

VIANA

TERRA NÁUTICA



• CANYONING • JET SKI • KITESURF • Mergulho • Passeios de Barco • Pesca
• JET SKI • KITESURF • DIVING • BOAT TRIPS • FISHING • RAFTING • ROWING • STAND UP PADDLE





UM MUNDO
DE **EXPERIÊNCIAS
NÁUTICAS!**
A WORLD
OF **MARINE
EXPERIENCES!**

www.altominho.pt

 [vianaterranautica](https://www.facebook.com/vianaterranautica)

**ALTO
MINHO**
PARA VIVER, VISITAR, INVESTIR



ON.2
O NOVO NORTE
PROGRAMA OPERACIONAL
REGIONAL DO NORTE

QR QUADRO
DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
PORTUGAL 2007-2013





VIANA TERRA NÁUTICA

www.altominho.pt

 [vianaterranautica](https://www.facebook.com/vianaterranautica)

APRESENTAÇÃO

🇵🇹 A náutica desportiva e de recreio oferece inúmeras possibilidades no Alto Minho. Por um lado, a sua frente atlântica, com 60 km de linha de costa e excelentes condições naturais, e, por outro, os seus rios, albufeiras e quedas de água, ladeados por paisagens de elevado valor patrimonial, fazem deste espaço territorial um destino de excelência para a prática de todo o tipo de atividades náuticas, desde as mais radicais às menos exigentes, e, simultaneamente, onde é possível desfrutar de outros produtos de grande qualidade como a gastronomia e os vinhos, solares e aldeias, natureza, saúde e bem-estar, centros históricos e património, arte, cultura e criatividade.

Para que possa viver experiências únicas, em grupo ou individualmente, carregadas de adrenalina ou, simplesmente, passar momentos de total descontração em comunhão com a natureza, este catálogo dá-lhe a conhecer a diversidade da oferta de produtos náuticos da região.

Venha descobrir
um mundo de experiências náuticas!
Viana Terra Náutica espera por si!

PRESENTATION

🇬🇧 Water sports and recreational boating offer numerous opportunities in Alto Minho. On the one hand, its 60-km Atlantic coastline and excellent natural conditions, and on the other its rivers, reservoirs and waterfalls, flanked by highly valuable natural heritage, make this region a destination par excellence for all kinds of nautical activities, from the most radical to the least demanding, and where, simultaneously, other high quality products can be enjoyed, such as gastronomy and wines, manor houses and villages, nature, health and wellness, historical and heritage sites, art, culture and creativity.

In order to enjoy unique experiences, as part of a group or individually, whether adrenaline-filled or simply time spent in total relaxation in communion with nature, this catalogue reveals the diverse range of nautical products in the region.

Come and discover
a world of marine experiences!
Viana Terra Náutica awaits you!



LETTER OF COMMITMENT TO QUALITY NAUTICAL TOURISM PRODUCTS 2014

Providers offering the flagship products presented in the “Viana Terra Náutica 2014” catalogue undertake to meet the following quality parameters:

- Provide oversight of the flagship products by qualified professionals or instructors recognised by the sports federations.
- Have available nautical equipment, including vessels and other support equipment, that is up to date and of good quality, and in sufficient quantity for the number of users expected.
- Publicise and respect the timetable for the activities, as well as opening days of the season.
- Have available visitor facilities (changing rooms, toilets...), when applicable, for the activities.
- Provide users with equipment appropriate for the activity (tailored to the target audience and in accordance with current legislation).
- Clearly identify the headquarters and sites where the activities will take place by means of signage.
- Display information about the flagship product(s).
- Provide a website.
- Provide the customer with personal accident insurance contracted by the provider.
- Make the customer feel welcome and conduct a satisfaction survey regarding the proposed activities.
- Create a customer file based on a common template provided by CIM Alto Minho.
- If the provider is a company, be registered with the National Tourism Registry (RNAAT).
- If the provider is an association, club or otherwise, it must be properly accredited by a competent entity.
- Participate in meetings organised by the CIM Alto Minho on the theme of promoting water sports.



CARTA DE COMPROMISSO DE QUALIDADE PRODUTOS DE TURISMO NÁUTICO 2014

Os prestadores que propõem os produtos apresentados no catálogo “Viana Terra Náutica 2014”, comprometem-se a concretizar os seguintes parâmetros de qualidade:

- Produtos-âncora supervisionados por profissionais qualificados ou monitores reconhecidos pelas federações desportivas.
- Disponer de material náutico, incluindo embarcações e restante material de apoio, recentes e de boa qualidade, e em número suficiente para um número de utilizadores expectáveis.
- Dar a conhecer e respeitar os horários de realização das atividades bem como os dias de abertura durante a época.
- Disponer de espaços acolhedores (vestiários, sanitários...), quando aplicável, para a realização das atividades.
- Fornecer aos utilizadores equipamentos adaptados para a atividade (adaptados ao público-alvo e em conformidade com a legislação em vigor).
- Identificar claramente a sede e os locais de realização das atividades, através de sinalética.
- Afixar informação sobre o(s) produto(s)-âncora.
- Disponer de um site na internet.
- Proporcionar ao cliente um seguro de acidentes pessoais contratado pelo prestador.
- Receber bem o cliente e realizar um inquérito de satisfação sobre as atividades propostas.
- Criar um ficheiro de cliente tendo por base um modelo comum fornecido pela CIM Alto Minho.
- Se o prestador for uma empresa, deve estar inscrito no registo nacional de turismo (RNAAT).
- Se o prestador for uma associação, clube ou outra natureza, deve estar devidamente credenciado por organismo competente.
- Participar nas reuniões organizadas pela CIM Alto Minho, sobre a temática da promoção dos desportos náuticos.



CANOAGEM
CANOEING



RAFTING



CANYONING



STAND UP PADDLE



JET SKI



SURF / BODYBOARD



KITESURF



VELA
SAILING



MERGULHO
DIVING



WINDSURF



PASSEIOS DE BARCO
BOAT TRIPS



CLUBES / ASSOCIAÇÕES
CLUBS / ASSOCIATIONS

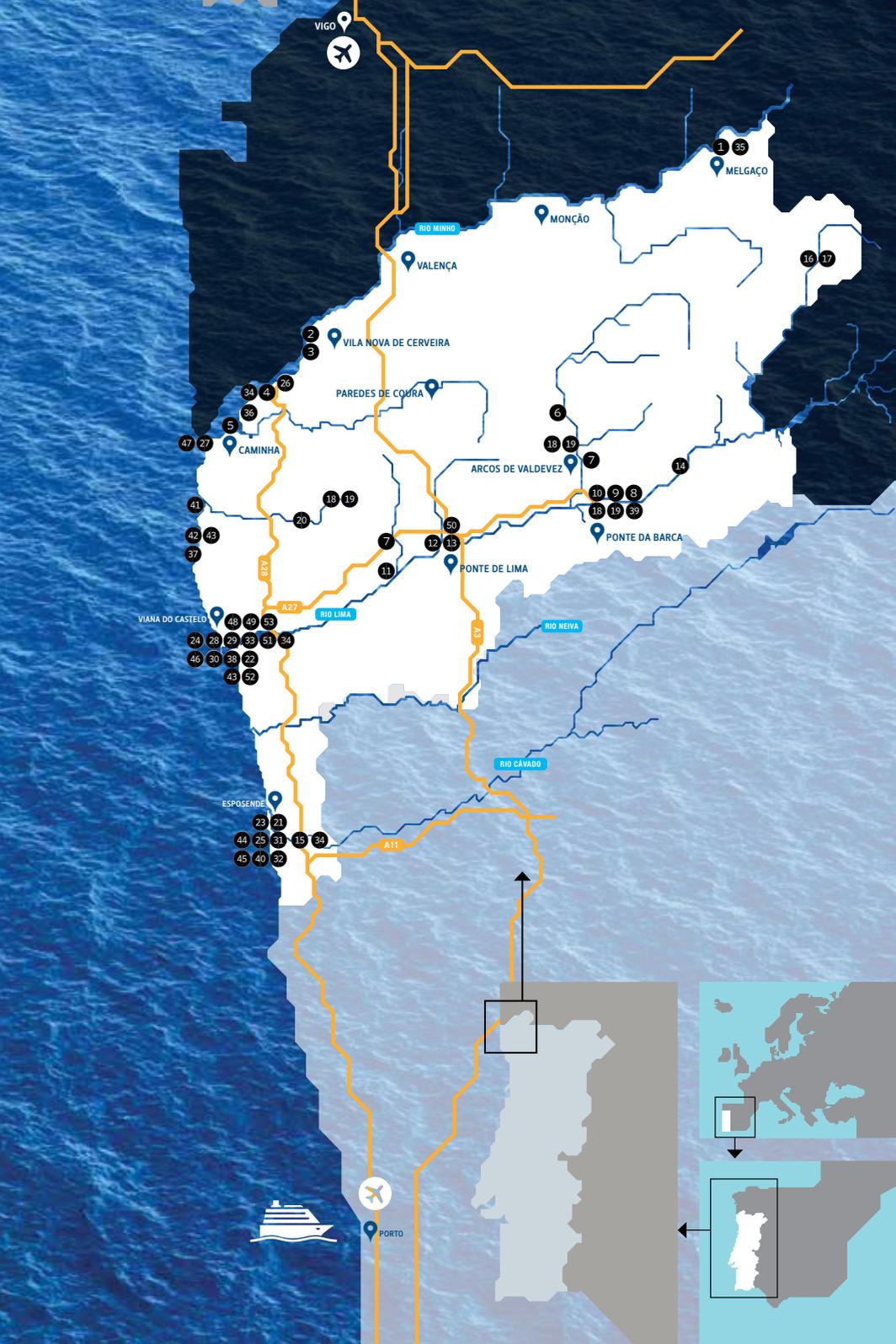


PESCA
FISHING



POSTOS DE TURISMO
TOURISM OFFICES

- ★ **CANOAGEM CANOEING**
- 1 Canoagem no rio Minho Canoeing on the River Minho MELGAÇO → MONÇÃO MELGAÇO RADICAL
- 2 Safari em kayak no rio Minho Kayak safari on the River Minho ANIMAMINHO
- 3 Descida do rio Coura em kayak Descent of the River Coura by kayak VILAR DE MOUROS → CAMINHA ANIMAMINHO
- 4 Observação de aves em kayak Bird watching by kayak ILHAS DO RIO MINHO ISLANDS OF THE RIVER MINHO MINHAVENTURA
- 5 Descida do rio Coura em kayak Descent of the River Coura by kayak VILAR DE MOUROS → CAMINHA MINHAVENTURA
- 6 Descida do rio Vez em kayak Descent of the River Vez by kayak RIO DE MOINHOS → ARCOS DE VALDEVEZ NATURE4
- 7 Canoagem no rio Vez Canoeing on the River Vez ABOIM DAS CHOÇAS → ARCOS DE VALDEVEZ CENTROAVENTURA
- 8 Descida do rio Lima em kayak Descent of the River Lima by kayak PONTE DA BARCA → BRAVÊS NATURE4
- 9 Descida do rio Lima em kayak Descent of the River Lima by kayak PONTE DA BARCA → PONTE DE LIMA PLANETALIMA
- 10 Descida do rio Lima em kayak Descent of the River Lima by kayak TOUVEDO → PONTE DA BARCA PLANETALIMA
- 11 Canoagem no rio Lima Canoeing on the River Lima CENTROAVENTURA
- 12 Canoagem no rio Lima Canoeing on the River Lima NÁUTICA E LAZER DO LIMA
- 13 Descida do rio Lima Descent of the River Lima NÁUTICA E LAZER DO LIMA
- 14 Passeio de Kayak PNPB PNPB Kayak tour RIO LIMA RIVER LIMA AKTIVANATURA
- 15 Canoagem no rio Cávado Canoeing on the River Cávado DUNAR
- ★ **CANYONING**
- 16 Canyoning no rio Laboreiro Canyoning on the River Laboreiro MONTES DE LABOREIRO
- 17 Caminhada aquática no rio Laboreiro River walk on the River Laboreiro MONTES DE LABOREIRO
- 18 Canyoning Canyoning SERRA D'ARGA - ARCOS DE VADEVEZ - PONTE DA BARCA TOBOGÃ
- 19 Caminhada aquática Aquatic Trekking SERRA D'ARGA - ARCOS DE VADEVEZ - PONTE DA BARCA TOBOGÃ
- 20 Canyoning no rio Âncora Canyoning on the River Âncora SERRA D'ARGA CAVALEIROS DO MAR
- ★ **JET-SKI**
- 21 Experiência em mota de água Jet ski experience RIO CÁVADO RIVER CÁVADO AQUAJET
- ★ **KITESURF**
- 22 Aulas de Kitesurf Kitesurfing lessons PRAIA DO CABEDELLO CABEDELLO BEACH VIANA DO CASTELO VIANALOCALS
- 23 Kitesurf no rio Cávado Kitesurfing on the River Cávado KOOK PROOF ACTIVITY CENTER
- ★ **MERGULHO DIVING**
- 24 Imersões em Viana do Castelo Dives in Viana do Castelo OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN CAVALEIROS DO MAR
- 25 Mergulho Scuba diving OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN ESPOSENDE FÓRUM ESPOSENSENSE
- ★ **PASSEIOS DE BARCO BOAT TRIPS**
- 26 Passeio fluvial River trip RIO MINHO RIVER MINHO PORTNAUTIC
- 27 Passeio de barco Boat trip RIO MINHO E COSTA ATLÂNTICA RIVER MINHO AND ATLANTIC COAST FORTE DA ÍNSUA POSTO NÁUTICO ÍNSUA
- 28 Cruzeiros Lethes Lethes cruises RIO LIMA RIVER LIMA VIVEXPERIÊNCIA
- 29 Passeio fluvial River trip RIO LIMA RIVER LIMA IRMÃOS PORTELA
- 30 Cruzeiros de Kitesurf e SUP Kitesurfing and SUP cruises ATLANTIC OCEAN FEELDOURO ADVENTURE E VIANALOCALS
- 31 Percursos fluviais River trips RIO CÁVADO RIVER CÁVADO FÓRUM ESPOSENSENSE
- 32 Passeio fluvial River trip FOZ DO RIO CÁVADO → MARACHÃO PRORIVER
- ★ **PESCA FISHING**
- 33 Pesca desportiva Sport fishing RIO LIMA E COSTA ATLÂNTICA RIVER LIMA AND ATLANTIC COAST DIOGO ROCHA
- 34 Pesca à pluma Fly fishing RIOS MINHO, LIMA E CÁVADO RIVERS MINHO, LIMA AND CÁVADO FLYFIP
- ★ **RAFTING**
- 35 Rafting no rio Minho Rafting on the River Minho RIO MINHO / RIVER MINHO MELGAÇO RADICAL
- ★ **SUP**
- 36 Passeios de stand up paddle Stand up paddle tours RIO MINHO RIVER MINHO LALO & WIND
- 37 Aulas de iniciação ao SUP em águas paradas SUP starter lessons in flat water VIANA DO CASTELO AFIFE BOARDRIDERS CLUB
- 38 Aulas e passeios de SUP SUP lessons and tours PRAIA DO CABEDELLO CABEDELLO BEACH VIANA DO CASTELO VIANALOCALS
- 39 Stand up paddle Stand up paddle RIO LIMA / RIVER LIMA AKTIVANATURA
- 40 Passeios de paddle surf Paddle surf tours RIO CÁVADO / RIVER CÁVADO KOOK PROOF ACTIVITY CENTER
- ★ **SURF**
- 41 Surf em Vila Praia de Âncora Surfing in Vila Praia de Âncora ESCOLA DE SURF KOALA
- 42 Aulas de iniciação ao surf Surfing starter lesson AFIFE AFIFE BOARDRIDERS CLUB
- 43 Aulas de surf Surfing lessons PRAIA DO CABEDELLO E AFIFE CABEDELLO AND AFIFE BEACHS VIANA DO CASTELO SURF CLUBE DE VIANA
- 44 Batismo de surf Surfing baptism OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN OFIR ONDA MAGNA SURFSCHOOL
- 45 Yoga-surf Yoga-surfing OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN OFIR ONDA MAGNA SURFSCHOOL
- ★ **VELA SAILING**
- 46 Academia náutica: iniciação à vela de cruzeiro Sailing academy: sailing for beginners RIO LIMA E COSTA / RIVER LIMA AND COAST PROVA
- ★ **WINDSURF**
- 47 Aula de iniciação ao windsurf Windsurfer starter lesson RIO MINHO / RIVER MINHO LALO & WIND
- ★ **CLUBES / ASSOCIAÇÕES CLUBS / ASSOCIATIONS**
- 48 Amigos do Mar MERGULHO / DIVING
- 49 Clube de Vela de Viana do Castelo VELA / SAILING
- 50 Clube Náutico de Ponte de Lima CANOAGEM / CANOEING
- 51 Darque Kayak Clube KAYAK
- 52 Surf Clube de Viana SURF / BODYBOARD
- 53 Viana Remadores do Lima REMO / ROWING





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 1 Canoagem no rio Minho Canoeing on the River Minho MELGAÇO → MONÇÃO MELGAÇO RADICAL
- 2 Safari em kayak no rio Minho Kayak safari on the River Minho ANIMAMINHO
- 3 Descida do rio Coura em kayak Descent of the River Coura by kayak VILAR DE MOUROS → CAMINHA ANIMAMINHO
- 4 Observação de aves em kayak Bird watching by kayak ILHAS DO RIO MINHO ISLANDS OF THE RIVER MINHO MINHAVENTURA
- 5 Descida do rio Coura em kayak Descent of the River Coura by kayak VILAR DE MOUROS → CAMINHA MINHAVENTURA
- 6 Descida do rio Vez em kayak Descent of the River Vez by kayak RIO DE MOINHOS → ARCOS DE VALDEVEZ NATURE4
- 7 Canoagem no rio Vez Canoeing on the River Vez ABOIM DAS CHOÇAS → ARCOS DE VALDEVEZ CENTROAVENTURA
- 8 Descida do rio Lima em kayak Descent of the River Lima by kayak PONTE DA BARCA → BRAVÃES NATURE4
- 9 Descida do rio Lima em kayak Descent of the River Lima by kayak PONTE DA BARCA → PONTE DE LIMA PLANETALIMA
- 10 Descida do rio Lima em kayak Descent of the River Lima by kayak TOUVEDO → PONTE DA BARCA PLANETALIMA
- 11 Canoagem no rio Lima Canoeing on the River Lima CENTROAVENTURA
- 12 Canoagem no rio Lima Canoeing on the River Lima NÁUTICA E LAZER DO LIMA
- 13 Descida do rio Lima Descent of the River Lima NÁUTICA E LAZER DO LIMA
- 14 Passeio de Kayak PNPg PNPg Kayak tour RIO LIMA RIVER LIMA AKTIVANATURA
- 15 Canoagem no rio Cávado Canoeing on the River Cávado DUNAR

CANOAGEM CANOEING



CANOAGEM NO RIO MINHO CANOEING ON THE RIVER MINHO

• MELGAÇO → MONÇÃO •



PRODUTO PRODUCT



Passeio em kayak “sit-on-top” no rio Minho, em zonas calmas, podendo desfrutar em família ou com os amigos de toda a beleza envolvente. Duração: 03h00 a 04h00.

Trip on a “sit-on-top” kayak on the River Minho in quiet areas, where you can enjoy with family or friends all the surrounding beauty. Duration: 3 hr. to 4 hr.

PROMESSA PLEDGE



Experiência que alia aventura à descoberta da natureza, da fauna e flora, do património construído, da gastronomia e vinhos e da arte e tradição.

An experience that combines adventure with the discovery of nature, flora and fauna, heritage buildings, gastronomy and wines and art and tradition.

RECURSOS RESOURCES



Monitores com vasta experiência e certificados (com cursos de canoagem, socorrismo, nadador salvador, resgate em águas bravas). Cada grupo de 8 participantes é, obrigatoriamente, acompanhado por um guia. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, seguros, transporte, suplemento alimentar, reportagem fotográfica, diploma de participação, duche quente no final e visita ao centro histórico /Solar Alvarinho com provas.

Monitors with extensive experience and certificates (canoeing, first aid, lifeguard, whitewater rescue courses). One guide is mandatory for each group of 8 participants. Activity includes: equipment, qualified monitor, insurance, transport, food supplements, photo reportage, certificate of participation, hot shower at the end and a visit to the historic centre/Alvarinho Manor House with demonstrations.



RESERVAR BOOKING

MELGAÇO RADICAL

Melgaço Radical

Rua da Oliveira

4960-564 Melgaço

www.melgacoradical.com

00351 251 402 155

00351 967 006 347

geral@melgacoradical.com

Dos 8 aos 80

From 8 to 80

PREÇOS FEE

30€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



Todos os dias: manhã às 09h30; tarde às 15h00.

Every day: mornings at 9:30 am; afternoons at 3:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

42°07'05.86"N • 8°16'14.56"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Centro de Estágios de Melgaço.





SAFARI EM KAYAK NO RIO MINHO KAYAK SAFARI ON THE RIVER MINHO



PRODUTO PRODUCT



Passeio muito retemperador por alguns dos locais de grande biodiversidade de fauna e flora, beleza natural e tranquilidade do rio Minho. Neste passeio quem dita as regras é a própria natureza pois está sujeito às condições da maré. Atividade destinada ao público em geral, a partir dos 6 anos, com ou sem experiência. Grau de dificuldade: baixo. Participantes: mínimo 4 e máximo 26. Duração: 03h00.

