sehr interessante historische und archäologische Reihe, die im ganzen Landkreis verstreut ist, sowie beeindruckende Landschaften sowohl des Douro als auch des Tua.

Auf dem Weg nach Castanheiro, einem Dorf mit typischen Gassen und Granitmauerwerk, können Sie Orte voller Geschichte und Traditionen entdecken, wie z.B. Linhares, während Sie die wildere Umgebung des Flusses Tua bewundern.

Der Abstieg an den sonnigen Hängen von Ribalonga folgt "den verschiedenen Etappen der Formung der Ackerböden und seiner bezaubernden Weinberge" (PNRVT).

Eines der wichtigsten Tore zu diesem Park befindet sich am Treffpunkt des Tua und des Douro: Der Zug der Douro-Linie, auch mit seinem "Historischen Zug", sowie die Flussmole locken die Besucher in ein Szenario, das zwischen dem Idyllischen und dem Kolossalen schwankt.

Durch die Route der Aussichtspunkte können Sie die atemberaubendsten Landschaften dieser Region sehen. Der Miradouro do Senhor da Boa Morte, der sich in einem religiösen Raum befindet, ist bezaubernd wegen der Aussicht, die er über die zerklüfteten Hänge des Flusses Tua bietet. In der Nähe ist der Miradouro Olhos do Tua einer der beeindruckendsten, mit einer Stahlkonstruktion, die den Kiel eines Bootes darstellt und über dem imposanten Wasserlauf schwebt, der durch den

→
Miradouro
Olhos do Tua,
Castanheiro
do Norte



Damm schiffbar gemacht wurde. Das de Selores, das sich am Burg von Ansiães befindet, erlaubt es Ihnen, eine Landschaft zu bewundern, die in das Douro-Tal hinabzustürzen scheint. Der Miradouro da Rota do Douro, in Beira Grande, mit Blick auf den Fluss, zeigt uns einige der illustren Bauernhöfe der Region.

Am Miradouro de São Brás, in Torre Dona Chama, spürt man die Verführung der weiten Hochebene und der Miradouro da Serra de Santa Comba beeindruckt mit der Blickweite von den Bergen von Trás-os-Montes bis zu denen von Kastilien.

In Abreiro erlaubt der Miradouro de Santa Catarina "einen Blick auf die landwirtschaftlich genutzten Hänge und ein Gefühl für die Mäander des Vale do Tua und der Eisenbahnlinie, die einen sehr eindrucksvollen natürlichen Reiz verleihen" (PNRVT).

In einer Region mit diesen Flussressourcen ziehen einige Strände wegen ihres klaren Wassers und ihrer landschaftlich reizvollen Umgebung Besucher an. In Mirandela gibt es besser zugängliche Strände, wie Quintas, Vale do Juncal, Maravilha und im Zentrum den Parque Dr. José Gama. In Vila Flor lädt der Stausee Peneireiro zum Baden oder zum Genießen der umliegenden Natur und des Spielplatzes ein.

Der Tua-Stausee kann nun mit Touristenbooten und, von Brunheda bis Mirandela, mit dem Touristenzug erkundet werden, der diesen kleinen Abschnitt der berühmten Tua-Linie wiederbelebt.

NATURBEOBACHTUNG

VALE DO TUA FAUNA

SÄUGETIERE

- *Barbastella barbastellus* **Mopsfledermaus**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Genetta genetta* **Kleinfleck-Ginsterkatze**
- *Hypsugo savii* **Alpenfledermaus**
- *Martes foina* **Steinmarder**
- *Meles meles* **Europäische Dachs**
- *Microtus cabrera* **Cabreras Wühlmaus**
- *Oryctolagus cuniculus* **Wildkaninchen**
- *Pipistrellus pygmaeus* **Mückenfledermaus**
- *Rhinolophus euryale* **Mittelmeer-Hufeisennase**
- *Rhinolophus hipposideros* **Kleine Hufeisennase**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**
- *Vulpes vulpes* **Rotfuchs**

VÖGEL

- *Acciper nisus* **Sperber**
- *Alcedo atthis* **Eisvogel**
- *Alectoris rufa* **Rothuhn**
- *Aquila fasciata* **Habichtsadler**
- *Aquila pennata* **Zwergadler**
- *Ardea cinerea* **Graureiher**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Buteo buteo* **Mäusebussard**
- *Caprimulgus europaeus* **Europäischer Ziegenmelker**
- *Circaetus gallicus* **Schlangenadler**
- *Dendrocopos major* **Buntspecht**
- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**
- *Falco tinnunculus* **Turmfalke**
- *Fringilla coelebs* **Buchfink**
- *Galemys pyrenaicus* **Toup Pyrenäen-Desman oder Almizclero**
- *Hirundo daurica* **Rötelschwalbe**

- *Merops apiaster* **Bienenfresser**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Milvus milvus* **Rotmilan**
- *Monticola solitarius* **Blaumerle**
- *Motacilla alba* **Bachstelze**
- *Motacilla cinerea* **Gebirgsstelze**
- *Neophron percnopterus* **Schmutzgeier**
- *Oenanthe leucura* **Trauersteinschmätzer**
- *Parus cristatus* **Haubenmeise**
- *Ptyonoprogne rupestris* **Felsenschwalbe**
- *Saxicola rubicola* **Schwarzkehlchen**
- *Sylvia melanocephala* **Samtkopf-Grasmücke**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Alytes cisternasii* **Iberische Geburtshelferkröte**
- *Bufo bufo* **Erdkröte**
- *Bufo calamita* **Kreuzkröte**
- *Coluber hippocrepis* **Hufeisennatter**
- *Discoglossus galganoi* **Iberische Scheibenzüngler**
- *Elaphe scalaris* **Treppennatter**
- *Lacerta lepida* **Perleidechse**
- *Mauremys leprosa* **Maurische Bachschildkröte**
- *Macroprotodon cucullatus* **Kapuzennatter**
- *Malpolon monspessulanus* **Westliche Eidechsenatter**
- *Natrix natrix* **Ringelnatter**
- *Psammodromus algirus* **Algerische Sandläufer**
- *Rana iberica* **Iberischer Frosch**
- *Salamandra salamandra* **Feuersalamander**
- *Tarentola mauritanica* **Mauergecko**
- *Triturus boscai* **Spanische Wassermolch**
- *Triturus marmoratus* **Marmormolch**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**

FISCHE

- *Cobitis calderoni* **Cobitis Calderoni**
- *Lampetra planeri* **Bachneunauge**

VALE DO TUA FLORA

WÄLDER

- *Cistus ladanifer* **Lack-Zistrose**
- *Lavandula stoechas* **Rosmarin**
- **Pflanzen der Gattung *Retama* Gelber Besen**

UFERWALD

- *Acer monspessulanum* **Felsenahorn**
- *Ulmus minor* **Ulmen**
- *Fraxinus angustifolia* **Schmalblättrige Esche**
- *Fraxinus excelsior* **Gemeine Esche**
- *Populus* **Pappel**
- *Salix salvifolia* **Weide**

EICHEN-HAINBUCHENWALD

- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**

BOSQUES

- *Antirrhinum graniticum*
- *Digitalis purpurea* subsp. *amandiana*
Engelstränen-Narzisse
- *Festuca duriotagana*
- *Holcus annuus* subsp. *duriensis*
- *Juniperus oxycedrus* **Stech-Wacholder**
- *Narcissus triandrus* **Engelstränen-Narzisse**
- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**
- *Quercus suber* **Korkeiche**
- *Scrophularia valdesii*



AZIBO E LAGOS DO SABOR



Im Herzen der Terra Quente Transmontana hat die Hand des Menschen eine neue Landschaft mit ruhigen Seen und langen Wasserarmen gestaltet, von denen jeder Besucher überzeugt ist, dass sie von Naturkräften geschaffen wurden. Wasserspiegel, die zwischen Bergen und Hügeln ruhen, ein Rückzugsgebiet für Tier- und Pflanzenarten, mit atemberaubenden Landschaften.

In einem Land mit rauen und heißen Sommern sind Azibo und die Lagos do Sabor zwei menschliche Werke, die den Lebensraum verändert haben. Zwei Wasserparadiese, kleine blaue Meere, im Inneren, die in der Lage sind, die Wirtschaft der Region in Symbiose mit der Biosphäre anzukurbeln. Ein enormes, vom Menschen gestaltetes touristisches Potenzial mit atemberaubenden Landschaften und Räumen zum Genießen der Umwelt, in Harmonie mit Dutzenden von Tier- und Pflanzenarten, die das Biosphärenreservat Meseta Ibérica auszeichnen.

Diese beiden Gebiete sind miteinander verbunden, da das Wasser des Azibo-Flusses nach dem Verlassen des Stausees in den Sabor-Fluss fließt, und an diesem Punkt beginnt die Abfolge der Seen, die durch Schluchten und Klippen miteinander verbunden sind.