A highly reinvigorating trip to a number of places boasting great biodiversity of flora and fauna, natural beauty and the tranquillity of the River Minho. On this trip, it is nature itself that dictates the rules, as it is subject to tide conditions. Product intended for the general public from the age of 6, with or without experience. Degree of difficulty: low. Participants: minimum 4, maximum 26. Duration: 3 hours.

PROMESSA PLEDGE



Experiências especiais e inesquecíveis, atendimento personalizado, garantia de segurança e máximo empenhamento com vista à satisfação de todos.

Special and unforgettable experiences, personalised service, guaranteed safety and maximum commitment to the satisfaction of all.

RECURSOS RESOURCES



Monitores experientes e certificados, conhecimentos de resgate e salvamento, bons conhecimentos de fauna e flora e línguas. A atividade inclui equipamento, monitor experiente, seguros, água para beber, reportagem fotográfica.

Experienced and accredited monitors, whose skills include rescue and lifesaving, good knowledge of fauna and flora and languages. Activity includes: equipment, experienced monitor, insurance, drinking water, photographic reportage.

RESERVAR BOOKING

ANIMAMINHO

Animaminho

Parque de Lazer do Castelinho
Ex-Ed. Ferry, Sala 5
4920-248 Vila Nova de Cerveira

00351 962 892 606
 info@animaminho.eu
 www.animaminho.eu

Experiência de aventura num local belo
Special adventure experience in a beautiful location

PREÇOS FEE

25€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



Todos os dias mediante marcação.
 Every day by appointment
and depending on the tides.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°56'20.60"N 8°44'50.92"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Parque de Lazer do Castelinho.





DESCIDA DO RIO COURA EM KAYAK DESCENT OF THE RIVER COURA BY KAYAK

• VILAR DE MOUROS → CAMINHA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeio agradável e tranquilo em kayak, numa região com grande beleza natural. O passeio realiza-se num troço de rio com pouco caudal e águas calmas, cujas características conferem um elevado sentimento de segurança entre os seus participantes. Grau de dificuldade: baixo. Participantes: mínimo 4 e máximo 26. Duração: 03h00.

🇬🇧 Pleasant and calm kayak trip in a region of great natural beauty. The trip takes place on a stretch of river with little flow and calm waters, the characteristics of which allow participants to feel entirely safe. Degree of difficulty: low. Participants: minimum 4, maximum 26. Duration: 3 hours.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Experiências especiais e inesquecíveis, atendimento personalizado, garantia de segurança e máximo empenhamento com vista à satisfação de todos.

🇬🇧 Special and unforgettable experiences, personalised service, guaranteed safety and maximum commitment to the satisfaction of all.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes, conhecimentos de resgate e salvamento, bons conhecimentos de fauna e flora e línguas. A atividade inclui equipamento, monitor experiente, seguros, água para beber, reportagem fotográfica.

🇬🇧 Experienced monitors, whose skills include rescue and lifesaving, good knowledge of fauna and flora and languages. Activity includes: equipment, experienced monitor, insurance, drinking water, photographic reportage.



RESERVAR BOOKING

ANIMAMINHO

📄 Animaminho

Parque de Lazer do Castelinho
Ex-Ed. Ferry, Sala 5
4920-248 Vila Nova de Cerveira

📞 00351 962 892 606
✉ info@animaminho.eu
🌐 www.animaminho.eu

Rio e aventura para todos
River and adventure for everyone

PREÇOS FEE

20€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias mediante marcação.
🇬🇧 *Every day by appointment.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°56'20.60"N 8°44'50.92"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Parque de Lazer do Castelinho.





OBSERVAÇÃO DE AVES EM KAYAK BIRD WATCHING BY KAYAK

• ILHAS DO RIO MINHO / ISLANDS OF THE RIVER MINHO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeio em kayak “sit-on-top” de 2 lugares pelas ilhas do rio Minho, onde poderá observar diferentes espécies de aves. Participantes: mínimo 8. Duração: 02h30 a 03h00.

🇬🇧 Trips in tandem “sit-on-top” Kayaks around the islands of the River Minho, where different species of birds may be observed. Participants: minimum 8. Duration: 2 hr. 30 min. – 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Desfrute da Rede Natura 2000 em kayak: observação de aves de forma original, paisagens, aventura sem risco, bons equipamentos e boa disposição.

🇬🇧 Enjoy RedeNatura 2000 by kayak: an original form of bird watching, landscapes, risk-free adventure, good equipment and a positive outlook.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes em kayak individual, coordenados por uma equipa de técnicos licenciados em Desporto. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguro de acidentes pessoais.

🇬🇧 Monitors experienced in individual kayaking, coordinated by a team of technicians with university degrees in Sport. Activity includes: equipment, qualified monitor and personal accident insurance.



RESERVAR BOOKING

MINHAVENTURA

📄 MinhAventura

Apartado 100

4910-909 Caminha

🌐 www.minhaventura.com

📞 00351 962 023 674

📞 00351 962 023 675

✉ info@minhaventura.com

Liberte a sua adrenalina em segurança

Unleash your adrenaline safely

PREÇOS FEE

25€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias às 10h00 e às 15h00.

🇬🇧 *Every day: at 10:00 am and at 3:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°54'40.8"N • 8°47'35.2"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Lanhelas.





DESCIDA DO RIO COURA EM KAYAK DESCENT OF THE RIVER COURA BY KAYAK

• VILAR DE MOUROS → CAMINHA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Coura em kayak “sit-on-top” de 2 lugares, com início em Vilar de Mouros. Percurso calmo, indicado para todo o público, com uma distância de 7 a 8 km. Duração: 02h30 a 03h00.

🇬🇧 Descent of the River Coura by tandem “sit-on-top” Kayak, starting in Vilar de Mouros. A calm route, suitable for all groups, with a distance 7 to 8 km. Duration: 2hr. 30 min. – 3hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Desfrute da Rede Natura 2000 em kayak: paisagens, biodiversidade, aventura sem risco, segurança, bons equipamentos e boa disposição.

🇬🇧 Enjoy RedeNatura 2000 by kayak: landscapes, biodiversity, risk-free adventure, safety, good equipment and a positive outlook.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes em kayak individual, coordenados por uma equipa de técnicos licenciados em Desporto. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, seguro de acidentes pessoais, transporte de Caminha até ao local de partida em Vilar de Mouros.

🇬🇧 Monitors experienced in individual kayaking, coordinated by a team of technicians with university degrees in Sport. Activity includes: equipment, qualified monitor, personal accident insurance, and transport from Caminha to the departure point in Vilar de Mouros



RESERVAR BOOKING

MINHAVENTURA

📄 MinhAventura

Apartado 100

4910-909 Caminha

🌐 www.minhaventura.com

☎ 00351 962 023 674

☎ 00351 962 023 675

✉ info@minhaventura.com

Liberte a sua adrenalina em segurança

Unleash your adrenaline safely

PREÇOS FEE

20€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias às 10h00 e às 15h00.

🇬🇧 *Every day: at 10:00 am and at 3:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°52'30.2"N • 8°49'58.6"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Caminha.





DESCIDA DO RIO VEZ EM KAYAK DESCENT OF THE RIVER VEZ BY KAYAK

• RIO DE MOINHOS → ARCOS DE VALDEVEZ •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Vez em Kayak de Rio de Moinhos – S^{ra} da Guia ao Clube Náutico de Arcos de Valdevez. Duração: 02h30.

🇬🇧 Descent of the River Vez by Kayak from Rio de Moinhos – S^{ra} da Guia to Arcos de Valdevez Nautical Club. Duration: 02hr. 30 min.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Percurso cultural dentro da Reserva Mundial da Biosfera, que permite navegar nas águas cristalinas do rio Vez, observar a fauna e a flora existentes e ter momentos de aventura.

🇬🇧 Cultural trip within the World Biosphere Reserve that allows you to navigate the crystal blue waters of the River Vez; observe the existing flora and fauna and have moments of adventure.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores com experiência e formação em canoagem. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Monitors with experience and training in canoeing. The activity includes equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

NATURE4

📄 Nature4
Avenida Recontro de Valdevez
Loja 1
4970-593 Arcos de Valdevez

☎ 00351 258 523 336
☎ 00351 924 454 680
✉ geral@nature4.pt
🌐 www.nature4.pt

A natureza ao seu alcance

Nature at your fingertips

PREÇOS FEE

25€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 19h00.

🇬🇧 *Every day from 10:00 am to 1:00 pm and from 2:00 pm to 7:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°52'51.26"N • 8°25'35.26"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Rio de Moinhos.





CANOAGEM NO RIO VEZ CANOEING ON THE RIVER VEZ

• ABOIM DAS CHOÇAS → ARCOS DE VALDEVEZ •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Vez em Kayak, num percurso de 6 km, desde Aboim das Choças até Arcos de Valdevez. Percurso com a aliciante de desfrutar de um rio de águas cristalinas, que nasce no Parque Nacional da Peneda Gerês e que proporciona momentos de adrenalina com a passagem de rápidos criados pelo percurso natural do rio e açudes. Duração: 01h30 a 02h00.

🇬🇧 Descent of the River Vez by Kayak along a 6-km route, from Aboim das Choças to Arcos de Valdevez. Route offering the opportunity to enjoy the crystal clear waters of the river, which rises in the Peneda Gerês National Park, providing moments of adrenaline when navigating the rapids created by the natural course of the river and weirs. Duration: 1 hr. 30 min. to 2 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Paisagens fantásticas, bons equipamentos e enquadramento técnico de qualidade. Uma descida entre amigos e em segurança, desfrutando da natureza.

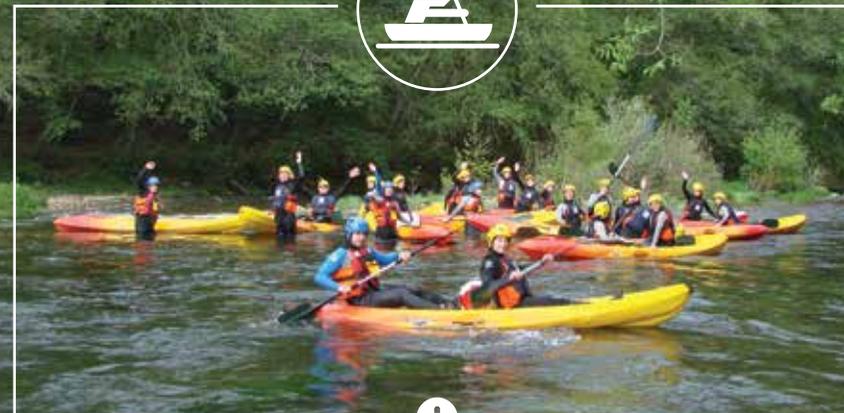
🇬🇧 Fantastic scenery, good equipment and quality technical support. A safe descent among friends, enjoying nature.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes, com formação em canoagem, socorrismo e resgate. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, seguros, reportagem fotográfica, diploma e banho quente no final.

🇬🇧 Experienced monitors trained in canoeing, first aid and rescue. Activity includes: equipment, qualified monitor, insurance, photo reportage, certificate and hot shower at the end.



RESERVAR BOOKING

CENTRO AVENTURA

📍 Centro Aventura
São Pedro de Arcos - Pentieiros
4990-530 Ponte de Lima

☎ 00351 919 977 056
✉ info@centroaventura.pt
🌐 www.centroaventura.pt

Natureza, aventura, segurança... e muita diversão

Nature, adrenaline, safety... and lots of fun

PREÇOS FEE

20€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 09h00 às 19h00.
🇬🇧 Every day from 9:00 am to 7:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°46'30.99"N • 8°39'0.45"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações do Centro Aventura *Centro Aventura premises*
ou nas Piscinas Municipais de Arcos de Valdevez:
or the Municipal Swimming Pools of Arcos de Valdevez:
41°50'57.59"N • 8°25'03.60"W





DESCIDA DO RIO LIMA EM KAYAK DESCENT OF THE RIVER LIMA BY KAYAK

• PONTE DA BARCA → BRAVÃES •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Lima em Kayak da praia fluvial de São Jorge, em Ponte da Barca, a Bravães (Fonte Santa). Duração: 02h00.

🇬🇧 Descent of the River Lima by Kayak from São Jorge River Beach, in Ponte da Barca, to Bravães (Fonte Santa). Duration: 2 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Um percurso de cultura e aventura nas águas cristalinas do rio Lima.

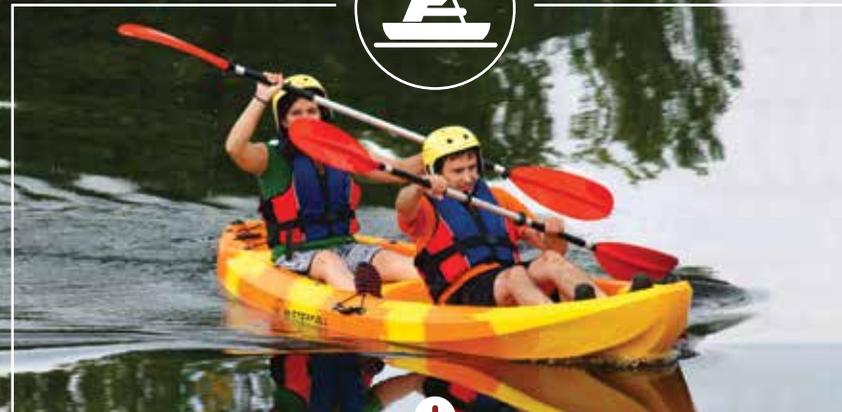
🇬🇧 A journey of culture and adventure in the crystal-clear waters of the River Lima.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados pela Federação Portuguesa de Canoagem. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Monitors qualified by the Portuguese Canoeing Federation. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

NATURE4

📍 Nature4
Avenida Recontro de Valdevez
Loja 1
4970-593 Arcos de Valdevez

☎ 00351 258 523 336
☎ 00351 924 454 680
✉ geral@nature4.pt
🌐 www.nature4.pt

Aventura, natureza e património
Adventure, nature and heritage

PREÇOS FEE

25€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 19h00.

🇬🇧 *Every day from 10:00 am to 1:00 pm and from 2:00 pm to 7:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°48'46.33"N • 8°22'42.84"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia fluvial de São Jorge.
São Jorge River Beach.





DESCIDA DO RIO LIMA EM KAYAK DESCENT OF THE RIVER LIMA BY KAYAK

• PONTE DA BARCA → PONTE DE LIMA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Lima em Kayak, de Ponte da Barca a Ponte de Lima. Distância: 8 kms. Duração: 02h00 a 02h30.

🇬🇧 Descent of the River Lima by Kayak from Ponte da Barca to Ponte de Lima. Distance: 8 km. Duration: from 2 hr. to 2 hr. 30 min.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Paisagens belas, navegação fácil, prazer.

🇬🇧 Beautiful scenery, easy navigation, pleasure.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados pela Federação Portuguesa de Canoagem e professores de Educação Física e Desportiva. Kayaks de turismo de 2 lugares. A atividade inclui equipamento, acompanhamento especializado, seguros e reforço alimentar.

🇬🇧 Monitors qualified by the Portuguese Canoeing Federation and teachers of Physical Education and Sport. 2 seater tourist kayaks. Activity includes: equipment, professional instruction, insurance and food supplements.



RESERVAR BOOKING

PLANETALIMA OUTDOOR ADVENTURE

📧 PlanetaLima
Rua D. Manuel I, n° 47
4980-649 Ponte da Barca
🌐 www.planetalima.com

✉ info@planetalima.com
📞 00351 966 537 020 (Hugo Cerqueira)
📞 00351 966 319 263 (João Davide)
📞 00351 966 648 817 (João Pereira)

Muito para ver e sentir

Lots to see and feel

PREÇOS FEE

25€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 10h00 às 12h00-13h00 e das 15h00 às 17h00-18h00.

🇬🇧 *Every day from 10:00 am to 12:00/1:00 pm and from 3:00 pm to 5:00/6:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°48'32.85"N • 8°24'51.94"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Partida de Ponte da Barca.
Starting from Ponte da Barca.





DESCIDA DO RIO LIMA EM KAYAK DESCENT OF THE RIVER LIMA BY KAYAK

• TOUVEDO → PONTE DA BARCA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Lima em Kayak, de Touvedo a Ponte da Barca. Distância: 5 kms. Duração: 01h30 a 02h00.

🇬🇧 Descent of the River Lima by Kayak from Touvedo to Ponte da Barca. Distance: 5 km. Duration: from 01hr. 30 min. to 02 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Paisagens belas, navegação fácil, prazer.

🇬🇧 Beautiful scenery, easy navigation, pleasure.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados pela Federação Portuguesa de Canoagem e professores de Educação Física e Desportiva. Kayaks de turismo de 2 lugares. A atividade inclui equipamento, acompanhamento especializado, seguros e reforço alimentar.

🇬🇧 Monitors qualified by the Portuguese Canoeing Federation and teachers of Physical Education and Sport. 2 seater tourist kayaks. Activity includes: equipment, professional instruction, insurance and food supplements.



RESERVAR BOOKING

PLANETALIMA OUTDOOR ADVENTURE

📧 PlanetaLima
Rua D. Manuel I, n° 47
4980-649 Ponte da Barca
🌐 www.planetalima.com

✉ info@planetalima.com
📞 00351 966 537 020 (Hugo Cerqueira)
📞 00351 966 319 263 (João Davide)
📞 00351 966 648 817 (João Pereira)

Muito para ver e sentir

Lots to see and feel

PREÇOS FEE

25€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 10h00 às 12h00-13h00 e das 15h00 às 17h00-18h00.

🇬🇧 *Every day from 10:00 am to 12:00/1:00 pm and from 3:00 pm to 5:00/6:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°48'32.85"N • 8°24'51.94"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Partida de Touvedo.
Departure from Touvedo.





CANOAGEM NO RIO LIMA CANOEING ON THE RIVER LIMA



PRODUTO PRODUCT



Três percursos à escolha no rio Lima: "S. Jorge – Ponte da Barca" com distância de 5km, "Ponte da Barca – Gandra" com distância de 8 km ou "Gandra – Ribeira" com distância de 5 km. Descer de kayak o rio Lima tem como aliciente cruzar em segurança "rápidos" de baixo grau de dificuldade, ao longo de um vale livre de poluição, permitindo desfrutar da natureza no seu estado puro e relaxante. Duração: 01h30 a 02h00.

Three trips to choose from on the River Lima "S. Jorge – Ponte da Barca" with a distance of 5km, "Ponte da Barca – Gandra" with a distance of 8 km or "Gandra – Ribeira", with a distance of 5 km. Kayaking down the River Lima features safely navigating rapids with a low degree of difficulty along an unpolluted valley, allowing you to enjoy nature in its pure and relaxed state. Duration: 1 hr. 30 min. to 2 hr.

PROMESSA PLEDGE



Paisagens fantásticas, bons equipamentos e enquadramento técnico de qualidade. Uma descida entre amigos e em segurança, desfrutando da natureza.

Fantastic scenery, good equipment and quality technical support. A safe descent among friends, enjoying nature.

RECURSOS RESOURCES



Monitores experientes, com formação em canoagem, socorrismo e resgate. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, seguros, reportagem fotográfica, diploma e banho quente no final.

Experienced monitors trained in canoeing, first aid and rescue. Activity includes: equipment, qualified monitor, insurance, photo reportage, certificate and hot shower at the end.



RESERVAR BOOKING

CENTRO AVENTURA

Centro Aventura
São Pedro de Arcos – Pentieiros
4990-530 Ponte de Lima

00351 919 977 056
info@centroaventura.pt
www.centroaventura.pt

Natureza, aventura, segurança... e muita diversão
Nature, adventure, safety... and lots of fun

PREÇOS FEE

20€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



Todos os dias das 09h00 às 19h00.
Every day from 9:00 am to 7:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°46'30.99"N • 8°39'0.45"W



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações do Centro Aventura.
Centro Aventura premises.





CANOAGEM NO RIO LIMA CANOEING ON THE RIVER LIMA



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aluguer de material náutico para passeios livres no rio Lima, em kayak “sit-on-top”, com a duração de 01h30, realizados no troço do rio que banha a vila de Ponte de Lima, beneficiando ainda das infraestruturas e das condições logísticas de que a Náutica e Lazer dispõe.

🇬🇧 Rental of nautical material for free rides on the River Lima on a “sit-on-top” kayak, with a duration of 1 hour 30 minutes, on the section of the river that flows through the town of Ponte de Lima, thereby also benefiting from the infrastructure and logistical conditions Náutica e Lazer offers.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Contemplar a fauna e flora autóctone, os campos e a ruralidade do concelho de Ponte de Lima e o património arquitetónico e histórico da vila mais antiga de Portugal.

🇬🇧 Contemplate the indigenous fauna and flora, the fields and rurality of the county and the architectural and historical heritage of the oldest town in Portugal.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Experienced monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

NÁUTICA E LAZER DO LIMA

📄 Náutica e Lazer do Lima

S. Gonçalo

4990-150 Arcozelo

🌐 www.nauticallazer.pontedelima.com

📞 00351 962 003 414

📞 00351 258 944 899

✉ geral@cnplima.com

Experiência rica em paisagens, história e diversão

An experience rich in scenery, history and fun

PREÇOS FEE

3,69€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 09h30 às 18h00.