PORTUGAL



AUSSICHTSPUNKTE



FLUSSUFERSTRÄNDE



DÖRFER



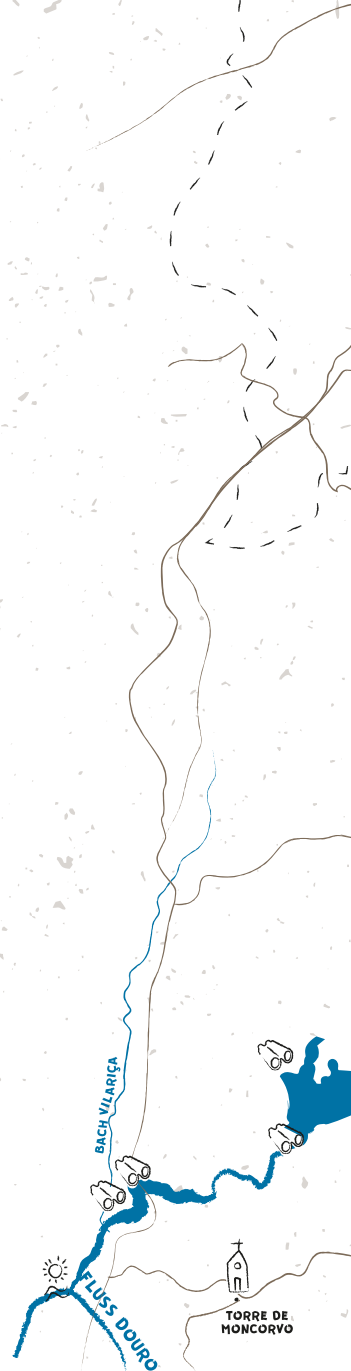
RELIGIÖSE
DENKMÄLER

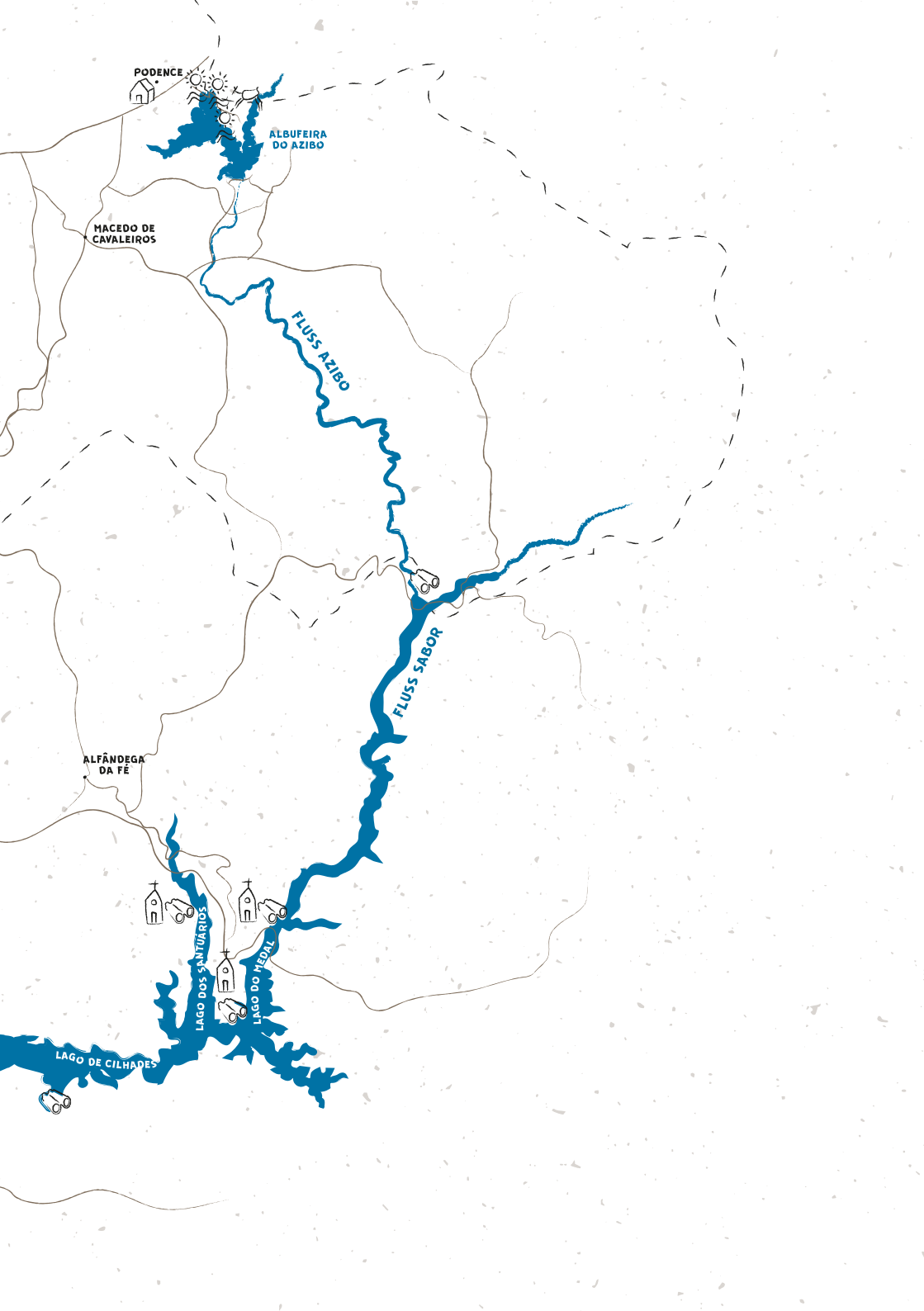


ARCHÄOLOGISCHE
ÜBERRESTE



GEOPARK





PODENCE

ALBUFEIRA DO AZIBO

MACEDO DE CAVALEIROS

FLUSS AZIBO

FLUSS SABOR

ALFÂNDEGA DA FÉ

LAGO DOS SANTUÁRIOS

LAGO DO MEDAL

LAGO DE CILHADES

ALBUFEIRA DO AZIBO

Der Azibo-Staudamm wurde in den 1970er Jahren gebaut, um Wasser für die landwirtschaftliche Bewässerung im Tal von Macedo de Cavaleiros und für den Haushaltsverbrauch bereitzustellen. Der Damm erhält Wasser aus dem Fluss Azibo und den Bächen Azibeiro und Reguengo und bildet einen ausgedehnten See, der von sanften Erhebungen umgeben ist und ein einzigartiges Ökosystem für Zugvögel darstellt.

Es ist diese Kombination aus landschaftlichen Werten und der Bedeutung des Erhalts von Wildtierarten, die zur Integration der Azibo-Landschaft in das Natura 2000-Netzwerk und zu ihrer Bestätigung als einer der Hauptanziehungspunkte für Touristen in der Region Nordeste Transmontano führte.

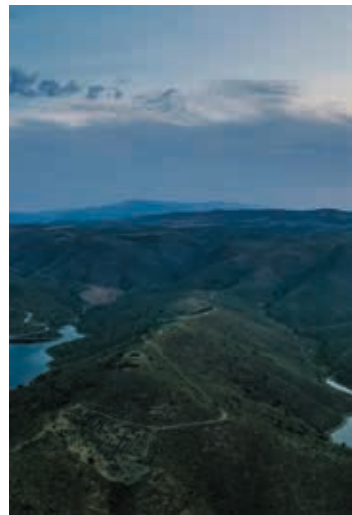
Die geschützte Landschaft des Albufeira do Azibo ist nun ein Naturgebiet, in dem einige der Ziele der Biosphärenreservate bekräftigt werden - wirtschaftliche Entwicklung auf der Grundlage natürlicher und kultureller Werte. Die Strände mit klarem Wasser ziehen Touristen an, die die Nähe zur Natur, zu Wanderwegen und Parks suchen, die vielfältige, in die natürliche Umgebung integrierte Freizeitaktivitäten ermöglichen. Azibo ist ein Ziel für diejenigen, die einen erlebnisreichen Besuch suchen, aber auch für spezialisierteren Tourismus, wie zum Beispiel Vogelbeobachtung.

Das Landschaftsschutzgebiet des Albufeira do Azibo vereint mediterrane und atlantische Flora, mit Eichen, Steineichen, Sümpfen, Olivenbäumen, Weinreben und Korkeichen sowie Bodenflora, in dem etwa anderthalb Dutzend Arten von spontanen Orchideen (ICNF) vorkommen.

Unter den Vögeln erscheint die Wiesenweihe (*Circus pygargus*) von März bis September und wird für ihre Tiefflüge und akrobatischen Manöver bewundert. Der Haubentaucher (*Podiceps cristatus*) ist das Exlibris dieser geschützten Landschaft, ebenso wie die "rastlosen Felsenschnepfen", Stockenten, Reiher, Kormorane und Flussregenpfeifer.



Lagos do Sabor



LAGOS DO SABOR

"Vom Staudamm Baixo Sabor bis zur Mündung des Azibo erstrecken sich 70 Kilometer mit großen Seen, die durch Schluchten und Felsen miteinander verbunden sind, ein wahres Heiligtum für die Tierwelt bilden und dem Besucher einen atemberaubend blauen Himmel und Horizont bieten" (Verband der Gemeinden von Baixo Sabor - AMBS).

Der Bau des Sabor-Staudamms beruhigte das Wasser dessen, was als "der letzte wilde Fluss Portugals" bekannt war, und schuf eine neue Reihe von Landschaften, die durch ihre Herrlichkeit und die ökologischen Werte, die Lebensräume bewahren, beeindruckt.

Ein Wasserparadies in einem Land mit heißen Sommern, ein Paradies für Wildtiere, mit einer Fauna und Flora, die die natürliche Identität dieser Region bekräftigt.

Der Stausee erstreckt sich über drei große Seen, Cilhades, Santuários und Medal, die durch engere, steile und gewundene Arme verbunden sind, die diese Landschaft noch prächtiger und überraschender machen.

Der Stausee hob das Wasser am Zusammenfluss von Azibo und Sabor an, wodurch ein breiterer Spiegel entstand. Zum



Douro hin öffnet er sich in einen See, den Medal See, der mit dem nächsten, dem Sanctuarios See, durch die Meerenge von Aguilhão verbunden ist. Der dritte See ist der See von Cilhades, der nach der Schlucht von Fraga do Fojo erscheint. Dieser ist der größte von allen und hat seinen Namen von einem verlassenen Dorf in der Gemeinde Torre de Moncorvo geerbt, das von den steigenden Wassermassen überflutet wurde.

Der Baixo Sabor wurde zu einem Gebiet von gemeinschaftlicher Bedeutung (SCI) und einem besonderen Schutzgebiet (SPA) für die Vogelwelt erklärt, und ein großer Teil der Hauptalfeira, der von Cilhades, ist Teil des Natura 2000 Netzwerks.