🇬🇧 *Every day from 9:30 am to 6:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°45'54"N • 8°35'31"W 📍

📍 PUNTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Instalações da Náutica e Lazer.

Náutica e Lazer premises.





DESCIDA DO RIO LIMA DESCENT OF THE RIVER LIMA



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida do rio Lima em kayak "sit on top", juntando a adrenalina da transposição de açudes, que criam rápidos de baixo grau de dificuldade, com uma abordagem única das magníficas paisagens do Vale do Lima. Os percursos são entre Ponte de Lima e Ponte da Barca e o grau de dificuldade depende do participante. A duração e percurso são variáveis, podendo ser entre 02h00 a 03h00.

🇬🇧 Descent of the River Lima on a "sit-on-top" kayak, combining the adrenaline of traversing weirs, which create rapids with a low degree of difficulty, with a unique approach to the magnificent landscapes of the Lima Valley. The trips are between Ponte de Lima and Ponte da Barca and degree of difficulty depends on the participant. The duration and routes are variable, ranging from 2 hours to 3 hours.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Momentos de diversão que conjugam as magníficas e relaxantes paisagens do concelho de Ponte de Lima e o rio Lima em momentos que são muito mais que adrenalina.

🇬🇧 Fun moments that combine the magnificent, relaxing landscapes of Ponte de Lima county and the River Lima, creating moments that are much more than just adrenaline.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes e técnicos creditados. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, transporte e seguros.

🇬🇧 Experienced monitors and accredited technicians. Activity includes: equipment, qualified monitor, transport and insurance.



RESERVAR BOOKING

NÁUTICA E LAZER DO LIMA

📄 Náutica e Lazer do Lima

S. Gonçalo

4990-150 Arcozelo

🌐 www.nauticalazer.pontedelima.com

📞 00351 962 003 414

📞 00351 258 944 899

✉ geral@cnplima.com

Experiência inesquecível, relaxante e divertida

Unforgettable, relaxing and fun experience

PREÇOS FEE

24,60€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias das 09h30 às 18h00.

🇬🇧 *Every day: from 9:00 am to 6:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°45'54"N • 8°35'31"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Instalações da Náutica e Lazer.

Náutica e Lazer premises.





PASSEIO DE KAYAK PNPG PNPG KAYAK TOUR

• RIO LIMA RIVER LIMA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Navegar no rio Lima, em kayaks mono lugar ou de 2 lugares, rodeado pelas montanhas, que compõem a secção norte do Parque Nacional da Peneda-Gerês (PNPG), e por aldeias tipicamente minhotas que coexistem em perfeita harmonia com os lagos criados pela Central Hidroelétrica de Touvedo-Salvador. Duração: 03h00.

🇬🇧 Navigate the River Lima in single or tandem kayaks, surrounded by mountains that make up the northern section of the Peneda-Gerês National Park (PNPG), and villages typical of the Minho region that coexist in perfect harmony with the lakes created by the Touvedo-Salvador Hydroelectric Power Station. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Navegar no Lima rodeado por montanhas do PNPG descobrindo, de um modo privilegiado, um cenário criado pelo Homem e com natureza indescritivelmente bela.

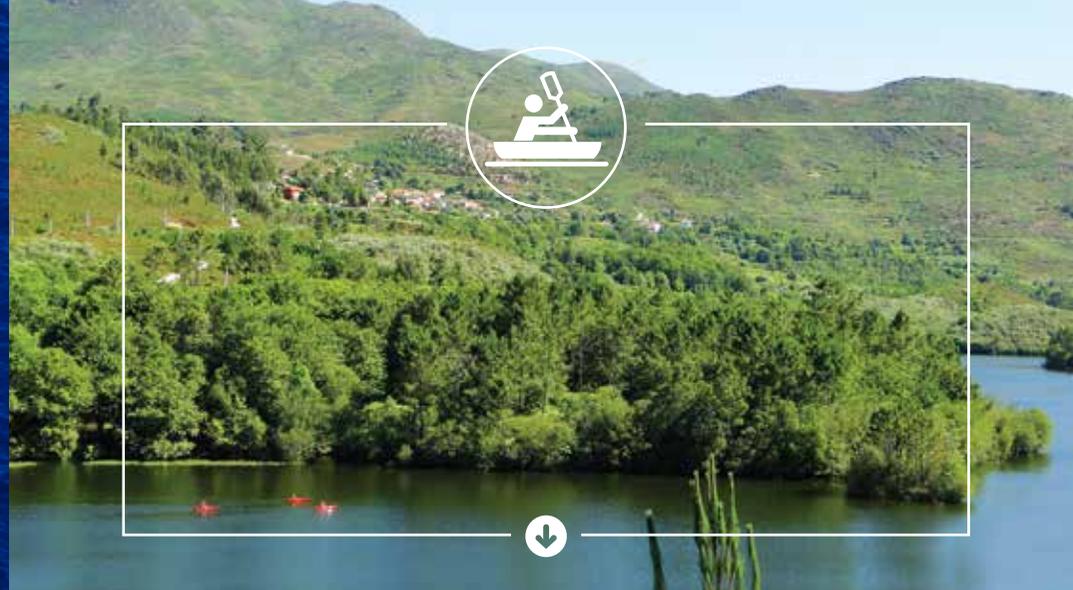
🇬🇧 Navigate the Lima surrounded by the mountains of the PNPG discovering from a prime position a scenario created by man with indescribably beautiful nature.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores experientes e qualificados. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Experienced and qualified monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

AKTIVANATURA OUTDOOR ADVENTURES

📍 AktivaNatura – Outdoor Adventures
Largo de S. João, nº13
4980-627 Ponte da Barca

☎ 00351 916 336 628
✉ info@aktivanatura.com
🌐 www.aktivanatura.com

Kayak Tour – Espelho d’Natureza Kayak Tour – Espelho d’Natureza

PREÇOS FEE

30€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias, de hora a hora, das 09h00 às 18h00, com exceção das 13h00.

🇬🇧 *Every day: every hour from 9:00 am to 6:00 pm, except at 1:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°48'43.24"N • 8°21'12.80"W



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Albufeira de Touvedo.





CANOAGEM NO RIO CÁVADO CANOEING ON THE RIVER CÁVADO



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeio circular de canoa ao longo do rio Cávado que permite desfrutar do património natural e arquitetónico do concelho de Esposende. O passeio pode ser realizado individualmente ou em grupo, sempre devidamente acompanhado por monitores. Participantes: mínimo 2. Duração: 02h00.

🇬🇧 Circular canoe trip along the River Cávado that lets you enjoy the natural and architectural heritage of the area. The trip may be taken individually or in groups, always with the proper accompaniment of monitors. Participants: minimum 2. Duration: 2 hr.

PROMESSA PLEDGE

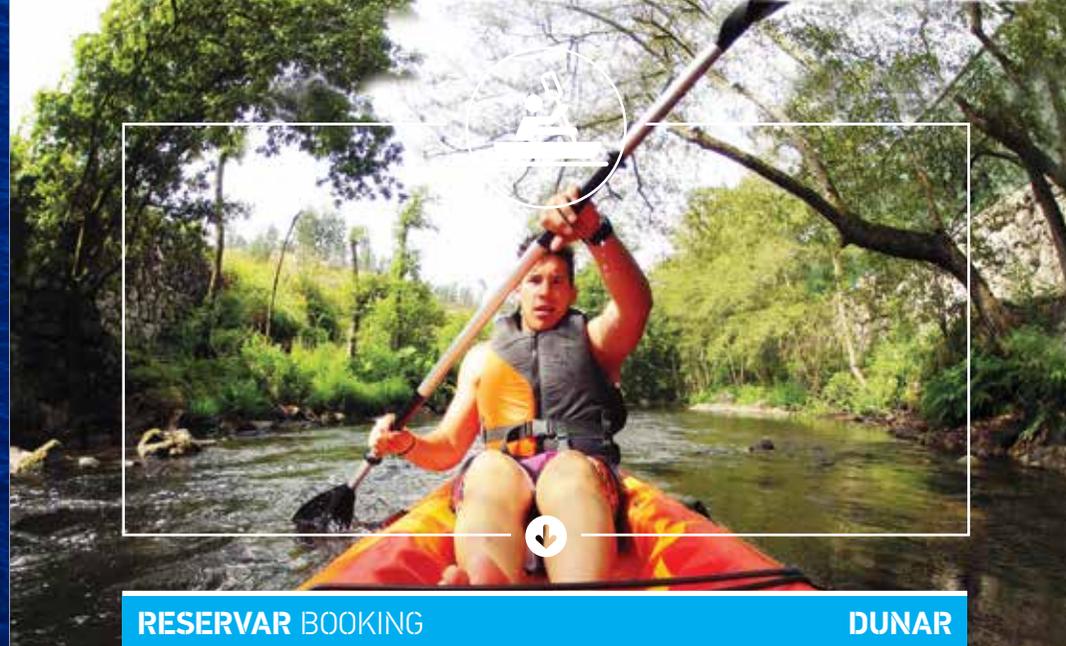


🇵🇹 A garantia do melhor enquadramento técnico num local fabuloso.
🇬🇧 The guarantee of the best technical support in a fabulous place.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados e experientes. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.
🇬🇧 Qualified and experienced monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

DUNAR

📄 Dunar
Travessa Sr.ª das Neves, nº 9
4740-577 Esposende

📞 00351 968 680 025
✉️ dunarlazer@gmail.com
🌐 www.dunar.pt

Venha "Dunar"
Come with "Dunar"

PREÇOS FEE

30,75€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



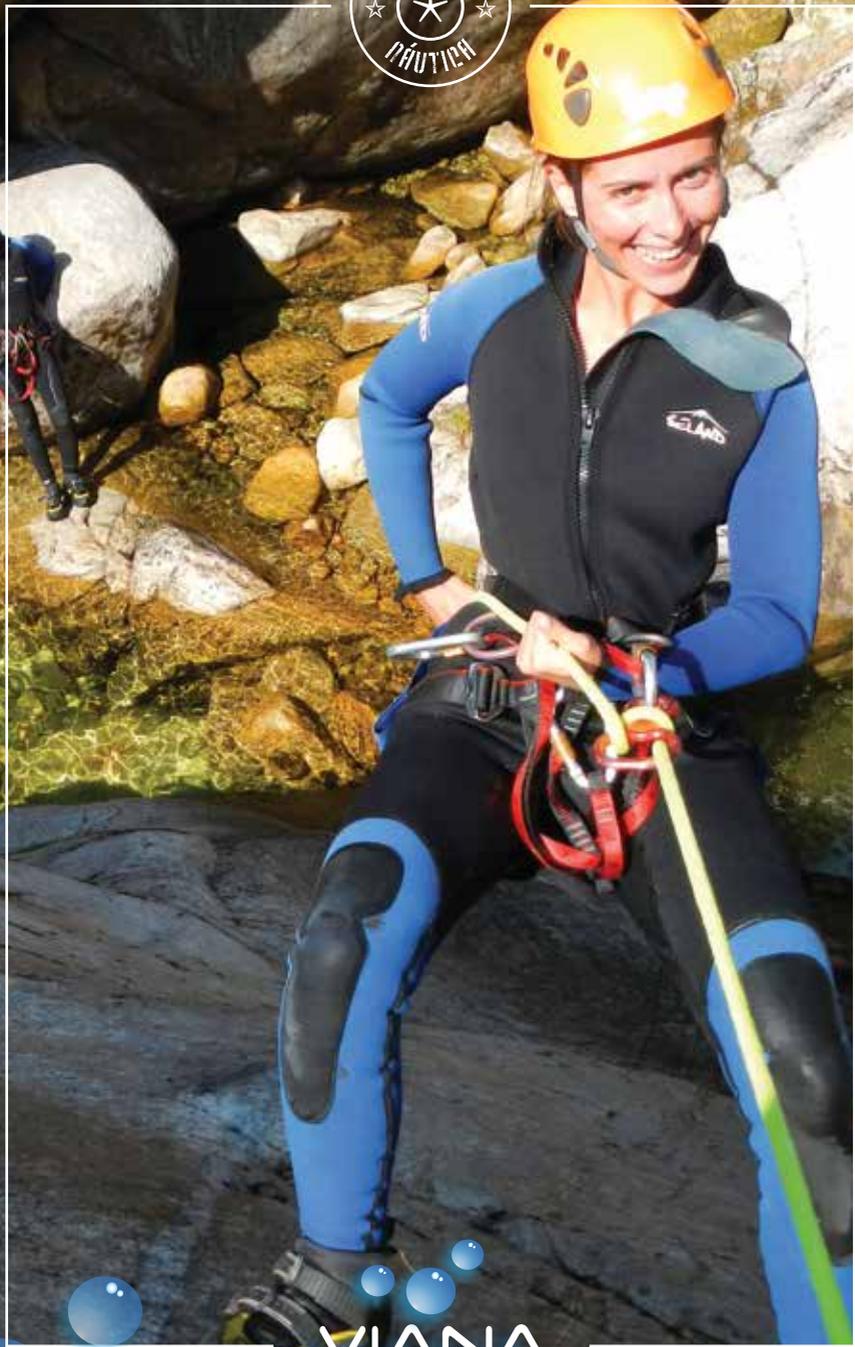
🇵🇹 Todos os dias das 10h00 às 19h00.
🇬🇧 Every day from 10:00 am to 7:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'02"N • 8°44'35"W 📍

📍 PUNTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Esposende.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 16 Canyoning no rio Laboreiro Canyoning on the River Laboreiro **MONTES DE LABOREIRO**
- 17 Caminhada aquática no rio Laboreiro River walk on the River Laboreiro **MONTES DE LABOREIRO**
- 18 Canyoning Canyoning **SERRA D'ARGA - ARCOS DE VADEVEZ - PONTE DA BARCA TOBOGÃ**
- 19 Caminhada aquática Aquatic Trekking **SERRA D'ARGA - ARCOS DE VADEVEZ - PONTE DA BARCA TOBOGÃ**
- 20 Canyoning no rio Âncora Canyoning on the River Âncora **SERRA D'ARGA CAVALEIROS DO MAR**

CANYONING





CANYONING NO RIO LABOREIRO CANYONING ON THE RIVER LABOREIRO



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Atividade destinada a iniciados e avançados, que inclui salto de 6m e rapel de 4m (opcionais) e escorregas naturais, não sendo necessário saber nadar, pois a atividade é acompanhada por monitores profissionais. Duração: 03h00.

🇬🇧 Activity aimed at beginners and the more advanced, which includes a 6 metre jump and abseiling from 4 metres (optional) and natural slides. You do not need to know how to swim because the activity is accompanied by professional monitors. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Desfrute de paisagens deslumbrantes dentro do Parque Nacional da Peneda-Gerês e de lagoas paradisíacas de águas límpidas.

🇬🇧 Enjoy breathtaking scenery inside the Peneda-Gerês National Park and idyllic, clear water lakes.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores profissionais, utilização de técnicas de cordas com equipamento de qualidade. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, foto e vídeo reportagem (incluindo subaquática), balneários, transporte para o local e seguros.

🇬🇧 Professional monitors: use of rope techniques with quality equipment. Activity includes: equipment, qualified monitor, photo and video reportage (including underwater), changing rooms, transport to the site and insurance.



RESERVAR BOOKING

MONTES DE LABOREIRO

📍 Montes de Laboreiro
Varziela
4960-064 Castro Laboreiro

☎ 00351 251 466 041
✉ geral@montesdelaboreiro.pt
🌐 www.montesdelaboreiro.pt

Experiência inesquecível num local de rara beleza
Unforgettable experience in a place of rare beauty

PREÇOS FEE

Star canyoning: 22€ / ↑
Eco canyoning: 26€ / ↑
Water canyoning: 29€ / ↑
Mega canyoning: 35€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias, de 1 de junho a 30 de outubro, às 10h00 e às 15h00.
🇬🇧 *Every day from 1 June to 30 October, at 10:00 am and at 3:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

42°01'32.26"N • 8°08'40.76"W



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações da Montes Laboreiro.
Montes Laboreiro premises.





CAMINHADA AQUÁTICA NO RIO LABOREIRO RIVER WALK ON THE RIVER LABOREIRO



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Atividade de trekking realizada ao longo do leito do rio Laboreiro destinada a pessoas de todas as idades, não sendo necessário saber nadar, pois a atividade é realizada com acompanhamento de monitores profissionais. Duração: 03h00.

🇬🇧 Trekking along the bed of the River Laboreiro aimed at people of all ages. You do not need to know how to swim, as the activity is undertaken with the accompaniment of professional monitors. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Desfrute de paisagens deslumbrantes dentro do Parque Nacional da Peneda-Gerês e de lagoas paradisíacas de águas límpidas.

🇬🇧 Enjoy breathtaking scenery inside the Peneda-Gerês National Park and idyllic, clear water lakes.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores profissionais. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, foto e vídeo reportagem (incluindo subaquática), balneários, transporte para o local e seguros.

🇬🇧 Professional monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor, photo and video reportage (including underwater), changing rooms, transport to the site and insurance.



RESERVAR BOOKING

MONTES DE LABOREIRO

📍 Montes de Laboreiro
Varziela
4960-064 Castro Laboreiro

📞 00351 251 466 041
✉ geral@montesdelaboreiro.pt
🌐 www.montesdelaboreiro.pt

Experiência inesquecível num local de rara beleza
Unforgettable experience in a place of rare beauty

PREÇOS FEE

19,90€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 De 1 de junho a 30 de outubro (todos os dias):
às 10h00 e às 15h00.

🇬🇧 *From 1 June to 30 October (every day):
at 10:00 am and at 3:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

42°01'32.26"N • 8°08'40.76"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações da Montes Laboreiro.
Montes Laboreiro premises.





CANYONING

• SERRA D'ARGA • ARCOS DE VALDEVEZ • PONTE DA BARCA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 O canyoning é uma atividade de lazer para todos os que possuem as habilidades básicas da caminhada. Consiste na descida de canyons, gargantas ou desfiladeiros, seguindo o curso de um rio, utilizando diversas técnicas de progressão, as quais diferem de rio para rio e de acordo com a dificuldade dos mesmos. Duração: 03h30 a 06h00.

🇬🇧 Canyoning is a leisure activity for those who possess the basic skills of hiking. It consists of a descent of canyons, ravines or gorges, following the course of a river, using various techniques of progression, which differ from river to river and according to their difficulty. Duration: 03h30 to 06h00.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Um dia repleto de diversão, natureza e aventura em segurança são algumas das sensações que esperam por si... Um serviço de excelência é o nosso compromisso!

🇬🇧 A day full of fun, nature and adventure in a safe environment are some of the sensations that await you... Our commitment is to provide you an excellent service!

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Guias profissionais especializados em canyoning, equipamento específico topo de gama, seguros, fotos e vídeos.

🇬🇧 Specialised professional canyoning guides, specific, top of the range equipment, insurance, photos and videos.



RESERVAR BOOKING TOBOGÃ – DESPORTO, AVENTURA E LAZER LDA.

📍 Tobogã
Rua do Marco, n° 34
4910-035 Caminha

📞 00351 915 707 938
✉ info@toboga.pt
🌐 www.toboga.pt

Qualidade, segurança, responsabilidade
Quality, safety, responsibility

PREÇOS FEE

Desde 40€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias por marcação
(dependente das condições meteorológicas).
🇬🇧 *Every day by appointment*
(depending on the weather).

LOCALIZAÇÃO LOCATION



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
A definir com o grupo.
To be arranged with the group.





CAMINHADA AQUÁTICA AQUATIC TREKKING

• SERRA D'ARGA • ARCOS DE VALDEVEZ • PONTE DA BARCA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Não se sente à vontade com as alturas, não gosta de cordas mas gostaria de explorar a região? Então esta é a atividade certa para si! Caminhe no leito de um rio, auxiliado por profissionais e conheça as piscinas naturais de água cristalina e refrescante e delicie-se com as mais belas e escondidas paisagens da região! Duração: 02h30 a 03h30.

🇬🇧 Don't feel comfortable with heights, don't like ropes, but would like to explore the area? Then this is the right activity for you! Walk along a riverbed aided by professionals and discover natural pools of crystal clear, refreshing water and take delight in the most beautiful and hidden landscapes of the region!

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Um dia repleto de diversão, natureza e aventura em segurança são algumas das sensações que esperam por si... Um serviço de excelência é o nosso compromisso!

🇬🇧 A day full of fun, nature and adventure in a safe environment are some of the sensations that await you... Our commitment is to provide you an excellent service!

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Guias profissionais especializados em canyoning, equipamento específico topo de gama, seguros, fotos e vídeos.

🇬🇧 Specialised professional canyoning guides, specific, top of the range equipment, insurance, photos and videos.



RESERVAR BOOKING TOBOGÃ – DESPORTO, AVENTURA E LAZER LDA.

📍 Tobogã
Rua do Marco, n° 34
4910-035 Caminha

☎ 00351 915 707 938
✉ info@toboga.pt
🌐 www.toboga.pt

Qualidade, segurança, responsabilidade
Quality, safety, responsibility

PREÇOS FEE

Desde 28€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias por marcação
(dependente das condições meteorológicas).

🇬🇧 *Every day by appointment*
(depending on the weather).

LOCALIZAÇÃO LOCATION



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
A definir com o grupo.
To be arranged with the group.