Die Schaffung der Marke Lagos do Sabor stellt eine klare Investition in das touristische Potenzial dieser Landschaft dar, die außergewöhnliche natürliche und kulturelle Werte vereint. Das Tor zu den Seen ist zweifellos der Douro, wo der Sabor zwischen Terrassen und Weinbergen fließt, nur 10 km vom Hauptdamm entfernt. Die Lagos do Sabor werden so als ein touristisches Ziel der Exzellenz bestätigt, das den Douro ergänzt.



↑
Flussstrand
von Ribeira,
Azibo

↗
Lagos do Sabor

WAS MAN UNTERNEHMEN KANN

Der Albufeira do Azibo ist einer der Räume, die den Geopark Terras de Cavaleiros integrieren, der die gesamte Gemeinde **Macedo de Cavaleiros** umfasst. Der 2014 von der UNESCO deklarierte Geopark vereint ein bewundernswertes und einzigartiges geologisches Erbe, kombiniert mit einer großen Biodiversität und einem starken historischen und kulturellen Erbe.

Das Maciço de Morais, dessen Hauptpunkt der Monte de Morais ist, ist die Hauptüberraschung dieses Gebietes, da es eine Reise in die Vergangenheit bietet. Bekannt als der "Nabel der Welt", ist es ein Testament der geologischen Geschichte unseres Planeten, und ermöglicht es, auf Spuren von 400 Millionen Jahren, mit Schocks von alten Kontinenten, die die Ozeanböden dazu gezwungen haben sich zu erheben, zu wandern. Nicht wissend, dass dieses Gebiet vom Grund des Meeres stammt und reich an Eisen und Nickel ist, nannten die Einheimischen es den verfluchten Berg, weil die Kulturen nie wuchsen.



In diesem Geopark gibt es 180 km gekennzeichnete Wege durch den Albufeira do Azibo, Berge und Dörfer, die man zu Fuß oder mit dem Fahrrad erkunden kann. In den Dörfern des Landkreises finden Sie Kirchen, Schreine, Pranger, traditionelle Häuser und Restaurants, die die Gastronomie aus lokalen Produkten erhalten. Aber es ist Azibo die treibende Kraft dieses touristischen Reiseziels, wegen seines Flussstrandes von Ribeira, der 2012 zu einem der 7 Wunder von Portugal (Kategorie Strände) gewählt wurde. Der Stausee ist sehr beliebt für seine Gewässer, Freizeitparks und Aktivitäten wie Vogelbeobachtung, Mountainbiking, Kanu- und Kajakfahren sowie Katamaran-Segeln.

Der Geopark ist auch ein Land der Geschichte und Kultur, in dem man noch lebendige Traditionen entdecken, die lokalen Produkte und die Gastronomie genießen und das über die ganze Gegend verstreute Kulturerbe erkunden kann.

In der Nähe des Albufeira do Azibo befindet sich Podence, das eine der berühmtesten Maskeraden des gesamten Reservats beherbergt, die von der UNESCO zum immateriellen Kulturerbe der Menschheit erklärt wurde. Zur Karnevalszeit kommen Tausende von Besuchern nach Podence, um zu sehen, wie die Caretos durch die Straßen des Dorfes rennen und nach Mädchen suchen um diese mit Rasseln zu umkreisen und beeindrucken (chocalhar).

Die beste Art und Weise, die Lagos do Sabor zu entdecken, ist die 220 km lange Rundroute, auf der man Seen und Schluchten betrachten kann, mit verschiedenen Aussichtspunkten, Picknick-Parks und interpretativen Inhalten entlang des Weges. Eine Reise mit Traumlandschaften, Naturerbe, Geschichte und traditioneller Gastronomie.

Die Lagos do Sabor haben ein integriertes Angebot aller beteiligten Gemeinden, in dem Bemühen, die menschliche Transformation zum Nutzen der lokalen Bevölkerung und ihres einzigartigen Erbes zu verbessern. Zweifellos schaffen diese Seen optimale Bedingungen für den Naturtourismus, mit einem enormen Potenzial für wasserbezogene Aktivitäten.

Neben Mogadouro, das bereits im Kapitel über den Naturpark Douro internacional vorgestellt wurde, und Macedo de Cavaleiros, das wir mit Azibo kennengelernt haben, bietet **Alfândega da Fé** die Anziehungskraft der Terra Quente (warmes Land), seine langen Hochebenen, warmen Töne, intensiven Aromen und die Gastfreundschaft, die aus einer weisen Beziehung zum Land entsteht.

In einer Region der Geschichte und Legenden, der alten Erinnerungen, der uralten Überreste, gibt es viel zu entdecken und zu genießen, wie befestigte Städte, Dörfer, Kirchen, Pranger, Häuser, Brunnen, Kapellen und Schreine.

Es gibt Routen durch Kultur- und Naturerbe. Die Route der "Frescos da Fé" führt zur Entdeckung der vorhandenen Wandmalereien in den Kirchen des Landkreises. Die urbane Kunstroute zeigt die überraschende Stadt Alfândega da Fé mit einer bemerkenswerten Reihe von Skulpturen und Keramiktafeln zeitgenössischer Kunst, die in verschiedenen öffentlichen Räumen verstreut sind. Die Route der blühenden Mandelbäume ist zweifellos die berühmteste und führt durch das Mandelerbe der Region, das in den Monaten Februar und März die Landschaft weiß und rosa färbt.

NATURBEOBACHTUNG



AZIBO FAUNA

SÄUGETIERE

- *Canis lupus signatus* **Iberische Wolf**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Crocidura russula* **Hausspitzmaus**
- *Felis silvestris* **Wildkatze**
- *Furrius squidgeterrius* **Eurasische Eichhörnchen**
- *Galemys pyrenaicus* **Pyrenäen-Desman**
- *Lepus* **Echten Hase**
- *Lutra lutra* **Fischotter**
- *Martes foina* **Steinmarder**
- *Meles meles* **Europäische Dachs**
- *Oryctolagus cuniculus* **Wildkaninchen**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**
- *Vulpes vulpes* **Rotfuchs**

VÖGEL

- *Actitis hypoleucos* **Flussuferläufer**
- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Anas platyrhynchos* **Stockente**
- *Anthus trivialis* **Baumpieper**
- *Ardea cinerea* **Graureiher**
- *Charadrius dubius* **Flussregenpfeifer**
- *Ciconia ciconia* **Weißstorch**
- *Circus pygargus* **Wiesenweihe**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Milvus milvus* **Rotmilan**
- *Muscicapa striata* **Grauschnäpper**
- *Phalacrocorax carbo* **Kormoran**
- *Podiceps cristatus* **Haubentaucher**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Alytes obstetricans* **Nördliche Geburtshelferkröte**

- *Bufo calamita* **Kreuzkröte**
- *Chalcides striatus* **Westliche Erzschildkröte**
- *Coronella austriaca* **Schlingnatter**
- *Mauremys leprosa* **Maurische Bachschildkröte**
- *Pelobates cultripes* **Messerfuß Sandläufer**
- *Psammodromus hispanicus* **Zentralspanische Sandläufer**
- *Rana iberica* **Iberischer Frosch**
- *Rana perezi* **Iberische Wasserfrosch**
- *Salamandra salamandra* **Feuersalamander**
- *Triturus boscai* **Spanische Wassermolch**
- *Triturus marmoratus* **Marmormolch**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**

FISCHE

- *Austropotamobius pallipes* **Dohlenkrebs**
- *Barbus bocagei* **Flussbarbe**
- *Chondrostoma polylepis* **Iberischer Näsling**
- *Cyprinus carpio* **Karpfen**
- *Esox lucius* **Hecht**
- *Rutilus alburnoides*
- *Rutilus arcasii* **Bermejuela genannt**
- *Micropterus salmoides* **Forellenbarsch**
- *Squalius carolitertii*

AZIBO FLORA

WÄLDER

- *Castanea sativa* **Edelkastanie**
- *Quercus faginea* **Portugiesische Eiche**
- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**
- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**
- *Quercus suber* **Korkeiche**

EDEMISCHER HOCHWALD

- *Dactylorhiza sambucina* **Holunderknabenkraut**
- *Juniperus oxycedrus* **Stech-Wacholder**
- *Limodorum abortivum* **Dingel**

UNTERHOLZ

- *Calluna vulgaris* **Besenheide**
- *Cistus ladanifer* **Lack-Zistrose**
- *Cytisus scoparius* **Ginster**
- *Halimium lasianthum subsp. alyssoides*

ULTRABASISGESTEINE

- *Arenaria quereioides subsp. fontqueri*
- *Avenula partensis subsp. lusitanica*
- *Dianthus loricifolius subsp. marizii*
- *Plantago subulata subsp. radicata*
- *Santolina semidentata*

UFERVEGETATION

- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Fraxinus angustifolia* **Schmalblättrige Esche**
- *Salix salviifolia* **Silberweide**

HUMANISIERTE LANDSCHAFT

- *Olea europaea* L. **Olivenbaum**
- *Prunus dulcis* **Mandelbaum**

SABOR FAUNA

SÄUGETIERE

- *Canis lupus signatus* **Iberische Wolf**
- *Capreolus capreolus* **Reh**
- *Galemys pyrenaicus* **Pyrenäen-Desman**
- *Lepus* **Echten Hasen**
- *Lutra lutra* **Fischotter**
- *Martes foina* **Steinmarder**
- *Meles meles* **Europäische Dachs**
- *Oryctolagus cuniculus* **Wildkaninchen**
- *Sus scrofa* **Wildschwein**
- *Vulpes vulpes* **Rotfuchs**

VÖGEL

- *Aquila chrysaetos* **Steinadler**
- *Aquila fasciata* **Habichtsadler**
- *Ardea cinerea* **Graureiher**
- *Bubo bubo* **Uhu**
- *Ciconia nigra* **Schwarzstorch**
- *Cyanopica cooki* **Blauelster**
- *Falco peneireirus* **Turmfalke**
- *Falco peregrinus* **Wanderfalke**
- *Gyps fulvus* **Gänsegeier**
- *Milvus migrans* **Schwarzmilan**
- *Monticola saxatilis* **Steinrötel**
- *Neophron percnopterus* **Schmutzgeier**
- *Oenanthe leucura* **Trauersteinschmätzer**
- *Phalacrocorax carbo* **Kormoran**
- *Pyrhhorax pyrrhhorax* **Alpenkrähe**

REPTILIEN UND AMPHIBIEN

- *Alytes obstetricans* **Nördliche Geburtshelferkröte**
- *Bufo calamita* **Kreuzkröte**
- *Coluber hippocrepis* **Hufeisennatter**
- *Discoglossus galganoi* **Iberische Scheibenzügler**

- *Malpolon monspessulanus* **Westliche Eidechsenatter**
- *Rana iberica* **Iberischer Frosch**
- *Rana perezi* **Iberische Wasserfrosch**
- *Triturus marmoratus* **Marmorolch**
- *Salamandra salamandra* **Feuersalamander**
- *Vipera latastei* **Stülpnasenotter**

FISCHE

- *Barbus bocagei* **Flussbarbe**
- *Chondrostoma polylepis* **Iberischer Näsling**
- *Cyprinus carpio* **Karpfen**
- *Esox lucius* **Hecht**
- *Micropterus salmoides* **Forellenbarsch**
- *Pseudochondrostoma duriensis*
- *Squalius carolitertii*

SABOR FLORA

WÄLDER

- *Castanea sativa* **Edelkastanie**
- *Juniperus oxycedrus* var. *lagunae*
- *Quercus rotundifolia* **Steineiche**
- *Quercus suber* **Korkeiche**
- *Quercus faginea* **Portugiesische Eiche**
- *Quercus pyrenaica* **Pyrenäen-Eiche**

EDEMISCHER HOCHWALD

- *Juniperus oxycedrus* var. *lagunae*

UNTERHOLZ

- *Calluna vulgaris* **Besenheide**
- *Cistus ladanifer* **Lack-Zistrose**
- *Cytisus scoparius* **Ginster**
- *Juniperus communis* **Gemeiner Wacholder**
- *Pistacia terebinthus* **Terpentin-Pistazie**