CANYONING NO RIO ÂNCORA CANYONING ON THE RIVER ÂNCORA

• SERRA D'ARGA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 A atividade mais divertida que se pode realizar na montanha. Trata-se de uma descida de um rio com um grande desnível, utilizando diversas técnicas de progressão como trekking, natação, rappel, escorregas e saltos para a água. Duração: 04h00.

🇬🇧 The most fun activity you can participate in on the mountain. This is a descent of a river with a large drop, using various techniques of progression such as trekking, swimming, abseiling, slides and jumps into the water. Duration: 4 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Momentos de aventura e diversão.

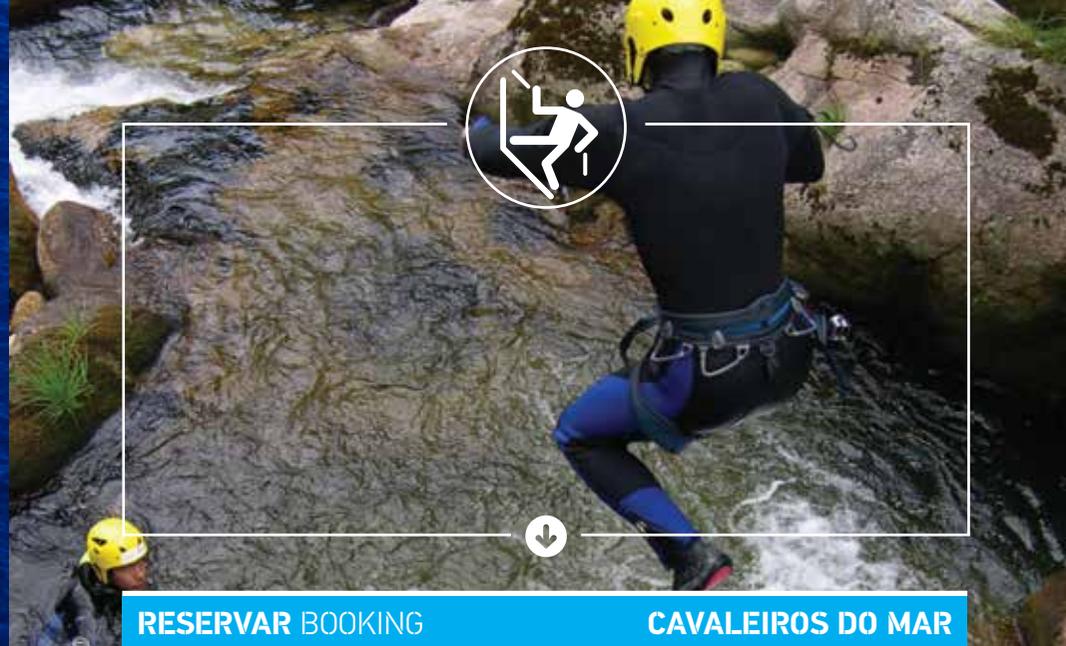
🇬🇧 Moments of adventure and fun.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguro.

🇬🇧 Qualified monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

CAVALEIROS DO MAR

📍 Cavaleiros do Mar
Edifício do Parque
Estrada da Papanata, nº 204, Loja B
4900-476 Viana do Castelo

☎ 00351 964 397 021
✉ info@cavaleirosdomar.com
🌐 www.cavaleirosdomar.com

A natureza como cenário e companhia

Nature as backdrop and company

PREÇOS FEE

29,50€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 A definir com o grupo.
🇬🇧 To be arranged with the group.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°47'56.75"N • 8°44'29.35"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Serra d'Arga – rio Âncora.

Serra d'Arga – River Âncora.





VIANA
TERRA NÁUTICA



21 Experiência em mota de água Jet ski experience **RIO CÁVADO RIVER CÁVADO AQUAJET**

JET SKI





EXPERIÊNCIA EM MOTA DE ÁGUA JET SKI EXPERIENCE

• RIO CÁVADO / RIVER CÁVADO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Experiência em mota de água, para maiores de 18 anos, que permite conduzir uma mota de água num circuito delimitado no rio Cávado. A experiência inicia-se com uma formação ao nível do funcionamento da mota de água e respetivos princípios de segurança, após a qual encontra-se pronto para esta aventura em segurança. Duração: de 00h15 a 01h00.

🇬🇧 Jet ski experience for those over the age of 18, which allows you to drive a jet ski around a circuit mapped out on the River Cávado. The experience starts with training in the operation of the jet ski and the respective safety principles, after which you are ready to go on this adventure in safety. Duration: from 15 min. to 1 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Uma experiência fantástica com Esposende como cenário de fundo, numa mota de água para 2 pessoas.

🇬🇧 A fantastic experience on a jet ski for 2 people, with Esposende as a backdrop.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados com carta de marinheiro e experiência na atividade. A atividade inclui motas de água, coletes, seguros.

🇬🇧 Accredited monitors bearing a seafarer's card and experience in the activity. The activity includes jet skis, vests, insurance.



RESERVAR BOOKING

AQUAJET EQUIPAMENTOS NÁUTICOS, LDA.

📍 Aquajet – Equipamentos Náuticos, Lda.
Loteamento Lagoazende
Pav. 9 – Lugar do Barral
4740-591 Palmeira de Faro – Esposende

☎ 00351 253 824 331
☎ 00351 917 549 631
✉ geral@aquajet.pt
🌐 www.aquajet.com.pt

A vida é uma aventura
Life is an adventure

PREÇOS FEE

35€ / 15 min. / 1↑

40€ / 15 min. / 2↑↑

Restantes preços: contactar a empresa.

Other prices: contact the company.

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Julho e agosto (todos os dias): das 10h às 13h e das 14h às 19h. 🇬🇧 **July and August (every day):** from 10:00 am to 1:00 pm and 2:00 pm to 7:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'34"N • 8°46'43"W 📍

📍 PUNTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Estaleiros de Esposende.
Esposende Shipyards.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 22 Kitesurf Kitesurfing PRAIA DO CABELO CABELO BEACH VIANA DO CASTELO VIANALOCALS
- 23 Kitesurf no rio Cávado Kitesurfing on the River Cávado KOOK PROOF ACTIVITY CENTER

KITESURF





AULAS DE KITESURF KITESURFING LESSONS

• PRAIA DO CABEDELLO CABEDELLO BEACH •
• VIANA DO CASTELO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aulas de kitesurf destinadas a iniciados ou intermédios com monitores certificados pela Federação Portuguesa de Vela (FPV) e pela International Kitesurf Organization (IKO). Participantes: máximo 2. Duração: 03h00. Possibilidade de aluguer de equipamento, para riders experientes.

🇬🇧 Kitesurfing lessons aimed at beginners or intermediate learners with monitors certified by the Portuguese Sailing Federation (FPV) and the International Kiteboarding Organization (IKO). Participants: maximum 2. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Um dos melhores spots da Europa: enorme baía, com vasto areal. Local seguro de aprendizagem. Escola com 13 anos de experiência no ensino e monitores qualificados.

🇬🇧 One of the best spots in Europe: a huge bay with a wide beach. A safe place for learning. School with 13 years of experience in teaching.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores certificados pela FPV e IKO. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros. Escola oficial NBC.

🇬🇧 Monitors certified by the IKO and the FPV. The activity includes equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

VIANALOCALS WATERSPORTS

📍 VianaLocals
Praia do Cabedelo
Edifício Aquário Bar, Cabedelo
4935-160 Cabedelo

☎ 00351 258 325 168
☎ 00351 914 193 535
✉ info@vianalocals.com
🌐 www.vianalocals.com

A melhor equipa, diversão e satisfação garantida
The best team, fun and satisfaction guaranteed

PREÇOS FEE

25€/h/↑
(curso completo de 10h | pack 10hr)
aulas com um mínimo de 03h00.
classes lasting a minimum of 3 hr.

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias por marcação e dependente das condições meteorológicas.
🇬🇧 **Every day: by appointment and depending on the weather.**

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°68'31.97"N • 8°83'31.04"W



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações da empresa (Praia do Cabedelo).
Company premises (Cabedelo Beach).





KITESURF NO RIO CÁVADO

KITESURFING ON THE RIVER CÁVADO



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aulas e aluguer de equipamentos para a prática de kitesurf. Formação efetuada por instrutores certificados no único centro no Norte de Portugal reconhecido pela International Kitesurf Organization (IKO). Duração: 03h00.

🇬🇧 Lessons and rental of equipment for kitesurfing. Training conducted by certified instructors at the only centre in northern Portugal recognised by the International Kiteboarding Organization (IKO). Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Aulas em segurança com a maior qualidade: reconhecimento do curso obtido pela IKO, com certificado no final do curso.

🇬🇧 Lessons in safety with the highest quality: recognition of the course obtained from the IKO, with end-of-course certificate.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores certificados pela IKO (International Kitesurf Organization), VDWS e FPV. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, barco de apoio, chuveiros, balneários, parque de estacionamento no local e seguros.

🇬🇧 Monitors certified by the IKO (International Kiteboarding Organization), VDWS and FPV. Activity includes: equipment, qualified monitor, support boat, showers, changing rooms, car park at the site and insurance.



RESERVAR BOOKING

KOOK PROOF ACTIVITY CENTER

📍 Kook Proof Activity Center
Rua da Central, n° 5 C
4740-237 Esposende

☎ 00351 938 332 245
✉ info@kookproof.com
🌐 www.kookproof.com

O único centro de atividades reconhecido pela IKO
The only activity centre recognised by the IKO

PREÇOS FEE

30,75€/h/↑ (pack 15h00)
aulas com um mínimo de 03h00.
classes lasting a minimum of 3 hr.

HORÁRIO TIMETABLE

🇵🇹 Todos os dias:
das 10h00 às 20h00.
🇬🇧 Every day:
from 10:00 am to 8:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'54.44"N • 8°47'22.40"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Praia da Restinga do rio Cávado, Esposende.
Restinga beach of the River Cávado, Esposende.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 24 Imersões em Viana do Castelo Dives in Viana do Castelo **OCEANO ATLÂNTICO** ATLANTIC OCEAN **CAVALEIROS DO MAR**
- 25 Mergulho Scuba diving **OCEANO ATLÂNTICO** ATLANTIC OCEAN **ESPOSENDE FÓRUM** ESPOSENDE

MERGULHO DIVING





IMERSÕES EM VIANA DO CASTELO

DIVES IN VIANA DO CASTELO

• OCEANO ATLÂNTICO / ATLANTIC OCEAN •



PRODUTO PRODUCT



A costa vianense apresenta mais de 10 spots de mergulhos, destacando-se a biodiversidade dos fundos rochosos, como a baixa do parcel. Existem várias zonas junto à costa, como é o caso da Amorosa, que proporcionam mergulhos entre os 10 e os 20 metros em bosques de laminárias, refúgios de espécies como o sargo, robalo e polvo. Duração dos mergulhos: 00h45.

The coast of Viana has more than 10 dive spots, with the biodiversity of rocky bottoms and the low reefs proving particular highlights. There are several areas along the coast, such as Amorosa, which offer dives to between 10 and 20 metres in kelp forests, refuges for species such as white sea bream, sea bass and octopus. Duration of dives: 45 min.

PROMESSA PLEDGE



Mergulhos de qualidade com acompanhamento personalizado.

Quality dives with customised monitoring.

RECURSOS RESOURCES



Monitores credenciados pela PADI e CMAS. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguro.

Monitors certified by PADI and CMAS. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

CAVALEIROS DO MAR

Cavaleiros do Mar
Edifício do Parque
Estrada da Papanata, nº 204, Loja B
4900-476 Viana do Castelo

00351 964 397 021
 info@cavaleirosdomar.com
 www.cavaleirosdomar.com

Viva a grande aventura da sua vida
Experience the great adventure of your life

PREÇOS FEE

24,60€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



A definir com o grupo.
 To be arranged with the group.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°41'38.55"N • 8°49'15.91"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Costa de Viana do Castelo.
Viana do Castelo coast.





MERGULHO SCUBA DIVING

• OCEANO ATLÂNTICO / ATLANTIC OCEAN – ESPOSENDE •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Formação em mergulho, desde batismos em piscina a cursos (do nível iniciado ao profissional). Saídas de mar organizadas durante todo o ano para mergulhadores certificados. Duração dos mergulhos: 00h40.

🇬🇧 Scuba lessons, from discover scuba in a pool to scuba diving certification courses (from diver level beginners course to professional divemaster level). Scuba diving trips organized throughout the year for certified divers. Duration of dives: 40 min / average.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 A descoberta da biodiversidade do Parque Marinho do Litoral Norte, na companhia de profissionais especializados.

🇬🇧 Discover the biodiversity of the North Coast Marine Park in the company of expert professionals.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 1 Patrão de costa, 1 marinheiro, 1 instrutor de mergulho e 1 divemaster. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 1 coastal skipper, 1 basic skipper, 1 scuba instructor and 1 Divemaster. Activity includes: full equipment, qualified monitors and insurance.



RESERVAR BOOKING

FÓRUM ESPOSENSENSE

📍 Fórum Esposendense
Centro de Atividades Náuticas
Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira
4740-204 Esposende

☎ 00351 253 964 836
☎ 00351 964 013 133
✉ info@forum-esposendense.pt
🌐 www.cmem.forum-esposendense.pt

Litoral Norte: mergulhe, descubra, explore
North Coast: dive, discover, explore

PREÇOS FEE

30,75€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Depende das marés.
🇬🇧 Depends on the tides.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'34.98"N • 8°46'44.89"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Centro de mergulho e ecologia marinha
– Forum Esposendense.
North Coast Marine Park.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 26 Passeio fluvial **River trip** RIO MINHO RIVER MINHO PORTNAUTIC
- 27 Passeio de barco **Boat trip** RIO MINHO E COSTA ATLÂNTICA RIVER MINHO AND ATLANTIC COAST FORTE DA ÍNSUA POSTO NÁUTICO ÍNSUA
- 28 Cruzeiros Lethes **Lethes cruises** RIO LIMA RIVER LIMA VIVEXPERIÊNCIA
- 29 Passeio fluvial **River trip** RIO LIMA RIVER LIMA IRMÃOS PORTELA
- 30 Cruzeiros de Kitesurf e SUP **Kitesurfng and SUP cruises** ATLANTIC OCEAN FEELDouro ADVENTURE E VIANALOCALS
- 31 Percursos fluviais **River trips** RIO CÁVADO RIVER CÁVADO FÓRUM ESPOSENDENSE
- 32 Passeio fluvial **River trip** FOZ DO RIO CÁVADO → MARACHÃO PRORIVER

PASSEIOS DE BARCO BOAT TRIPS





PASSEIO FLUVIAL RIVER TRIP

• RIO MINHO RIVER MINHO •



PRODUTO PRODUCT



Passeio de barco no rio Minho com partida de Vila Nova de Cerveira até à foz do rio Minho, ou até Tui, desfrutando da paisagem deste magnífico rio e das suas ilhas, nas quais vale a pena parar. Duração: 03h00.

Boat trip on the River Minho departing from Vila Nova de Cerveira and travelling to the mouth of the River Minho, or to Tui, enjoying the scenery of this magnificent river and its islands, where it is worth stopping. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



Desfrute da paisagem e da beleza (fauna e flora) do rio Minho visitando as suas ilhas.

Enjoy the scenery and beauty (flora and fauna) of the River Minho visiting its islands.

RECURSOS RESOURCES



1 Patrão de costa. A atividade inclui barco tipo jangada e 2 flutuadores paralelos de alumínio e seguros.

1 Ocean Yachtmaster. Activity includes: raft-type boat and 2 parallel aluminium floats and insurance.



RESERVAR BOOKING

PORTNAUTIC

Portnautic
Zona Industrial de Vila Nova de Cerveira
Polo 2, Lote 22
4920-012 Campos

00351 251 792 800
 00351 937 031 741
 info@portnautic.pt
 www.portnautic.pt

Descubra e desfrute do encanto da paisagem
Discover and enjoy the charm of the landscape

PREÇOS FEE

15€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE

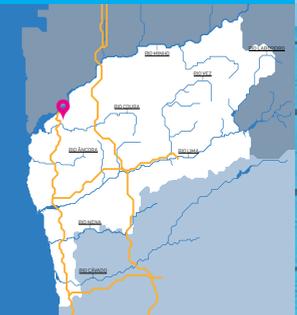


Todos os dias às 10h00 e às 15h00.
 Every day: mornings at 10:00 am;
afternoons at 3:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°56'21.66"N • 8°44'51.92"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Cais de Vila Nova de Cerveira.
Docks of Vila Nova de Cerveira.





PASSEIO DE BARCO

• RIO MINHO E COSTA ATLÂNTICA (FORTE DA ÍNSUA) •

BOAT TRIP

• RIO MINHO AND ATLANTIC COAST (FORTE DA ÍNSUA) •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeio de barco no rio Minho e na costa atlântica, incluindo o Forte da Ínsua, em Caminha, que permite uma excelente relação com a natureza. Neste passeio pode desfrutar de um magnífico enquadramento paisagístico que engloba mar, rio, floresta, praia e o Forte da Ínsua. Duração: 00h15 viagem ida e volta para o Forte da Ínsua; 01h00 a 02h00 – passeio no rio Minho.

🇬🇧 Boat trip on the River Minho and the Atlantic Coast, including Forte da Ínsua, which offers excellent contact with nature. On this trip you may enjoy the backdrop of a magnificent landscape encompassing the sea, the river, forest, beach and Forte da Ínsua. Duration: 15 min. round trip to Forte da Ínsua, 1 to 2 hr. – trip on the River Minho.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Passeio cultural de natureza com perfeito enquadramento paisagístico.

🇬🇧 Cultural tour of Nature with a perfect landscape as a backdrop.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Pilotos profissionais e agentes de animação turística inscritos no Turismo de Portugal. A atividade inclui equipamento e seguros.

🇬🇧 Professional pilots and tourism agents registered with Turismo de Portugal tourist authority. Activity includes: equipment and insurance.



RESERVAR BOOKING

POSTO NÁUTICO ÍNSUA

📄 Emídio & Sebastião Nunes, Lda.
Praia Foz do Minho
4910-621 Caminha

☎ 00351 258 722 177
☎ 00351 965 836 998
✉ insua.caminha@gmail.com
📱 insuarestaurantepraiacaminha

Experiência a não perder com paisagens únicas

An unmissable experience with unique scenery

PREÇOS FEE

Varia entre os 7€/↑ e os 20€/↑, dependendo do serviço.

Varies between 7€/↑ and 20€/↑, depending on the service.

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias de maio a outubro: das 09h00 às 19h00.

🇬🇧 *Every day from May to October: from 9:00 am to 7:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°52'01.92"N • 8°51'35.99"W



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia Foz do Minho.

Foz do Minho Beach.





CRUZEIROS LETHES LETHES CRUISES

• RIO LIMA RIVER LIMA •



PRODUTO PRODUCT



Passeio de barco pelo rio Lima contando a mítica e lendária história do rio do esquecimento (rio Lethes), com uma prova de vinho verde a bordo, degustação de um produto regional e animação musical. A visita tem início junto à Praça da Liberdade, em Viana do Castelo, passa pelas pontes Eiffel e nova, navio hospital Gil Eannes, Castelo de Viana (Torre da Roqueta), doca dos estaleiros e praia do Cabedelo. Participantes: mínimo 10. Duração: 00h40 ou 01h30.

Boat trip on the River Lima recounting the mythical and legendary history of the forgotten river (River Lethes), with vinho verde wine tasting on board, tasting of regional produce and musical entertainment. The visit begins at Praça da Liberdade, passing the Eiffel and new bridges, the hospital ship Gil Eannes, Castelo de Viana castle (Roqueta Tower), dock yards and Cabedelo beach. Participants: minimum 10. Duration: 40 min. or 90 min.

PROMESSA PLEDGE



Passeio com uma perspetiva fantástica de Viana do Castelo e de alguns dos seus emblemáticos edifícios e uma prova de vinho verde fresca como a região.

Trip offering fantastic views of Viana do Castelo and some of its iconic buildings and tasting of a vinho verde as fresh as the region itself.

RECURSOS RESOURCES



Técnico de turismo e tripulação do barco (esta a cargo dos Irmãos Portela, Lda.). A atividade inclui embarcação de cruzeiros no rio Lima (Irmãos Portela Lda.), guia, prova de vinho verde da região e seguros.

Tourism operative and boat crew (provided by Irmãos Portela, Lda.). Activity includes: cruise boat on the River Lima (Irmãos Portela Lda.), guide, vinho verde wine tasting and insurance.

RESERVAR BOOKING

VIVEXPERIÊNCIA

VivExperiência
Posto de Turismo Municipal
Praça da Liberdade
4900-040 Viana do Castelo

00351 258 098 415
 00351 913 348 813
 geral@vivexperiencia.pt
 www.vivexperiencia.pt

Cruzeiros Lethes, experiência que fica na memória
Cruzeiros Lethes, experience that stays in the memory

PREÇOS FEE

40 min: 12,5€ /↑;
5€ /crianças/children.
90 min: 19,5€ /↑;
8€ /crianças/children.

HORÁRIO TIMETABLE



Todos os dias, de abril a setembro: às 11h10 e às 16h10 (com possibilidade de agendamento de outros horários).
 Every day from April to September: at 11:10 am and at 4:10 pm (with the option of scheduling other times).

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°41'25"N • 8°49'41"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Praça da Liberdade.





PASSEIO FLUVIAL RIVER TRIP

• RIO LIMA RIVER LIMA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeios no rio Lima com saídas diárias a partir das 10h30, que possibilitam desfrutar da beleza paisagística deste território. Participantes: mínimo 2, máximo 88 para os passeios de 00h40; e de mínimo 6, máximo 88 para os passeios de 01h30. Duração: 00h40 ou 01h30. 🇬🇧 Trips on the River Lima with daily departures from 10:30 am, which enable you to enjoy the scenic beauty of this area. Participants: minimum 2, maximum 88 for 40-min. trips; and minimum 6, maximum 88 for 90-min. trips. Duration: 40 min. or 90 min.

PROMESSA PLEDGE



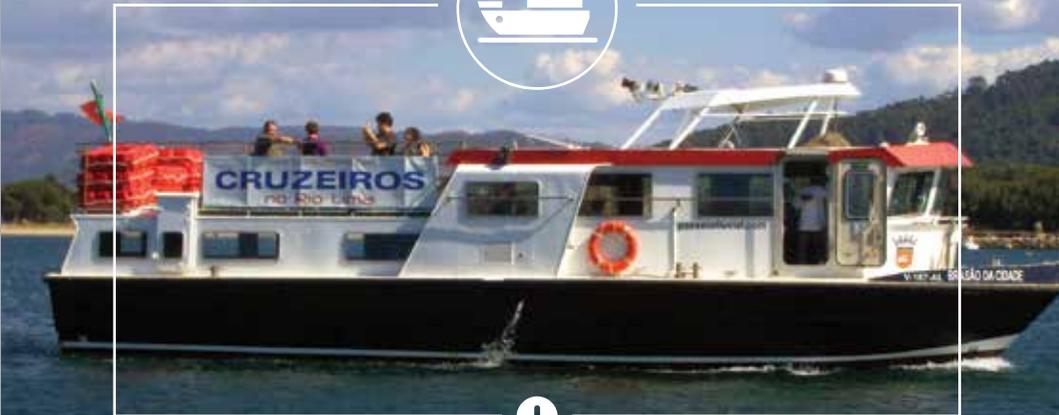
🇵🇹 Uma inesquecível viagem na qual pode desfrutar de toda a beleza paisagística do rio Lima. Descubra este território a bordo das nossas embarcações! 🇬🇧 An unforgettable trip on which you can enjoy all the natural beauty of the River Lima. Discover this area on board our vessels!

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Tripulação composta por 3 mestres de tráfego local, 5 marinheiros de 2ª classe de tráfego local, 1 maquinista de 3ª classe e 1 ajudante de maquinista, 1 músico, 1 guia, 1 ou mais empregados de mesa. A atividade inclui embarcação com lotação de 33 lugares ou embarcação com 88 lugares e seguro. 🇬🇧 Crew consisting of 3 Licensed Boatmasters, 5 Sailors 2nd Class, 1 Marine Engine Operator 3rd Class and 1 Assistant Marine Engine Operator, 1 Musician, 1 Guide, 1 or more waiters. Activity includes: vessel with a capacity for 33 passengers or a vessel for 88 passengers and insurance.

Lima, o rio do esquecimento que recordará sempre
Lima, the forgotten river that you will always remember



RESERVAR BOOKING

IRMÃOS PORTELA CIRCUITOS TURÍSTICOS FLUVIAIS, LDA.

📄 Irmãos Portela
Circuitos Turísticos Fluviais, Lda.
Rua da Boavontade, nº 6
4900-650 Viana do Castelo

📞 00351 962 305 595
✉ geral@passeiofluvial.com
🌐 www.passeiofluvial.com

PREÇOS FEE

40 min = 7,5€ / adultos adults | 4€ / crianças/children.
90 min = 12€ / adultos adults | 6,5€ / crianças/children.

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 **De maio a outubro:** passeio de 00h40 diariamente, de hora a hora, das 10h15 às 19h15, com exceção das 12h15 e das 13h15. Passeio de 01h30 – mediante marcação prévia com uma antecedência mínima de 24h00. 🇬🇧 **From May to October:** 40 min. daily trip every hour from 10:15 am to 7:15 pm, except at 12:15 pm and 1:15 pm. 90m trip – by prior appointment at least 24 hours in advance.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°41'25"N • 8°49'41"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Viana do Castelo.





CRUZEIROS DE KITESURF E SUP KITESURFING AND SUP CRUISES

• OCEANO ATLÂNTICO / ATLANTIC OCEAN •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Cruzeiros de turismo ativo, entre Vila Nova de Cerveira e o Porto, destinados a quem pretende conhecer novas culturas, desfrutar das melhores condições para prática de Kitesurf e de SUP, descobrir as aldeias tradicionais e o seu património histórico e saborear a cozinha maravilhosa portuguesa. Esta é uma experiência única, diversificada e excitante. Participantes: máximo 12. Duração: desde 02h00 a 7 dias.

🇬🇧 Active tourism cruises between Vila Nova de Cerveira and Porto for those who want to experience new cultures, enjoy the best conditions to practise kitesurfing and SUP, discover traditional villages and their historical heritage and savour wonderful Portuguese cuisine. This is a unique, diverse and exciting experience. Participants: maximum 12. Duration: 1 to 7 days.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Alguns dos melhores spots da Europa para a prática de Kitesurf e rios para SUP. Serviço único no Norte de Portugal aliando náutica e cultura.

🇬🇧 Some of the best spots in Europe to practise kitesurfing and rivers for SUP. Unique service in northern Portugal combining water sports and culture.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Skipper certificado pela Federação Portuguesa de Vela e professor de Kitesurf certificado. A atividade inclui equipamento (8 pranchas de SUP insufláveis), barco de apoio novo e completamente equipado, monitor qualificado e seguros

🇬🇧 Skipper certified by the Portuguese Sailing Federation and certified Kitesurfing teacher. Activity includes: equipment (8 inflatable SUP boards), new and fully equipped support boat, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING FEELDouro ADVENTURE E VIANALOCALS

📞 FeelDouro Adventure
VianaLocals - Edifício Aquário Bar
4935-160 Praia do Cabedelo Darque
🌐 www.feeldouro.com

☎ 00351 913 103 983
☎ 00351 220 990 922
☎ 00351 258 325 168
✉ adventure@feeldouro.com

Profissionalismo, diversão e satisfação garantida
Professionalism, fun and satisfaction guaranteed

PREÇOS FEE

A partir de 50€.
From 50€.

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 De Maio a Outubro: por marcação.
🇬🇧 From May to October: by appointment.

LOCALIZAÇÃO LOCATION 41°68'31.97"N - 8°83'31.04"W



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações da empresa (Praia do Cabedelo).
Company premises (Cabedelo Beach).





PERCURSOS FLUVIAIS NO RIO CÁVADO RIVER TRIPS ON THE RIVER CÁVADO



PRODUTO PRODUCT



O percurso fluvial a bordo da antiga embarcação salva-vidas «Patrão Rabumba» inicia-se junto à foz do rio Cávado percorrendo o rio cerca de 15 Km até à Barca do Lago. Este percurso oferece uma experiência relaxante onde poderá ficar a conhecer o património natural, cultural e paisagístico que caracteriza o concelho de Esposende. Duração: 01h30.

The river journey aboard the old lifeboat “Patrão Rabumba” starts at the mouth of the River Cávado, and follows the river about 15 km to Barca do Lago. This route offers a relaxing experience where you can discover the natural, cultural and scenic heritage that characterises the region. Duration: 1 hr. 30 min.

PROMESSA PLEDGE



A descoberta de um património cultural, natural e paisagístico surpreendente a bordo de uma embarcação com história.

Discover amazing cultural, natural and scenic heritage aboard a historic vessel.

RECURSOS RESOURCES



1 Patrão de costa e 1 marinheiro. A atividade inclui equipamento e seguros.

1 Ocean yachtmaster and 1 sailor. Activity includes: equipment and insurance.



RESERVAR BOOKING

FÓRUM ESPOSENDENSE

Fórum Esposendense
Centro de Atividades Náuticas
Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira
4740-204 Esposende

00351 253 964 836
 00351 964 013 133
 info@forum-esposendense.pt
 www.cmem.forum-esposendense.pt

Navegue pela natureza e cultura
Navigate your way through nature and culture

PREÇOS FEE

12,30€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



Depende das marés.
 Depends on the tides.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'56.39"N • 8°47'04.38"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Rio Cávado, Foz Barca do Lago.
River Cávado, Foz Barca do Lago.





PASSEIO FLUVIAL RIVER TRIP

• FOZ DO RIO CÁVADO → MARACHÃO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeio fluvial, entre a foz do Cávado e o Marachão, passando pelo Forte S. João Baptista, pela zona ribeirinha de Esposende, pela Ponte D. Luís Filipe (Ponte de Fão), pela marginal de Fão e pela Barca do Lago. Este passeio possibilita desfrutar de magníficas paisagens, observar a fauna (como juncais) e a flora (como o guarda-rios, a águia-pesqueira e a garça-boieira) deste território e aprender mais sobre a sua história neste passeio idílico. Duração: 02h00.

🇬🇧 River trip between the mouth of the Cávado and the Marachão, passing through Forte S. João Baptista, the riverside area of Esposende, Ponte D. Luís Filipe (Ponte de Fão), the outskirts of Fão and Barca do Lago. This tour enables you to enjoy magnificent landscapes, observe the flora (such as reeds) and fauna (such as the Common Kingfisher, the Osprey and the Cattle Egret) of this area and learn more about their history on this idyllic trip. Duration: 2 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Conheça o rio Cávado, a sua história e desfrute da magnífica paisagem natural.
🇬🇧 Discover the River Cávado, its history and enjoy the magnificent natural landscape.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 1 Patrão de costa. A atividade inclui equipamento e seguros.
🇬🇧 1 Ocean yachtmaster. Activity includes: equipment and insurance.



RESERVAR BOOKING

PRORIVER

📞 Proriver
Actividades Turísticas, Unipessoal, Lda.
Rua do rio Cávado, Fonte Boa
4740-406 Esposende

☎ 00351 962 767 420
☎ 00351 962 020 399
✉ proriver.lazer@gmail.com
📱 facebook.com/proriver.atividadesturisticas

Tempo bem passado em família
Time well spent with the family

PREÇOS FEE

15€ / ↑ adultos/adults;
10€ / crianças dos 6 aos 10 anos;
gratuito para menores de 6 anos.

HORÁRIO TIMETABLE



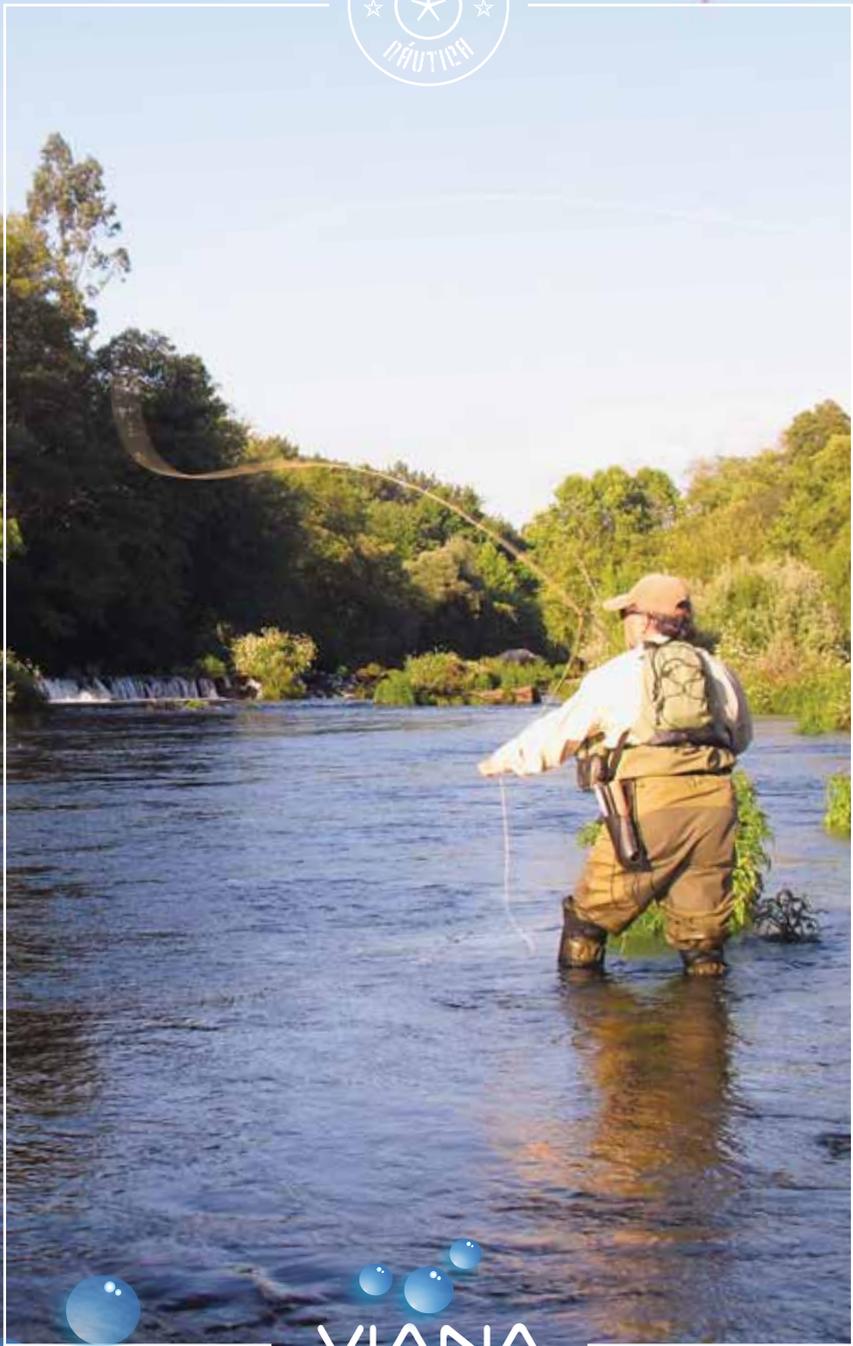
🇵🇹 De abril a outubro:
mediante marcação prévia.
🇬🇧 From April to October:
by appointment.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°32'05.7"N • 8°47'05.7"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Rio Cávado (junto ao restaurante "Pé no rio").
River Cávado (next to the "Pé no rio" restaurant).





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 33 Pesca desportiva Sport fishing RIO LIMA E COSTA ATLÁNTICA RIVER LIMA AND ATLANTIC COAST DIOGO ROCHA
- 34 Pesca à pluma Fly fishing RIOS MINHO, LIMA E CÁVADO RIVERS MINHO, LIMA AND CÁVADO FLYFIP

PESCA FISHING





PESCA DESPORTIVA

• RIO LIMA E OCEANO ATLÂNTICO •

SPORT FISHING

• RIVER LIMA AND ATLANTIC OCEAN •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Atividade de pesca desportiva que permite, simultaneamente, mergulhar nas águas do rio Lima ou em pleno Oceano Atlântico, no qual poderá observar cetáceos. O contato com a natureza e a água são uma constante, além da diversão e companheirismo. Participantes: mínimo 4, máximo 12. Duração: 03h00.

🇬🇧 Sport fishing activity that allows you to simultaneously dive in the waters of the River Lima or the Atlantic Ocean, where you can watch whales. Contact with nature and water is a constant theme, as well as fun and companionship. Participants: minimum 4, maximum 12. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 O rio, o mar, a paisagem de Viana, venha conhecê-los num passeio de barco, com instrutores ao seu dispor. Passe um fim-de-semana agradável no mar.

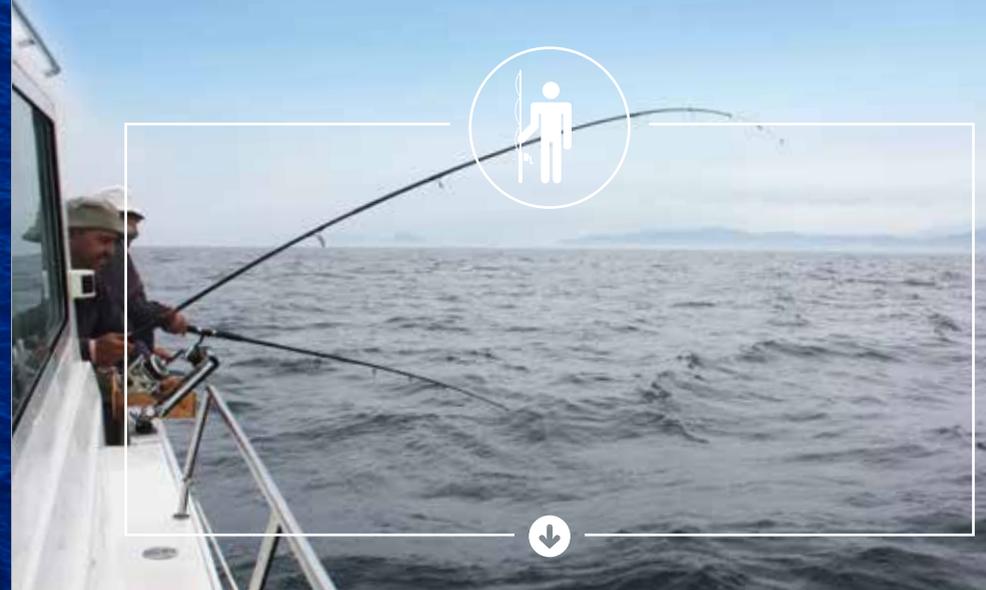
🇬🇧 The river; the sea, the landscape of Viana, come and discover them on a boat trip, with instructors at your disposal. Spend a pleasant weekend at sea.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 1 Patrão de costa e 1 patrão local. A atividade inclui equipamento (marca Shimano) e seguros.

🇬🇧 1 Ocean yachtmaster and 1 local master. Activity includes: equipment (Shimano) and insurance.



RESERVAR BOOKING

DIOGO ROCHA

📍 Diogo Miranda da Rocha
4900 Viana do Castelo

☎ 00351 918 611 130
✉ lethesfish@outlook.com
📘 www.facebook.com/Lethesfish

Liberte as energias nas águas de Viana
Unleash your energies in the waters of Viana

PREÇOS FEE

50€ / ↑
Varia de acordo com o produto. *Varies according to the product.*

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias, mediante marcação.
🇬🇧 *Every day, by appointment.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°41'41.64"N • 8°49'12.00"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Marina de Viana do Castelo.
Viana do Castelo marine.





PESCA À PLUMA

• RIOS MINHO, LIMA E CÁVADO •

FLY FISHING

• RIVERS MINHO, LIMA AND CÁVADO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Acompanhamento de turistas (pescadores) numa jornada de pesca, sem morte (catch and release) nos rios do território, nomeadamente, Minho, Âncora, Lima e Cávado. Ações de formação e workshops de pesca. Participantes workshops: mínimo 2 e máximo 10.

🇬🇧 Accompaniment of tourists (anglers) on a day of fishing, without killing any fish (catch and release) in the rivers of the territory, specifically the Minho, Âncora, Lima and Cávado. Training activities and fishing workshops. Participants in the workshops: minimum 2, maximum 10.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Atividade que alia o prazer da pesca “sem morte” ao respeito e preservação da natureza.

🇬🇧 Activity that combines the pleasure of fishing “without killing” with respect for and preservation of nature.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitor/guia de pesca qualificado, com conhecimentos para dar ações de formação. A atividade inclui equipamento, acompanhamento especializado e seguros.

🇬🇧 Qualified fishing monitor/guide with knowledge to provide training activities. Activity includes: equipment, specialised monitoring and insurance.



RESERVAR BOOKING

FLYFIP FLYFISHING EM PORTUGAL

📞 FlyFip - Flyfishing em Portugal
Ernesto Roma
Edifício Valverde, loja 14
4900-502 Viana do Castelo

📞 00351 229 555 472
📞 00351 926 701 841 (Tomás Silva)
✉ flyfip@flyfishinginportugal.com
🌐 www.flyfishinginportugal.com

Pesca à Pluma – Turismo Aventura

Fly Fishing - Adventure Tourism

PREÇOS FEE

Jornada Trip 04h00: 80€ / ↑;
Jornada Trip 8h: 120€; Workshop: 50€ a 55€
Aluguer de equipamento Equipment hire:
04h00: 55€ / ↑ | 08h00: 85€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias do nascer ao pôr-do-sol: jornadas com uma duração mínima de meio-dia.
🇬🇧 On a daily basis from sunrise to sunset: journeys with a minimum duration of half day.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°70'00.87"N • 8°82'73.75"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia da Restinga do rio Cávado, Esposende.
Restinga beach of the River Cávado, Esposende.