FELSIGE STRÄNGE UND WAASERUMGEBUNG

- *Antirrhinum lopesianum*

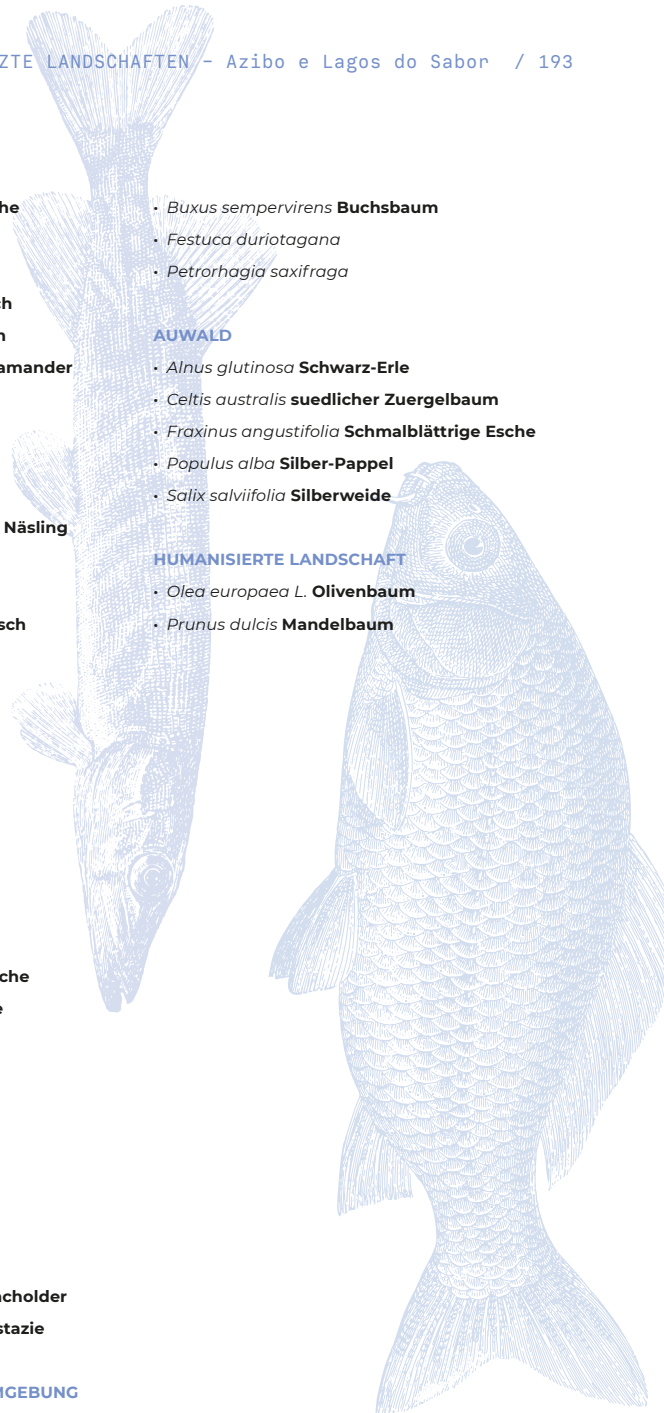
- *Buxus sempervirens* **Buchsbaum**
- *Festuca duriotagana*
- *Petrorhagia saxifraga*

AUWALD

- *Alnus glutinosa* **Schwarz-Erle**
- *Celtis australis* **suedlicher Zuergelbaum**
- *Fraxinus angustifolia* **Schmalblättrige Esche**
- *Populus alba* **Silber-Pappel**
- *Salix salviifolia* **Silberweide**

HUMANISIERTE LANDSCHAFT

- *Olea europaea* L. **Olivenbaum**
- *Prunus dulcis* **Mandelbaum**







ABSPANNFOTOS UND ILLUSTRATIONEN

pp. 8, 9 Paulo Sousa
pp. 16, 17 ZASNET
p. 22 rui vale sousa/Shutterstock.com
p. 23 jessicahyde/Shutterstock.com
pp. 26, 27 Pedro Rego
p. 30 ZASNET
pp. 32, 33 FCG/ Shutterstock.com
p. 34 Pedro Rego
p. 37 mehdi33300/Shutterstock.com
p. 39 Gi Cristovao Photography/Shutterstock.com
pp. 42, 43 Alberto Loyo/Shutterstock.com
p. 45 LFRabanedo/Shutterstock.com
p. 46 FCG/ Shutterstock.com
p. 49 † Lagos do Sabor - Verband der Gemeinden von Baixo Sabor
p. 49 † JoanaPereirinha/Shutterstock.com
p. 50 Paulo Sousa
pp. 52, 53 Alfonso de Tomas/Shutterstock.com
p. 54 ribeiroantonio/Shutterstock.com
p. 55 LuisPinaPhotography/Shutterstock.com
pp. 58, 59 Ramon Carretero/Shutterstock.com
p. 61 Hein Nouwens/Shutterstock.com
p. 63 † ZASNET
p. 63 † Ramon Carretero/Shutterstock.com
p. 65 Oliver Tindall/Shutterstock.com
p. 66 Ramon Carretero/Shutterstock.com
p. 67 † LFRabanedo/Shutterstock.com
p. 67 † FJAH/Shutterstock.com
p. 69 Mark Caunt/Shutterstock.com
pp. 70, 71 John Navajo/Shutterstock.com
p. 72 † PedroLuna/Shutterstock.com
p. 72 † PNRVT
p. 73 Marek Mierzejewski/Shutterstock.com
pp. 76, 77 Tiago Cunha
p. 79 Claudia Fernandes/Shutterstock.com
p. 80 † Olga Moreira/Shutterstock.com
p. 80 † ZASNET
p. 82 † Paulo Sousa
p. 82 † Von RonnieV - Eigenes Werk, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=70813148>
p. 84 Davaiphotography/Shutterstock.com
p. 87 Eduardo Estellez/Shutterstock.com
p. 88 † Dolores Giraldez Alonso/Shutterstock.com
p. 88 † ribeiroantonio/Shutterstock.com
p. 90 Alice Bernardo / www.saberfazer.org
pp. 92, 93 ZASNET
p. 94 † Kartinkin77/Shutterstock.com
p. 94 † AnnaTamilia/Shutterstock.com
p. 96 Tiago Cunha
pp. 98, 99 António Pinelo Tiza
p. 101 † Fotografisches Archiv der Diputación von Salamanca
p. 101 † pauliteiros.com
p. 104 Pedro Rego
p. 109 LFRabanedo/Shutterstock.com

p. 111 † AndresGarciaMartin/Shutterstock.com
p. 111 † Paulo Sousa
p. 113 VR2000/Shutterstock.com
p. 115 Morphart Creation/Shutterstock.com
p. 116 diegomori80/Shutterstock.com
p. 120 Santiago Vigo/Shutterstock.com
p. 123 † Josep Curto/Shutterstock.com
p. 123 † Dolores Giraldez Alonso/Shutterstock.com
p. 126 Morphart Creation/Shutterstock.com
p. 127 Hein Nouwens/Shutterstock.com
p. 128 Russ Heini/Shutterstock.com
pp. 132, 134 Paulo Sousa
p. 136 ribeiroantonio/Shutterstock.com
pp. 138, 139, 140 Morphart Creation/Shutterstock.com
p. 141 Daria Likhodedova/Shutterstock.com
p. 142 Paulo Sousa
p. 146 Pedro Rego
p. 149 Alfonso de Tomas/Shutterstock.com
p. 152 elenaburn/Shutterstock.com
p. 154 Morphart Creation/Shutterstock.com
p. 155 Hein Nouwens/Shutterstock.com
p. 155 Bodor Tivadar/Shutterstock.com
p. 156 mehdi33300/Shutterstock.com
p. 160 Paulo Sousa
p. 162 † Richard Semik/Shutterstock.com
p. 162 † Paulo Sousa
p. 167 Alberto Loyo/Shutterstock.com
p. 169 Hein Nouwens/Shutterstock.com
p. 170 helderasousa/Shutterstock.com
p. 174 Josep Curto/Shutterstock.com
p. 176 † PNRVT
p. 176 † Samuel Tapada
p. 179 PNRVT
p. 181 Hein Nouwens/Shutterstock.com
p. 182 Pedro Rego
p. 187 Lagos do Sabor - Verband der Gemeinden von Baixo Sabor (II)
p. 189 † Pedro Rego
p. 189 † Lagos do Sabor - Fotowettbewerb - Nelson Gamito Pereira
p. 191 Hein Nouwens/Shutterstock.com
p. 193 Morphart Creation/Shutterstock.com
p. 193 Hein Nouwens/Shutterstock.com
pp. 194,195 ZASNET

BIBLIOGRAPHIE

AECT Duero - Douro (2012). *Manual de la Biodiversidad Autóctona*. Salamanca.