VIANA
TERRA NÁUTICA



35 Rafting no rio Minho Rafting on the River Minho RIO MINHO / RIVER MINHO MELGAÇO RADICAL

RAFTING





RAFTING NO RIO MINHO RAFTING ON THE RIVER MINHO



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Descida de um troço do rio Minho, em águas bravas, utilizando uma embarcação pneumática (raft) com capacidade de 6 a 8 lugares, com propulsão a remos. O troço do rio Minho, onde é praticada a modalidade, é classificado segundo a escala internacional como águas bravas de classe baixa/média, o que o torna acessível a todos. Duração: 03h00 a 04h00. 🇬🇧 Descent of a whitewater section of the River Minho using a pneumatic boat (raft) with a capacity of 6 to 8 places, propelled by rowing. The section of the River Minho where this sport takes place is classified according to the international scale as low/medium class whitewater, which makes it accessible to everyone. Duration: 3 hr. to 4 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Experiência que alia aventura à descoberta da natureza, da fauna e flora, do património construído, da gastronomia e vinhos e da arte e tradição. 🇬🇧 An experience that combines adventure with the discovery of nature, flora and fauna, heritage buildings, gastronomy and wines and art and tradition.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores com vasta experiência e certificados (com cursos de canoagem, socorrismo, nadador salvador, resgate em águas bravas). Cada grupo de 8 participantes é, obrigatoriamente, acompanhado por um guia. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado em todas as embarcações, seguros, transporte, suplemento alimentar, reportagem fotográfica, diploma de participação, duche quente no final e visita ao centro histórico /Solar Alvarinho com provas. 🇬🇧 Monitors with extensive experience and certificates (canoeing, first aid, lifeguard, whitewater rescue courses). One guide is mandatory for each group of 8 participants. Activity includes: equipment, qualified monitor on all rafts, insurance, transport, food supplements, photo reportage, certificate of participation, hot shower at the end and a visit to the historic centre/Alvarinho Manor house with demonstrations.



RESERVAR BOOKING

MELGAÇO RADICAL

📍 Melgaço Radical
Rua da Oliveira
4960-564 Melgaço
🌐 www.melgacoradical.com

☎ 00351 251 402 155
☎ 00351 967 006 347
✉ geral@melgacoradical.com

Dos 8 aos 80
Adventure from 8 to 80

PREÇOS FEE

30€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE

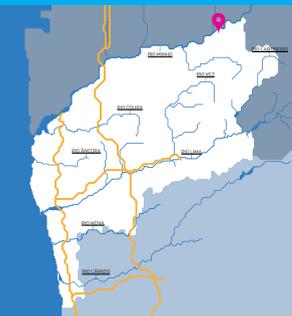


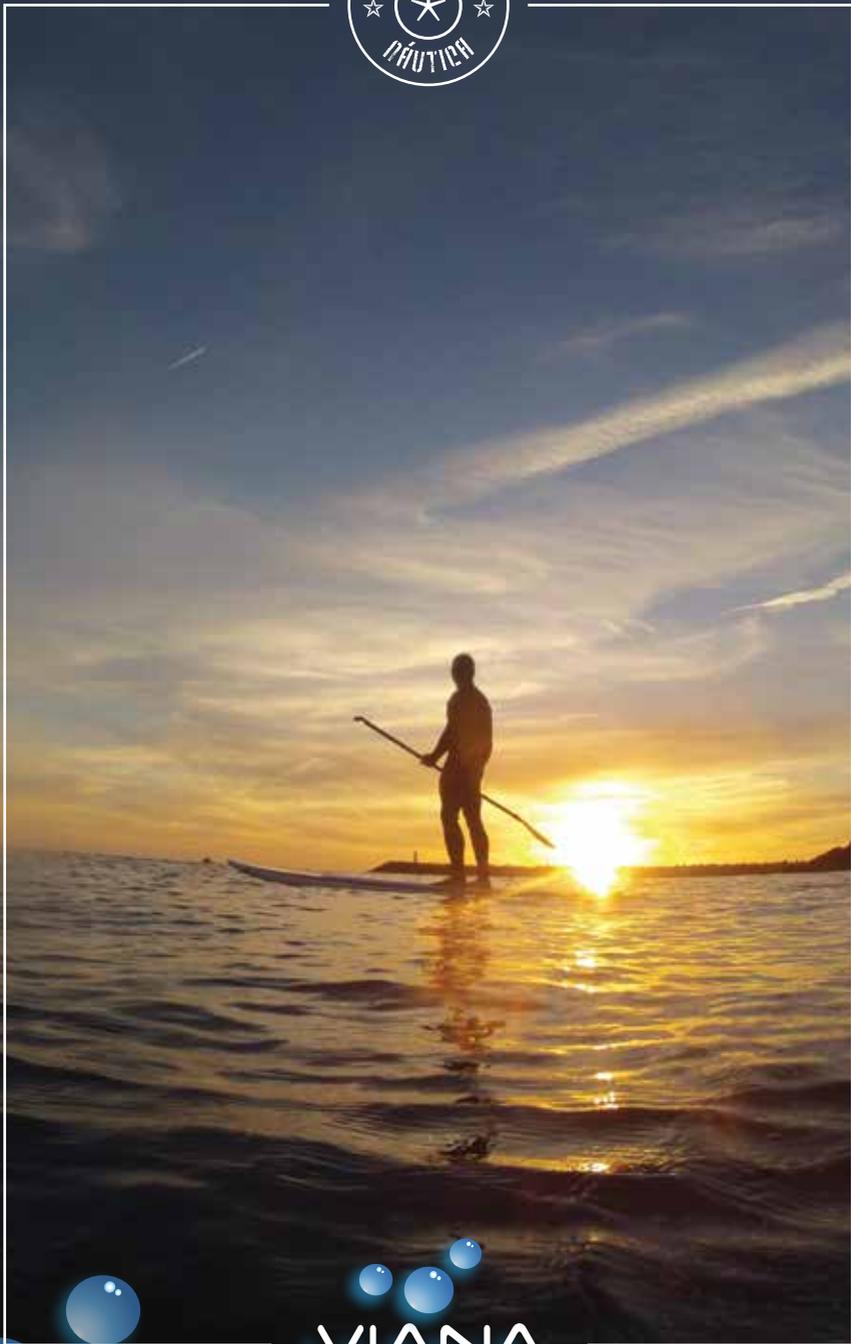
🇵🇹 Todos os dias: manhã às 09h30;
tarde às 15h00.
🇬🇧 *Every day: mornings at 9:30 am;
afternoons at 3:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

42°07'05.86"N • 8°16'14.56"W 📍

📍 PUNTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Centro de Estágios de Melgaço.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 36 Passeios de stand up paddle **Stand up paddle tours** RIO MINHO RIVER MINHO LALO & WIND
- 37 Aulas de iniciação ao SUP em águas paradas **SUP starter lessons in flat water**
OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN VIANA DO CASTELO AFIFE BOARDRIDERS CLUB
- 38 Aulas e passeios de SUP **SUP lessons and tours** PRAIA DO CABEDELLO CABEDELLO BEACH VIANA DO CASTELO VIANALOCALS
- 39 Stand up paddle **Stand up paddle** RIO LIMA / RIVER LIMA AKTIVANATURA
- 40 Passeios de paddle surf **Paddle surf tours** RIO CÁVADO / RIVER CÁVADO KOOK PROOF ACTIVITY CENTER

STAND UP PADDLE





PASSEIOS DE STAND UP PADDLE STAND UP PADDLE TOURS

• RIO MINHO RIVER MINHO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Passeios de stand up paddle surf numa zona de extrema beleza natural, na qual é possível observar e fotografar a fauna e a flora do rio Minho. Participantes: mínimo 2, máximo 12. Duração: 01h30.

🇬🇧 Stand Up Paddle Surfing tours in an area of breathtaking natural beauty, where you can observe and photograph the flora and fauna of the River Minho. Participants: minimum 2, maximum 12. Duration: 1 hr. 30 min.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Alunos recebidos com muita simpatia e profissionalismo. Prática da modalidade numa zona com condições perfeitas para a iniciação e evolução.

🇬🇧 Students received in a very friendly and professional manner. Practise this sport in an area that offers perfect conditions for initiation and development.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Professores licenciados em Educação Física e com formação específica na modalidade. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Teachers with a university degree in Physical Education and specific training in the sport. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

LALO & WIND

📍 Lalo & Wind
Rua do Covelo, n° 151
4910-441 Lanhelas

☎ 00351 919 028 008
✉ contacto@lalowind.pt
🌐 www.lalowind.pt

Conheça a paisagem, ilhas e afluentes do rio Minho

Discover the landscape, islands and tributary streams of the River Minho

PREÇOS FEE

30€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE

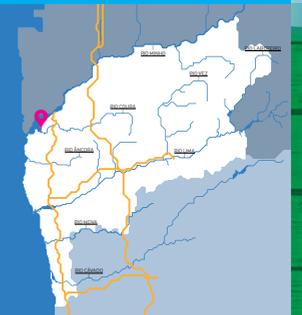


🇵🇹 Todos os dias das 09h00 às 18h00, mediante disponibilidade do participante e condições climáticas.
🇬🇧 *Every day: from 9:00 am to 6:00 pm, depending on availability of the participant and weather conditions.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°53'26.22"N • 8°49'28.25"W 📍

📍 PUNTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Praia fluvial de Pedras Ruivas, Seixas.
River Beach of Pedras Ruivas, Seixas.





AULAS DE INICIAÇÃO AO SUP EM ÁGUAS PARADAS

SUP STARTER LESSONS IN FLAT WATER

• OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN – VIANA DO CASTELO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Curso de iniciação para todas as idades (Flat Water). Neste curso existe um monitor por, no máximo, cada 4 alunos. Duração: 02h00 cada aula, das quais, pelo menos, 01h00 é na água.

🇬🇧 Introductory course for all ages (Flat Water). In this course, there is a monitor for a maximum of every 4 students. Duration: 2 hr. each lesson, of which at least 1 hr. is spent in the water.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Qualidade do ensino e do material disponibilizado. Ensino quase individualizado devido ao reduzido número de alunos por monitor.

🇬🇧 Quality teaching and material provided. Almost individual instruction due to the small number of students per instructor.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados pela Federação Portuguesa de Surf (FPS) e pela International Surfing Association (ISA), bem como formação específica. A atividade inclui equipamento (inclui pranchas Naish Mana Air), monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Monitors qualified by the Portuguese Surfing Federation (FPS) and by the International Surfing Association (ISA), as well as specific training. Activity includes: equipment (includes Naish Mana Air boards), qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

AFIFE BOARDRIDERS CLUB

📍 Afife Boardriders Club
Praia de Afife
4900-011 Afife

☎ 00351 963 922 964
✉ geral@abcescoladesurf.com
🌐 www.abcescoladesurf.com

Competência e qualidade, evolução rápida assegurada
Competence and quality, rapid progress ensured

PREÇOS FEE

1 aula / 1 lesson: 30€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Junho a setembro: todos os dias das 10h00 às 19h00;
Outubro a maio: aos fins-de-semana, feriados e férias escolares.

🇬🇧 June to September: every day from 10:00 am to 7:00 pm; October to May: at weekends, on public holidays and during school holidays.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°46'50.40"N 8°52'13.64"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia de Afife
Afife beach.





AULAS E PASSEIOS DE SUP SUP LESSONS AND TOURS

- PRAIA DO CABEDELLO CABEDELLO BEACH •
- VIANA DO CASTELO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aulas de SUP destinadas a iniciados ou intermédios para aprendizagem e diversão; e passeios pelo rio Lima ou no mar. Participantes: máximo 8. Duração: aulas – 01h00 na água; passeios pelo rio ou no mar – mínimo 02h00.

🇬🇧 SUP lessons aimed at beginners and intermediate learners for learning and fun; and trips on the River Lima or in the sea by SUP. Participants: maximum 8. Duration: Lessons – 1 hr. in the water; trips – maximum 2 hrs.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Praia fantástica, ideal para iniciação, com enorme baía e vasto areal. Local seguro de aprendizagem. Escola com 13 anos de experiência no ensino. Equipamento de alta qualidade.

🇬🇧 Fantastic beach, ideal for beginners, with a huge bay and a wide beach. A safe place for learning. School with 13 years of experience in teaching.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Qualified monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

VIANALOCALS WATERSPORTS

📍 VianaLocals Watersports
Praia do Cabedelo
Edifício Aquário Bar, Cabedelo
4935-160 Cabedelo

☎ 00351 258 325 168
☎ 00351 914 193 535
✉ info@vianalocals.com
🌐 www.vianalocals.com

A melhor equipa, diversão e satisfação garantida

The best team, fun and satisfaction guaranteed

PREÇOS FEE

Aula / lesson: 30€/h / ⬆
Passeio ou aluguer / Tour or rental:
13€/h / ⬆
(mínimo 02h00 / minimum 2 hr.)

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias por marcação e dependente das condições meteorológicas.
🇬🇧 **Every day:** by appointment and depending on the weather.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°68'31.97"N • 8°83'31.04"W 📍

📍 PUNTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Instalações da empresa (Praia do Cabedelo).
Company premises (Cabedelo Beach).





STAND UP PADDLE STAND UP PADDLE

• RIO LIMA / RIVER LIMA •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Stand up paddle num dos mais belos rios do norte de Portugal, descobrindo no decorrer do programa um património natural que figura como exemplo máximo a nível internacional, quer pela diversidade de espécies, quer pela pureza cristalina das águas onde se desenvolve. Duração: 03h00.

🇬🇧 Stand up paddle on one of the most beautiful rivers in northern Portugal, discovering during the programme a natural heritage that is internationally held as the highest example both due to its diversity of species and the crystal clear waters on which this programme takes place. Duration: 3 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Experiência náutica num dos mais belos rios do território, no qual pode desfrutar da diversidade de espécies e da pureza cristalina das águas.

🇬🇧 Boating experience on one of the most beautiful rivers in the territory, during which you may enjoy the diversity of species and crystal clear waters.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores certificados pela empresa. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Monitors certified by the company. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

AKTIVANATURA OUTDOOR ADVENTURES

📍 AktivaNatura – Outdoor Adventures
Largo de S. João, nº 13
4980-627 Ponte da Barca

📞 00351 916 336 628
✉ info@aktivanatura.com
🌐 www.aktivanatura.com

Descubra o stand up paddle no Vale do Lima
Discover stand up paddling in the Lima Valley

PREÇOS FEE

30€/↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias, de hora a hora, das 09h00 às 18h00, com exceção das 13h00.

🇬🇧 *Every day: every hour from 9:00 am to 6:00 pm, except at 1:00 pm.*

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°80'96.92"N • 8°41'75.19"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Rio Lima.
River Lima.





PASSEIOS DE PADDLE SURF PADDLE SURF TOURS

• RIO CÁVADO RIVER CÁVADO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aulas e aluguer de equipamentos para a prática de paddle surf. Formação efetuada por instrutores certificados pela Federação Portuguesa de Surf e IOSUP. Duração das aulas: 02h00.

🇬🇧 Lessons and rental of equipment for Paddle Surfing. Training conducted by instructors certified by the Portuguese Surfing Federation and IOSUP. Duration of the lessons: 2 hr.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Aulas em segurança com a maior qualidade.

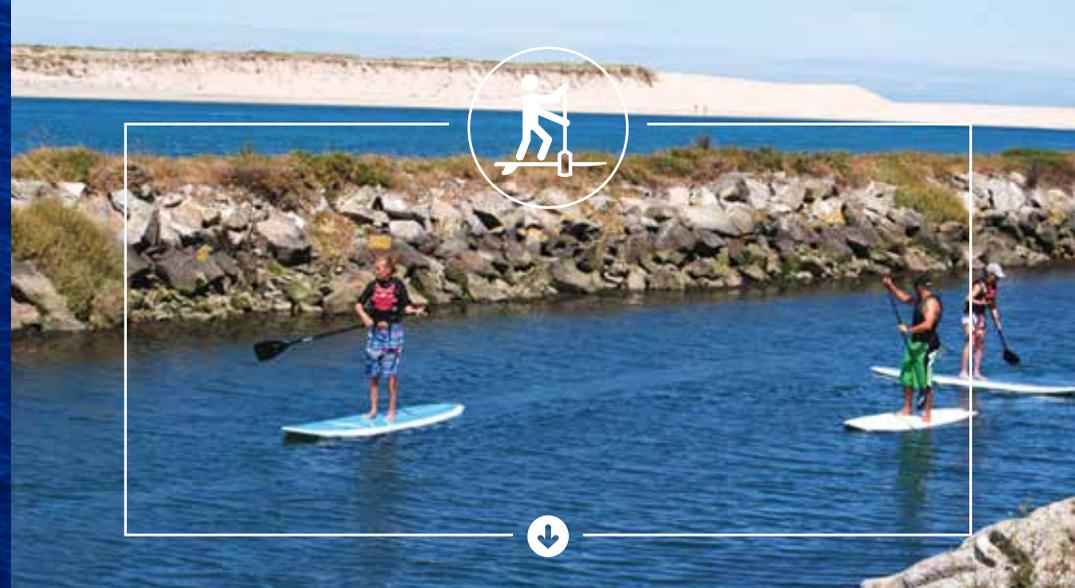
🇬🇧 Lessons in safety with the highest quality.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores certificados pela Federação Portuguesa de Surf e pela IOSUP. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, barco de apoio, chuveiros, balneários, parque de estacionamento no local e seguros.

🇬🇧 Monitors certified by the Portuguese Surfing Federation and IOSUP. Activity includes: equipment, qualified monitor, support boat, showers, changing rooms, car park at the site and insurance.



RESERVAR BOOKING

KOOK PROOF ACTIVITY CENTER

📍 Kook Proof Activity Center
Rua da Central, n° 5 C
4740-237 Esposende

📞 00351 938 332 245
✉ info@kookproof.com
🌐 www.kookproof.com

Serviço de qualidade
Quality service

PREÇOS FEE

aluguer de prancha por meio-dia
half day hire of a board: 24,60€ / ↑
aula de 2h / 2 hour lesson: 40€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE

🇵🇹 Todos os dias:
das 10h00 às 20h00.
🇬🇧 Every day:
from 10:00 am to 8:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

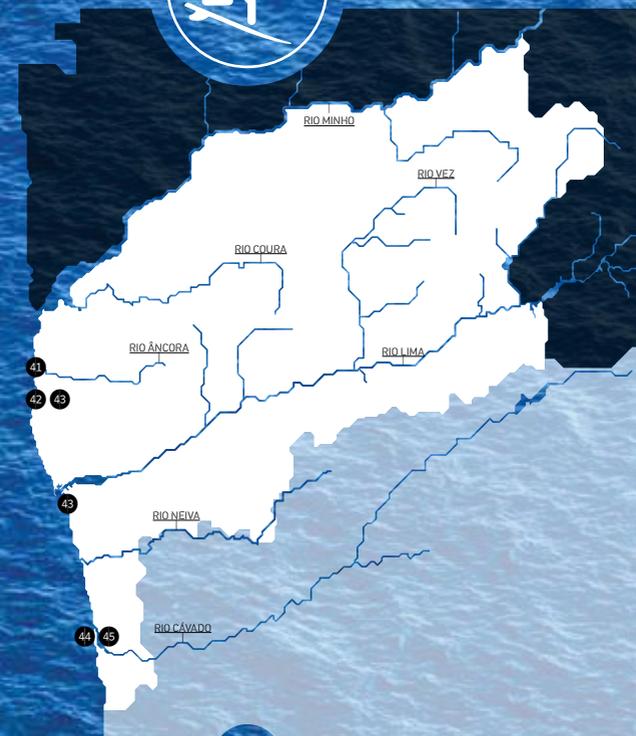
41°31'54.44"N • 8°47'22.40"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Praia da Restinga do rio Cávado, Esposende.
Restinga beach of the River Cávado, Esposende.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 41 Surf em Vila Praia de Âncora Surfing in Vila Praia de Âncora **ESCOLA DE SURF KOALA**
- 42 Aulas de iniciação ao surf Surfing starter lesson **AFIFE AFIFE BOARDRIDERS CLUB**
- 43 Aulas de surf Surfing lessons **PRAIA DO CABEDEL E AFIFE CABEDEL AND AFIFE BEACHS VIANA DO CASTELO SURF CLUBE DE VIANA**
- 44 Batismo de surf Surfing baptism **OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN OFIR ONDA MAGNA SURFSCHOOL**
- 45 Yoga-surf Yoga-surfing **OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN OFIR ONDA MAGNA SURFSCHOOL**

SURF BODYBOARD





SURF EM VILA PRAIA DE ÂNCORA SURFING IN VILA PRAIA DE ÂNCORA



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Produto destinado à iniciação ao surf com a duração de 01h30, na “praia das crianças”, em Vila Praia de Âncora, assim designada pela sua segurança e pelas condições excelentes para todo o tipo de desportos náuticos.

🇬🇧 Product intended for beginner surfers lasting 1 hr. 30 min. on the “children's beach”, so called due to its safety and for its excellent conditions for all kinds of water sports.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Aprender rapidamente e em segurança. Excelente para o corpo e mente. Desporto para todas as idades. A prioridade é a segurança.

🇬🇧 Learn quickly and safely. Great for the body and mind. Surfing for all ages. The priority is safety.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Técnico de nível I em surf e bodyboard, certificado pela Federação Portuguesa de Surf/ Instituto do Desporto. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguro de acidentes pessoais.

🇬🇧 Technician Level I in Surfing and Bodyboarding, certified by the Portuguese Surfing Federation/Institute of Sport. Activity includes: equipment, qualified monitor and personal accident insurance.



RESERVAR BOOKING

ESCOLA DE SURF KOALA

📍 Escola de Surf Koala
Avenida Dr. Ramos Pereira, n° 271
4910-547 Vila Praia de Âncora
🌐 www.surfkoala.com

☎ 00351 934 846 371
☎ 00351 939 358 931
✉ surf.koala@hotmail.com

Experiência única e divertida para toda a família
Unique and fun experience for the whole family

PREÇOS FEE

1 aula lesson: 25€ / 🧑
5 aulas lessons: 80€ / 🧑
10 aulas lessons: 150€ / 🧑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 **Verão:** todos os dias das 09h00 às 19h00; **Inverno:** nas férias escolares e aos fins-de-semana sempre que haja condições de segurança. 🇬🇧 **Summer:** every day from 9:00am to 7:00pm; **Winter:** during school holidays at weekends where safety conditions allow.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°81'43.78"N • 8°86'61.41"W 📍

📍 **PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:**
Praia de Vila Praia de Âncora.
Vila Praia de Âncora beach.





AULAS DE INICIAÇÃO AO SURF SURFING STARTER LESSON

• OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN – AFIFE •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Curso de iniciação para todas as idades (nível 1 ABC): uma, cinco ou 10 lições. Neste curso existe um monitor por, no máximo, cada 5 alunos. Duração: 02h00 cada aula, das quais, pelo menos, 40m são na água.

🇬🇧 Introductory course for all ages (level 1 ABC): one, five or ten lessons. In this course, there is a monitor for a maximum of every 5 students. Duration: 2 hr. each lesson, of which at least 40 min. are spent in the water.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Qualidade da praia, do ensino e do material disponibilizado. Ensino quase individualizado devido ao reduzido número de alunos por monitor.

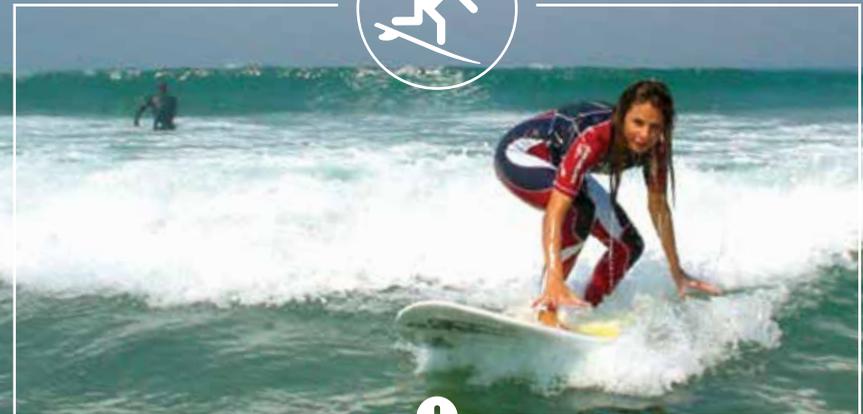
🇬🇧 Quality beach, teaching, and material provided. Almost individual instruction due to the small number of students per instructor.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Monitores qualificados pela Federação Portuguesa de Surf (FPS) e pela International Surfing Association (ISA), bem como formação específica. A atividade inclui equipamento (inclui pranchas BIC G-Boards, Sunset e Softops Surftech), monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Monitors qualified by the Portuguese Surfing Federation (FPS) and by the International Surfing Association (ISA), as well as specific training. Activity includes: equipment (including BIC G-Boards, Sunset and Softops Surftech boards), qualified instructor and insurance.



RESERVAR BOOKING

AFIFE BOARDRIDERS CLUB

📍 Afife Boardriders Club
Praia de Afife
4900-011 Afife

☎ 00351 963 922 964
✉ geral@abcescoladesurf.com
🌐 www.abcescoladesurf.com

Competência, qualidade e evolução rápida assegurada
Competence, quality and rapid progress ensured

PREÇOS FEE

1 aula *lesson*: 25€ / 🧑
5 aulas *lessons*: 80€ / 🧑
10 aulas *lessons*: 150€ / 🧑

HORÁRIO TIMETABLE



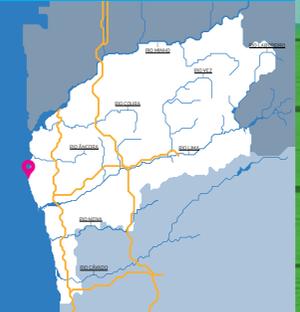
🇵🇹 **Junho a setembro**: todos os dias das 10h00 às 19h00;
Outubro a maio: aos fins-de-semana, feriados e férias escolares. 🇬🇧 **June to September**: every day from 10:00 am to 7:00 pm; **October to May**: at weekends, on public holidays and during school holidays.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°46'51"N • 8°52'13"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia de Afife.
Afife Beach.





AULAS DE SURF SURFING LESSONS

• OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aulas de iniciação, avançado e rendimento de surf. Duração: 01h30.
🇬🇧 Beginner, advanced and performance surfing lessons. Duration: 1 hr. 30 min.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Ensino de qualidade nas melhores praias do Alto Minho para o surf. Responsabilidade ambiental e social.
🇬🇧 Quality instruction on the best surfing beaches in Alto Minho. Environmental and social responsibility.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Treinadores com título profissional de treinador de desporto (IPDJ) com cursos de nível 1 e 2 da Federação Portuguesa de Surf. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguro.
🇬🇧 Coaches with professional sports coach (IPDJ) qualification with level 1 and 2 Portuguese Surfing Federation courses. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.

PREÇOS FEE

Particulares / Private

1 aula lesson: 40€ / 🧑
pack 4 aulas lessons: 120€ / 🧑
pack 10 aulas lessons: 250€ / 🧑

Grupo / Groups (minimum 4 participants)

1 aula lesson: 20€ / 🧑
pack 4 aulas lessons: 60€ / 🧑
pack 10 aulas lessons: 100€ / 🧑



RESERVAR BOOKING

SURF CLUBE DE VIANA

📍 Surf Clube de Viana
CAR de Surf / Praia do Cabedelo
(junto ao camping Orbitur)
4935-161 Viana do Castelo

☎ 00351 258 332 043
☎ 00351 962 672 222
✉ info@surfingviana.com
🌐 www.surfingviana.com

A primeira escola de surf em Portugal
The first Surfing School in Portugal

HORÁRIO TIMETABLE

🇵🇹 Verão: todos os dias das 09h00 às 19h00.
Inverno: nas férias escolares aos fins-de-semana sempre que haja condições de segurança.
🇬🇧 Summer: every day from 9:00 am to 7:00 pm.
Winter: during school holidays at weekends where safety conditions allow.

LOCALIZAÇÃO LOCATION



PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
41°40'41.73"N · 8°49'38.81"W (Cabedelo beach)
and 41°46'11.20"N · 8°52'19.50"W (Arda beach).





BATISMO DE SURF SURFING BAPTISM

• OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN – OFIR •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 A melhor forma de iniciar a prática do surf e/ou bodyboard. Com segurança, eficácia, pedagogia e personalização. Duração das aulas: 01h15.

🇬🇧 The best way to start surfing and/or bodyboarding. Safely, effectively, with teachers and customisation. Duration of the lessons: 1 hr. 15 min.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 A qualidade do serviço e as condições de prática da Praia de Ofir garantem uma aprendizagem segura e eficaz.

🇬🇧 The quality of the service and the conditions on Ofir Beach guarantee safe and effective learning.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Escola reconhecida pela Federação Portuguesa de Surf (FPS); corpo técnico com treinador de surf reconhecido pela FPS, professores licenciados em educação física e desporto e monitores de animação sociocultural e turística. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, estrutura/tenda de apoio às atividades e recursos de dinamização desportiva de praia e seguro.

🇬🇧 School recognised by the Portuguese Surfing Federation (FPS); staff with surfing coach recognised by the FPS, teachers with university degrees in physical education and sport and sociocultural and tourism monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor, support structure/tent for the activities and resources for promoting beach sports and insurance.

RESERVAR BOOKING

ONDA MAGNA - SURFSCHOOL

📍 Onda Magna | Praia de Ofir | 4740-405 Fão
✉ surfschool@ondamagna.com
🌐 www.ondamagna.com

☎ 00351 960 461 844
☎ 00351 914 007 596
☎ 00351 966 538 172

Vontade de repetir • You'll feel like repeating

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 **Julho e agosto:** todos os dias; **Setembro a junho:** aos fins-de-semana. Aulas sujeitas a marcação prévia, por telefone ou email. 🇬🇧 **July and August:** every day; **September to June:** at weekends. *Classes subject to appointment by telephone or email.*

PREÇOS FEE

1 aula/lesson: desde 7,50€ / 👤 • 1 aula em grupo / group classes: 20€ / 👤
1 aula individual / one-to-one lesson: 35€ / 👤

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'1.41"N • 8°47'10.23"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia de Ofir, Fão.
Ofir Beach, Fão.





YOGA-SURF YOGA-SURFING

• OCEANO ATLÂNTICO ATLANTIC OCEAN – OFIR •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 O YOGA-SURF é uma atividade onde se combina a essência do yoga e do surf numa sessão de atividade física, sempre em estreita ligação com a natureza, consigo próprio e com o outro. Em cada sessão visa-se promover a consciência e o equilíbrio entre a mente e o corpo, depois desenvolve-se uma prática de relação fluida com as ondas do mar. Duração: 01h45.

🇬🇧 YOGA-SURFING is an activity which combines the essence of yoga and surfing in a session of physical activity, always closely in touch with nature, yourself and with others. In each session we aim to promote awareness and balance between the mind and the body, then developing a practice of fluid relationship with the ocean waves. Duration: 1 hr. 45 min.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 A qualidade do serviço e as condições de prática da praia de Ofir garantem uma prática segura, eficaz e gratificante.

🇬🇧 The quality of the service and the conditions on Ofir Beach guarantee a safe, effective and gratifying learning experience.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Escola reconhecida pela Federação Portuguesa de Surf (FPS), corpo técnico com treinador de surf reconhecido pela FPS, professores licenciados em educação física e desporto e monitores de animação sociocultural e turística. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado, estrutura/tenda de apoio à atividade e seguros.

🇬🇧 School recognised by the Portuguese Surfing Federation (FPS), staff with surfing coach recognised by the FPS, teachers with university degrees in physical education and sport and sociocultural and tourism monitors. Activity includes: equipment, qualified monitor; support structure/tent for the activities and insurance.



RESERVAR BOOKING

ONDA MAGNA - SURFSCHOOL

📍 Onda Magna | Praia de Ofir | 4740-405 Fão
✉ surfschool@ondamagna.com
🌐 www.ondamagna.com

☎ 00351 960 461 844
☎ 00351 914 007 596
☎ 00351 966 538 172

Vontade de repetir • You'll feel like repeating

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Julho e agosto: todos os dias. Setembro a junho: aos fins-de-semana. Aulas sujeitas a marcação prévia, por telefone ou email. 🇬🇧 July and August: every day. September to June: at weekends. Classes subject to appointment by telephone or email.

PREÇOS FEE

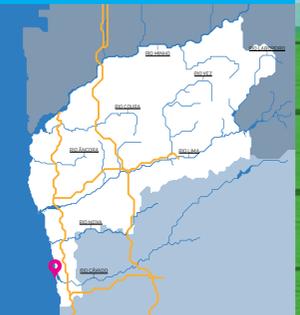
1 aula de grupo/group lesson: desde/from 15€ / ⤴ (depende do nº de participantes / depends on the number of participants) | 1 aula individual / one-to-one lesson = 40€ / ⤴

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°31'1.41"N • 8°47'10.23"W 📍

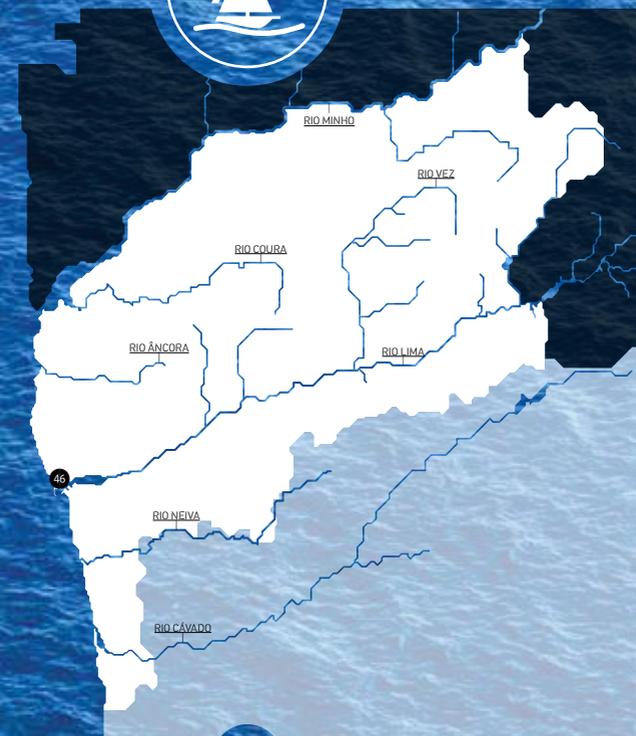
PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Praia de Ofir, Fão.
Ofir Beach, Fão.





VIANA
TERRA NÁUTICA



46 Academia náutica: iniciação à vela de cruzeiro Sailing academy: sailing for beginners

RIO LIMA E COSTA RIVER LIMA AND COAST VIANA DO CASTELO PROVA

VELA SAILING





ACADEMIA NÁUTICA: INICIAÇÃO À VELA DE CRUZEIRO SAILING ACADEMY: SAILING FOR BEGINNERS

• RIO LIMA E COSTA RIVER LIMA AND COAST VIANA DO CASTELO •



PRODUTO PRODUCT



Aprendizagem básica da técnica de velejar, sem autonomia de governo de embarcação destinado a complemento e animação de férias. Curso intensivo teórico-prático com a duração de 15h00 (5 sessões de 03h00).

Learn basic sailing techniques without taking control of the vessel yourself, intended as a recreational extra for your holidays. Theoretical and practical crash course lasting 15 hr. (5 sessions of 3 hr.).

PROMESSA PLEDGE



Saber navegar e viver o mar. A descoberta da paisagem marítima em segurança.

Learn to navigate and experience the sea. Discover the seascape safely.

RECURSOS RESOURCES



Formadores especializados e acompanhamento pedagógico individualizado. A atividade inclui a utilização dos pequenos veleiros Sunfast 20 ("GÁVEA" e "KO-THOR") e semi-rígido com 7,20m/ 115 hp ("LARUS"), além de seguros.

Specialised trainers and individualised monitoring. Activity includes: Sunfast 20 (GÁVEA and KO-THOR) and semi-rigid 7.20m/ 115 hp (LARUS) and insurance.



RESERVAR BOOKING

PROVA TURISMO E ANIMAÇÃO DESPORTIVA, LDA.

Prova
Turismo e Animação Desportiva, Lda.
Calçada de Valverde, 26
4900-498 Viana do Castelo

00351 258 807 200
 00351 935 199 341
 contacto@prova.pt
 www.prova.pt

Mais do que navegar, a paixão pela natureza
More than sailing, a passion for nature

PREÇOS FEE

150€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



Todos os dias das 09h00 às 18h00.
 Every day: from 9:00 am to 6:00 pm.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°41'34"N • 8°49'36"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Iate Clube de Viana / Bar,
Marina de Viana do Castelo.
Viana do Castelo marine.





VIANA
TERRA NÁUTICA



47 Aula de iniciação ao windsurf Windsurfer starter lesson RIO MINHO / RIVER MINHO LALO & WIND

WINDSURF





AULA DE INICIAÇÃO AO WINDSURF WINDSURFING STARTER LESSON

• RIO MINHO RIVER MINHO •



PRODUTO PRODUCT



🇵🇹 Aula com o objetivo de experimentar e aprender as noções básicas do windsurf (navegar e virar de bordo). Participantes: máximo 4. Duração: 01h00.

🇬🇧 Lesson that aims to allow you to try and learn the basics of windsurfing (surf and tack). Participants: maximum 4. Duration: 1 hour.

PROMESSA PLEDGE



🇵🇹 Alunos recebidos com muita simpatia e profissionalismo. Prática da modalidade numa zona com condições perfeitas para a iniciação e evolução.

🇬🇧 Students received in a very friendly and professional manner. Practise this sport in an area that offers perfect conditions for initiation and development.

RECURSOS RESOURCES



🇵🇹 Professores licenciados em Educação Física e com formação específica na modalidade. A atividade inclui equipamento, monitor qualificado e seguros.

🇬🇧 Teachers with a university degree in Physical Education and specific training in the sport. Activity includes: equipment, qualified monitor and insurance.



RESERVAR BOOKING

LALO & WIND

📍 Lalo & Wind
Rua do Covelo, n° 151
4910-441 Lanhelas

☎ 00351 919 028 008
✉ contacto@lalowind.pt
🌐 www.lalowind.pt

Em 60m aprendes a fazer windsurf, experimental!

In 60m, you learn to windsurf, try it!

PREÇOS FEE

30€ / ↑

HORÁRIO TIMETABLE



🇵🇹 Todos os dias, das 09h00 às 18h00, mediante disponibilidade do participante e condições climatéricas.

🇬🇧 **Every day:** from 9:00 am to 6:00 pm, depending on availability of the participant and weather conditions.

LOCALIZAÇÃO LOCATION

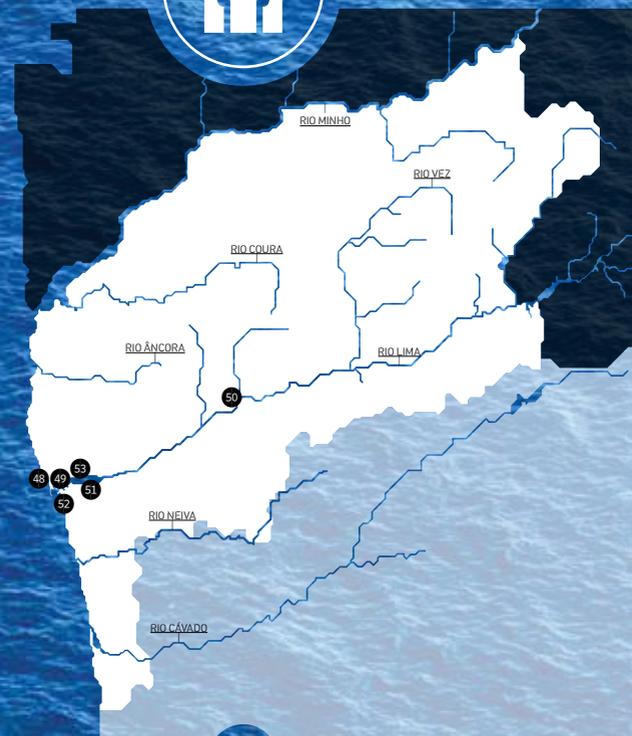
41°89'06.17"N • 8°82'45.15"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Praia fluvial de Pedras Ruivas, Seixas.
River Beach of Pedras Ruivas, Seixas.





VIANA
TERRA NÁUTICA



- 48 Amigos do Mar **MERGULHO / DIVING**
- 49 Clube de Vela de Viana do Castelo **VELA / SAILING**
- 50 Clube Náutico de Ponte de Lima **CANOAGEM / CANOEING**
- 51 Darque Kayak Clube **KAYAK**
- 52 Surf Clube de Viana **SURF / BODYBOARD**
- 53 Viana Remadores do Lima **REMO / ROWING**

CLUBES / ASSOCIAÇÕES CLUBS / ASSOCIATIONS





AMIGOS DO MAR ASSOCIAÇÃO CÍVICA PARA A DEFESA DO MAR

É uma organização não-governamental de ambiente (o.n.g.a.) criada em 17 de abril de 1991, em Viana do Castelo, e que atua através da ocupação formativa dos tempos livres dos seus associados. Os Amigos do Mar contam já com inúmeros projetos ímpares como a construção de um robot submarino, a participação na identificação das espécies de várias zonas de relevo ambiental, através do departamento de Biologia Marinha, sempre com um objetivo maior: envolver jovens desde tenra idade até ao contexto universitário despertando-lhes o gosto pela natureza... Ser amigo do mar é amar o mar...

“Amigos do Mar (Friends of the Sea) is an environmental non-governmental organisation (NGO) established on 17 April 1991 in Viana do Castelo which operates through providing training during members’ free time. Amigos do Mar runs numerous unique projects, such as the building of a submarine robot, participation in species identification in several significant environmental areas through the Marine Biology department, while always focusing on a larger aim: to involve young people from an early age until university years, arousing their love for nature...

ATIVIDADES PARA SÓCIOS ACTIVITIES FOR MEMBERS

- » Cursos de mergulho;
 - » Saídas de mergulho com e sem guia de mergulho;
 - » Batismos de mergulho;
 - » Formação para obtenção de carta de de Marinheiro, Patrão Local e Patrão de Costa.
- » Diving course
 - » Diving trips with and without diving guide
 - » Diving for beginners
 - » Training to obtain Sailor’s, Local Yachtmaster and Ocean Yachtmaster Licences.



AMIGOS DO MAR ASSOCIAÇÃO CÍVICA PARA A DEFESA DO MAR

Parque Empresarial da Praia Norte
Lote 64
4900-365 Viana do Castelo

00351 964 818 439
00351 965 347 197
mergulho@amigosdomar.pt
www.amigosdomar.pt



LOCALIZAÇÃO LOCATION 41°41'06.74"N • 8°50'45.69"W

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Viana do Castelo:
Parque Empresarial da Praia Norte (Junto Praia do Coral).
Praia Norte Business Park (Near Praia do Coral).





CLUBE DE VELA DE VIANA DO CASTELO

🇵🇹 O Clube de Vela de Viana do Castelo foi fundado em 1979, e tem como objetivo a promoção desportiva, cultural e recreativa dos seus associados nas vertentes da vela de competição e de lazer. Organizou ao longo da sua história diversos campeonatos nacionais, europeus e mundiais. Participou em regatas em diversos países como Portugal, Espanha, França, Inglaterra e Itália, entre outros, nas classes Optimist, Vaurien, 420, Access (vela adaptada), Laser, Fórmula Windsurf. Participa, anualmente, em cerca de 40 a 50 regatas.

🇬🇧 Viana do Castelo Sailing Club was founded in 1979 and aims to encourage its members at a sporting, recreational and cultural level in the areas of competition and laser class sailing. Throughout its history it has organised many Portuguese, World and European Championships. It has participated in regattas in various countries such as Portugal, Spain, France, England and Italy, among others, in the classes Optimist, Vaurien, 420, Access (adapted sailing), Laser and Formula Windsurfing. On average, it participates in 40 to 50 regattas per year.

ATIVIDADES PARA SÓCIOS ACTIVITIES FOR MEMBERS

🇵🇹 Além da vela de competição, possui vela de lazer para jovens e adultos com embarcações Raquero, JOD24, FIV55, Bahia e Pico, bem como a vela tradicional com o Dori (pesca do bacalhau) e a Catraia (pesca de costa). A atividade decorre ao longo de todo o ano para todos aqueles que a queiram praticar independentemente da idade. Organiza campos de férias e colabora com diversas instituições do Concelho nas atividades para as quais está vocacionado. 🇬🇧 Besides competition sailing, it has laser sailing for young people and adults with Raquero, JOD24, FIV55, Bahia and Pico vessels, as well as traditional sailing with Dori (cod fishing) and Scull (offshore fishing) vessels. Activities take place throughout the year for all those who wish to participate, regardless of age. It organises Holiday Camps and collaborates with various district institutions in the activities towards which it is geared.

CENTRO DE VELA

📍 Centro de Vela de Viana do Castelo
Zona Portuária
4900-363 Viana do Castelo

☎ 00351 258 813 826
✉ ccvc@clubevelaviana.com
🌐 www.clubevelaviana.com

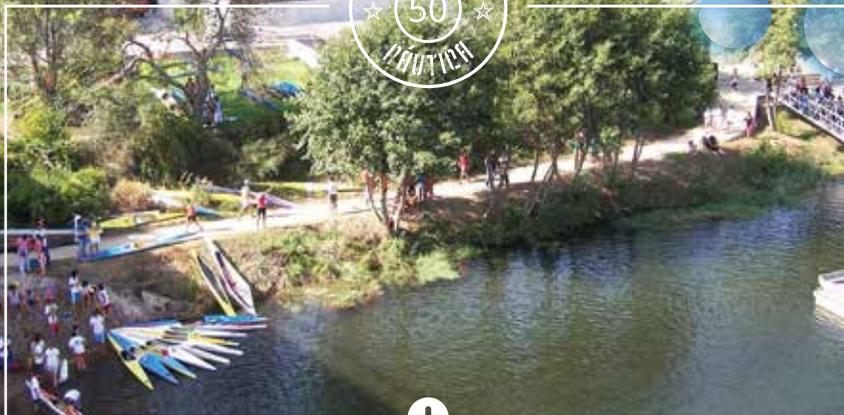


LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°68'58.77"N • 8°83'70.42" 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Centro de Vela — Viana do Castelo.
Sailing center — Viana do Castelo.





CLUBE NÁUTICO DE PONTE DE LIMA

🇵🇹 O Clube Náutico de Ponte de Lima é uma associação sem fins lucrativos que tem como principal propósito fomentar a prática desportiva da canoagem nos jovens. É parceiro direto das escolas do concelho de Ponte de Lima, sendo apelidado como "escola de campeões".

🇬🇧 Ponte de Lima Sailing Club is a non-profit making association whose main purpose is to promote the sports of canoeing among young people from the region. It is a direct partner of schools in the municipality of Ponte de Lima, and has been dubbed the "school of champions".

ATIVIDADES PARA SÓCIOS ACTIVITIES FOR MEMBERS

🇵🇹 Os associados do Clube Náutico tem ao dispor um diversificado leque de atividades desde a canoagem numa vertente de iniciação à competição, numa componente mais direcionada para os jovens. Além disso, as descidas de rio em Kayak, passeios de canoagem, bem como passeios de BTT, caminhadas, atividades e fitness, ginásio e aulas e grupo são algumas das atividades que esta instituição disponibiliza.

🇬🇧 Members of the Sailing Club have at their disposal a wide range of activities, including canoeing from beginner to competition level, which is more geared towards young people. Additionally, descents of the river by kayak, canoeing trips, as well as mountain biking, hiking, and fitness activities, gym and group classes are some of the activities that this institution provides."



CENTRO NÁUTICO DE PONTE DE LIMA

📍 S. Gonçalo – Arcozelo
4990 – 150 – Ponte de Lima

☎ 00351 258 944 899
✉ geral@cnplima.com
🌐 www.cnplima.com



LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°45'54"N • 8°35'31"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:

Rio Lima — Ponte de Lima.
River Lima — Ponte de Lima.





DARQUE KAYAK CLUBE

🇵🇹 A Darque Kayak Clube foi fundada em 5 de Abril de 2014. Tem como eixo ideológico a canoagem ao longo da vida. Desenvolve as seguintes especialidades de canoagem na vertente desportiva: em águas lisas – pista, maratona, fundo e kayak polo; em mar – Kayak mar, surfski e kayak surf; em águas bravas – Slalom; proteção do ambiente – passeios e descidas de rios. Cede kayaks. 🇬🇧 The Darque Kayak Club was founded on 5 April 2014. Its ideology is to encourage lifelong Canoeing. It develops the following canoeing specialties on the sports front: on still waters: racing, marathon, deep water and kayak polo; at sea: Sea kayaking, surfski and kayak surfing; on white water: Slalom; protection of the environment: light touring and descents of rivers. Kayaks provided.

ATIVIDADES PARA SÓCIOS ACTIVITIES FOR MEMBERS

- 🇵🇹 Atividades para sócios a partir dos 9 anos, sem limite máximo de idade:
- **Competição:** pista, maratona, fundo, kayak polo, kayak mar, surfski, kayak surf, slalom, passeios e descidas de rios (ambos na vertente desportiva).
 - **Manutenção e lazer desportiva de canoagem:** atividade desportiva em kayak e canoa nomeadamente em "sit-on-top", kayak extremo, freestyle.
 - Descida de rios, cedência de kayaks e passeios de kayak na vertente de lazer.
 - Cedência de kayaks e canoas aos sócios para atividade desportiva de lazer.
 - 🇬🇧 Activities for members aged 9 and over, with no maximum age limit:
 - **Competition:** racing, marathon, deep water, kayak polo, sea kayaking, surfski, kayak surfing, slalom, light touring and descents of rivers (both as sports activities).
 - **Canoeing maintenance and sports leisure:** sports activity in kayaks and canoes, specifically sit-on-top, extreme kayaking, and freestyle.
 - Descents of rivers, provision of kayaks and kayak trips as leisure activities.
 - Provision of kayaks and canoes to members for recreational sports activities.



CENTRO DE CANOAGEM

📍 Margem esquerda do rio Lima
Rua Gustavo Eiffel, n.º 1558
Darque, Viana do Castelo

☎ 00351 965 192 731
✉ darquekc@sapo.pt
🌐 <http://darquekayakclube.blogspot.pt>



LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°68'81.53"N • 8°79'22.22" 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
Centro de canoagem — Darque.
Canoeing center — Darque.





SURF CLUBE DE VIANA

🇵🇹 Surf Clube de Viana, fundado em 1989, é uma pessoa coletiva de direito privado, de âmbito nacional e sem fins lucrativos, que tem como objetivo promover atividades de carácter cultural, recreativo, turístico e desportivo, nomeadamente o fomento da prática do Surf, Bodyboard, Skate, Stand Up Paddle e todas as restantes disciplinas do “Surfing”.

🇬🇧 Viana Surfing Club, founded in 1989, is a non-profit making legal person governed by private law, with national reach, that aims to promote cultural, recreational, tourism and sports activities, such as Surfing, Bodyboarding, Skateboarding, Stand Up Paddle and all other “Surfing” disciplines.

ATIVIDADES PARA SÓCIOS ACTIVITIES FOR MEMBERS

- 🇵🇹 O Surf Clube de Viana disponibiliza diversos programas aos seus associados:
- **Formação Regular:** aulas e treinos para jovens, adultos e atletas de rendimento.
 - **Competição:** apoio a atletas nos campeonatos nacionais e internacionais.
 - **Experiências Surf:** aulas pontuais de surf para parceiros, clubes e escolas de ensino.
 - **Erasmus:** desenvolvimento de programas para os estudantes de Erasmus.
 - **Surf School (Verão):** aulas de surf para residentes e turistas.
- 🇬🇧 Surf Clube de Viana offers several programs to their members:
- **Regular Training:** classes and training for young people, adults and promising athletes.
 - **Competition:** support for athletes at national and international championships.
 - **Surfing Experiences:** one-off surfing lessons for partners, clubs and schools.
 - **“Erasmus”:** development of programmes for Erasmus students.
 - **Surf School (Summer):** surfing lessons for locals and tourists.



CENTRO DE ALTO RENDIMENTO DE SURF

📍 CAR de Surf de Viana do Castelo
Praia do Cabedelo
(junto ao camping Orbitur)
(next to Orbitur Camping Park)

☎ 00351 258 332 043
☎ 00351 962 672 222
✉ info@surfingviana.com
🌐 www.surfingviana.com



LOCALIZAÇÃO LOCATION 41°40'42.30" N • 8°49'38.41"W 📍

PONTO DE ENCONTRO MEETING POINT:
CAR Surf — Praia do Cabedelo — Darque.
CAR Surf — Cabedelo beach — Darque.





VIANA REMADORES DO LIMA

🇵🇹 O Clube visa sem fins lucrativos, proporcionar a todos os associados condições para a prática de atividades de remo, em todas as suas vertentes: aprendizagem, aperfeiçoamento, formação, competição, manutenção e o lazer, contribuindo para a ocupação dos tempos livres e realização pessoal e social.

🇬🇧 Viana Rowers of Lima Club (Clube Viana Remadores do Lima): this non-profit making club aims to provide all members with an opportunity to practise all aspects of rowing activities: learning, improvement, training, competition, maintenance and recreation, putting their free time to good use and contributing to their personal and social development.

ATIVIDADES PARA SÓCIOS ACTIVITIES FOR MEMBERS

🇵🇹 Os utentes do Viana Remadores do Lima podem experimentar ou realizar atividade de remo ou complementar com ginásio, tanque de aprendizagem, ergómetros de remo, além de várias embarcações específicas para quem inicia ou quer praticar de forma lúdica. Para praticantes acima dos 16 anos existem duas vertentes de prática de remo no clube: competição e lazer. Na vertente da competição, para alguém sem experiência, será necessário frequentar inicialmente os nossos cursos de iniciação. Na vertente do lazer, a frequência dos treinos poderá iniciar-se logo após a inscrição no clube. O clube encontra-se aberto todos os dias entre as 09h00 e as 20h00, exceto ao domingo que encerra às 13h00.

🇬🇧 Users of Viana Rowers of Lima may try out rowing activities or complement their activities in the gym, the learning tank or use rowing ergometers and the various specific craft for beginners or those who wish to practise for fun. For rowers aged over 16 the club offers two forms of rowing: competition and leisure: Inexperienced rowers must attend our introductory courses before taking part in competitions. Those taking part for leisure may begin training as soon as they enrol in the club. The club is open every day between 9:00 am and 8:00 pm, except Sundays, when it closes at 1:00 pm.



CENTRO DE REMO DE VIANA DO CASTELO

📍 Rua Dr. Adriano Magalhães
Centro de Remo – Argaçosa
4900-282 Viana do Castelo

☎ 00351 258 842 374
☎ 00351 965 305 505 (Treinador residente)
✉ geral@vianaremaadoresdolima.pt
🌐 www.vianaremaadoresdolima.pt



LOCALIZAÇÃO LOCATION

41°69'69.10"N • 8°81'10.10"W 📍

Centro de Remo de Viana do Castelo
Viana do Castelo Rowing Centre



POSTOS DE TURISMO DO ALTO MINHO



ARCOS DE VALDEVEZ

Posto de Turismo de Arcos de Valdevez

Centro Municipal de Informação e Turismo
Rua Prof. Mário Júlio B.A. Costa
4970-606 Arcos de Valdevez

+351 258 520 530

+351 258 520 535

pit.arcosvaldevez@portoenoeste.pt

turismo@cmav.pt

41°50'42.42"N 8°25'04.47"W

Inverno: de segunda-feira a sábado das 09h00/12h30 e das 14h00/17h30

Verão: de segunda-feira a sábado das 09h30/12h30 e das 14h00/18h00

Porta do Mezio do Parque Nacional da Peneda-Gerês

Mezio - Cabana Maior

+351 258 522 157

+351 258 510 109

portadomezio@ardal.pt

www.portadomezio.pt

8°18'48"W 41°53'05"N

www.facebook.com/porta.mezio

Inverno — outubro a março (segunda a domingo): das 09h30/13h00 e das 14h00/17h00

Verão — abril a setembro (segunda a domingo): das 09h30/13h00 e das 14h00/18h00

Julho e agosto (fim de semana e feriados): das 10h00/13h00 e das 14h00/19h00

CAMINHA

Portal de Turismo www.caminhaturismo.pt

Posto de Turismo de Caminha
Praça Conselheiro Silva Torres
4910-122 Caminha

+351 258 921 952

turismo@cm-caminha.pt

41°52'33.95"N 8°50'18.83"W

Junho a setembro (segunda a sábado): das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00

Outubro a maio (segunda a sábado): das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

Posto de Turismo de Vila Praia de Âncora

Av. Dr. Ramos Pereira, 4910-547 Vila Praia de Âncora
+351 258 911 384

turismo@cm-caminha.pt

41°48'43.85"N 8°51'47.45"W

Junho a setembro (segunda a sábado): das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00

Outubro a maio (segunda a sábado): das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30

ESPOSENDE

Posto de turismo de Esposende

Centro de Informação Turística
Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira, 62
4740-204 Esposende

+351 253 961 354

pit.esposende@portoenoeste.pt

www.portoenoeste.pt

Segunda a sexta: das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00.

Sábado: das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 17h00.

MELGAÇO

Loja de Turismo de Melgaço

Rua Loja Nova, 4960-558 Melgaço

+351 251 402 440

+351 251 402 440

crisrina.ribeiro@portoenoeste.pt

42.111579°, W 8.256955°

Inverno (outubro a março) (de 2ª a sábado):

09h30-13h00/14h00-17h30

Verão (abril a setembro): 09h30-13h00/ 14h30-18h00

Domingo: 10h00-13h00 | Feriados: 09h30-13h30

Encerra: 24, 25 e 31 de Dezembro, 1 Janeiro e Domingo de Páscoa

Porta de Lamas de Mouro do Parque Nacional da Peneda-Gerês

Porto Ribeiro

4960-170 União de Freguesias de Castro Laboreiro e Lamas de Mouro

+351 251 465 010

N 42.039162°, W 8.195619°

portadelamas@cm-melgaco.pt

Verão — julho e agosto (segunda a domingo):

das 10h00/12h30 e das 14h00/19h00

intermédio — abril, maio, junho e setembro

(segunda a domingo):

das 10h00/12h30 e das 14h00/18h00

Inverno — 1 de outubro a 31 de março

(segunda a domingo): das 10h00/12h30 e das 14h00/17h00

Centro de Informação de Castro Laboreiro

Castro Laboreiro

4960 União de Freguesias de Castro Laboreiro e Lamas de Mouro

+351 251 465 040

+351 251 465 041

museuclaboreiro@cm-melgaco.pt

N 42.030141°, W 8.1585450°

Verão — 1 de abril a 1 de outubro (terça a domingo):

10h00 às 12h30 e das 14h30 às 19h00

Inverno — 1 de outubro a 1 de abril (terça a domingo):

10h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00.

MONÇÃO

Posto de Turismo - Casa do Curro

Praça Deu-la-Deu | 4950-452 Monção

+351 251 652 757

+351 251 652 751

fatima.abreu@portoenoeste.pt

N 42.078801°, W 8.481764°

Terça a sábado: das 10h00 às 12h30 e das 14h30 às 18h00.

Domingo e feriados: das 10h00 às 12h30 e das 15h00 às 18h00 (quando justificado).

PAREDES DE COURA

Posto de Turismo de Paredes de Coura

Largo Visconde de Mozelos

4940 Paredes de Coura

+351 251780168 ou +351 251783 592

+351 251780118 ou +351 251 783 592

lojarural@cm-paredes-coura.pt

pit.coura@portoenoeste.pt

W8°33'36,39 N41°54'44,12

Terça a domingo: das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00.

PONTE DA BARCA

Loja Interativa de Turismo de Ponte da Barca

Rua Conselheiro Rocha Peixoto, nº 9
4980-626 Ponte da Barca

+351 258 455 246

pit.pontedabarca@portoenoeste.pt

41.808477,-8.420205

Inverno (terça a sábado):

das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30.

Verão:

das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00.

Encerrado aos domingos, segundas e feriados.

Porta de Lindoso do Parque Nacional da Peneda-Gerês

Castelo - Lindoso

+351 258 578141

+351 258 480 189

portalindoso@cmppb.pt

www.facebook.com/pages/Porta-de-Lindoso-PNPG

www.cmpb.pt

Outubro a março (segunda a domingo):

das 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00.

Abril, maio, junho e setembro (segunda a domingo):

das 10h00 às 18h00.

Julho e agosto (segunda a domingo):

das 10h00 às 19h00.

PONTE DE LIMA

Posto de Turismo de Ponte de Lima

Torre da Cadeia Velha | Passeio 25 de Abril

4990 - 058 Ponte de Lima

+351 258 942 335

pit.@pontedelimaportoenoeste.pt

41°46'2,36"N 8°35'6,65"W

Segunda a sexta: das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00.

Sábado: das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30.

VALENÇA

Posto de Turismo de Valença

Paiol do Campo de Marte

Coroada - Praça Forte de Valença
4930-677 Valença

+351 251 823 329

+351 251 806 029

turvalenca@hotmail.com

cristina.cerqueira@portoenoeste.pt

42°01'39,80"N 8°38'46,190

Segunda a sábado:

das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 18h30.

VIANA DO CASTELO

Viana Welcome Center

(Posto Municipal de Turismo)

Praça da Liberdade (sem número - rotunda)

4900-040 Viana do Castelo

+351 258 098 415/ +351 913 348 813

vvc@vivexperiencia.pt

www.vivexperiencia.pt/vianawelcomecenter

41.691273,-8.828237

Julho e agosto (todos os dias): das 10h00 às 19h00

Março a junho e setembro (terça a domingo):

das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00.

Novembro a fevereiro (terça a domingo):

das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 17h00.

Fechaado às segundas-feiras.

Posto de Informação Turística da Entidade Regional de Turismo do Porto e Norte de Portugal

Rua do Hospital Velho, 4900-540 Viana do Castelo

+351 258 822 620

pit.viana@portoenoeste.pt

41.692567,-8.828304

Segunda a sábado:

(inverno) das 09h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30;

(verão) das 09h30 às 12h30 e das 14h00 às 18h00.

VILA NOVA DE CERVEIRA

Casa do Turismo

Praça do Município | 4920-284 Vila Nova de Cerveira

+351 251 708 023

turismo@cm-vcerveira.pt

W8°44'38,70"N 41°56'23,99"W

1 de outubro a 31 de maio (segunda a sábado):

das 09h30 às 13h00 e das 14h00 às 17h30

1 de junho a 30 de setembro (segunda a sábado):

das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00



TOURISM OFFICES OF ALTO MINHO



ARCOS DE VALDEVEZ

- Tourism Office of Arcos de Valdevez**
 - Centro Municipal de Informação e Turismo
 - Rua Prof. Mário Júlio B.A. Costa
 - 4970-606 Arcos de Valdevez
 - +351 258 520 530
 - +351 258 520 535
 - pit.arcosvaldevez@portoente.pt
 - turismo@cmav.pt
 - 41°50'42.42"N 8°25'04.47"W
 - Winter:** from Monday to Saturday from 9:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:30 pm
 - Summer:** from Monday to Saturday from 9:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm

Porta do Mezio do Parque Nacional da Peneda-Gerês

- Mezio - Cabana Maior
- +351 258 522 157
- +351 258 510 109
- portadomezio@ardal.pt
- www.portadomezio.pt
- 8°18'48"W 41°53'05"N
- www.facebook.com/porta.mezio
- Winter** — October to March from Monday to Sunday: from 9:30 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 5:00 pm
- Summer** — April to March: from Monday to Sunday from 9:30 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 6:00 pm
- Julho e agosto** at weekends and on public holidays: from 10:00 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 7:00 pm

CAMINHA

- Portal de turismo www.caminhaturismo.pt**
 - Posto de Turismo de Caminha
 - Praça Conselheiro Silva Torres
 - 4910-122 Caminha
 - +351 258 921 952
 - turismo@cm-caminha.pt
 - 41°52'33.95"N 8°50'18.83"W
 - from June to September** (Monday to Saturday): from 9:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm
 - from October to May** (Monday to Saturday): from 9:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:30 pm

Tourism Office of Vila