Aguiar, C. (2000). *Flora e vegetação da Serra de Nogueira e do Parque Natural de Montesinho*. Tese de Doutoramento em Engenharia Agronómica. Universidade Técnica de Lisboa, Instituto Superior de Agronomia. Lisboa.

Alcázar, V (texto), Ramos, J. (Ilustrações). (2004). *Parque Natural Arribes del Duero. Fauna: El mundo de las aves*. Junta de Castilla y León. Iberia Bird Europa Medio Ambiente, SL y Salamati.

Alves, F.M: (1982). *Memórias Arqueológico-históricas do Distrito de Bragança*. Museu do Abade de Baçal. Bragança

Asensio, B. (2012). *Guía Turística de la Sierra de la Culebra*. Diputación de Zamora.

Castro, J. (2004). *Parque Natural Douro Internacional/Arribes del Duero, Territórios Transfronteiriços – Suas Dinâmicas*. Dissertação de mestrado. Universidade do Minho. Braga.

Ferreira, P. (2010). *Etnobotânica de Rio de Onor: Uma Aldeia Transmontana*. Mestrado em Gestão e Conservação da Natureza e da Biodiversidade. Departamento de Ciências Agrárias. Universidade dos Açores. Angra do Heroísmo.

Loro, O. (2011) *Geología de Zamora*. Edición Digital Pdf.

Martí, R. y Del Moral, J.C. (Eds) (2003). *Atlas de las aves reproductoras de España*. Dirección General de Conservación de la Naturaleza-Sociedad Española de Ornitología. Madrid.

Martínez, F. (2019) *Observando al Lobo. Un estudio antropológico sobre el lobo y el turismo en la Sierra de la Culebra*. Tesis doctoral. Universidad de Alicante.

Muñoz, N. (2018). *Arribes Del Duero - Parque Natural y Reserva de la Biosfera*. Tierra de Fuego. Madrid.

Nunes, A. (2008). *Recursos Hídricos na Bacia do Rio Sabor: Evolução Recente e Relações com Mudanças Sócio-ambientais*. Instituto de Estudos Geográficos, Faculdade de Letras, Universidade de Coimbra. Coimbra.

Pereira, Paulo J. S. (2006). *Património geomorfológico: conceptualização, avaliação e divulgação. Aplicação ao Parque Natural de Montesinho*. Tese de Doutoramento em Ciências, Área de Conhecimento em Geologia. Universidade do Minho, Braga.

Preto, E., Sá, A., Robles, Francisco (Organização). (2009). *Arribas do Douro, um compêndio geológico*. Departamento de Geologia da UTAD.

Samuel Recio. (2009) *El patrimonio geológico y las herencias culturales; casos de estudio en las Arribes del Duero*. TG Universidad de Salamanca.

Troca, A. *Gastronomia e Culinária da Terra Quente Transmontana - Património Identitário e Recurso Turístico (O Caso do Concelho de Mirandela)*. Mestrado em Marketing Turístico. Escola Superior de Comunicação, Administração e Turismo. Escola Superior de Comunicação, Administração e Turismo. Instituto Politécnico de Bragança.

Vázquez, L. (2011). *Guía del parque natural del Lago de Sanabria*. Ediciones El Senderista. Madrid.

ANDERE DOKUMENTE

ICNF (2001). Estudos de Caracterização e Diagnóstico do Plano de Ordenamento do PNDI.

Plano Sectorial da Rede Natura 2000. Douro Internacional. ICNB.

Plano Sectorial da Rede Natura 2000. Morais. ICNB.

Plano Sectorial da Rede Natura 2000. Rios Sabor e Maçãs. ICNB.

Plano Sectorial da Rede Natura 2000. Romeu. ICNB.

Plano Sectorial da Rede Natura 2000. Sítio Montesinho/Nogueira. ICNB.

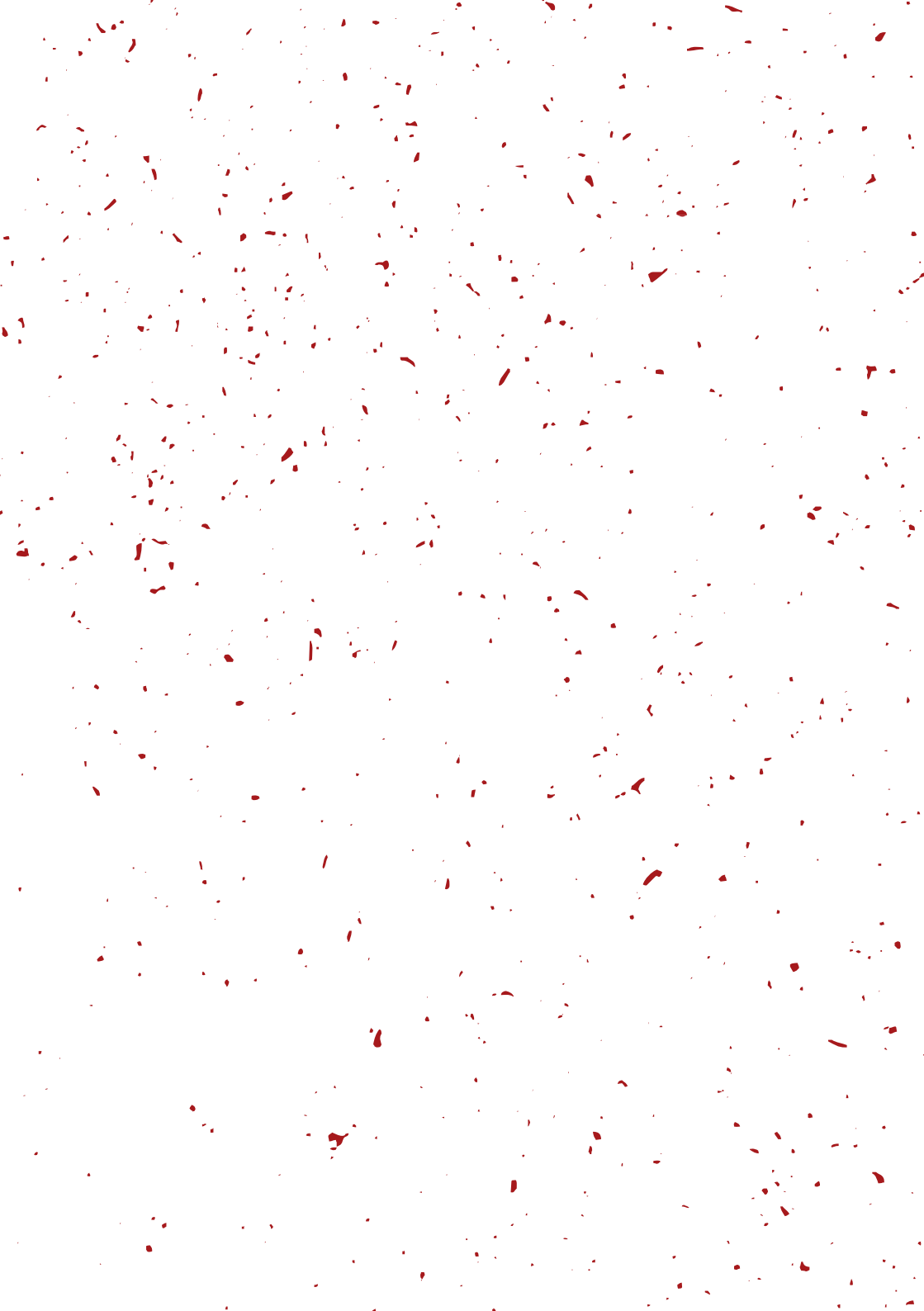
PNRVT. Guia da Natureza - Vale do Tua. Agência de Desenvolvimento Regional do Vale do Tua.

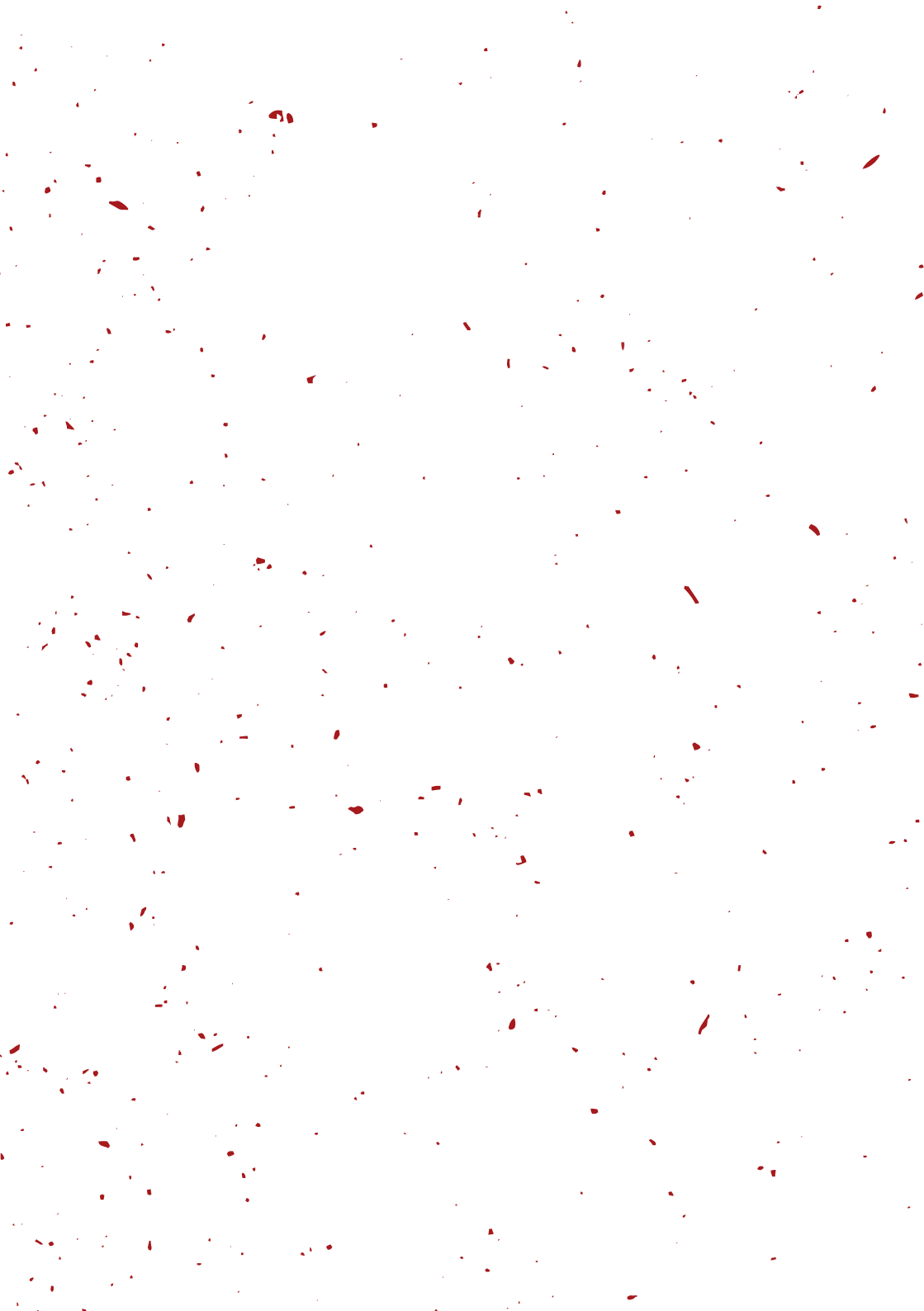
Proposta Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica: Elementos Recolhidos Nos Espaços Fronteiriços. Zasneta AECT.

Proposta Reserva da Biosfera Transfronteiriça Meseta Ibérica. Síntese dos Planos de Ordenamento das Áreas Protegidas Transfronteiriças. Zasneta AECT.

Webseiten

www.turismosanabria.es/parque_natural
www.turismo-zamora.com
www.turismoenzamora.es
www.arribes.net
www.losarribesdelduero.com
www.rotaterrafrria.com
www.amtqt.pt
www.parque.valetua.pt
www.amsbs.pt
www.icnf.pt
www.llobu.es





MESETA
IBÉRICA
RESERVA ^{DA} ^{DE} ^{LA} BIOSFERA

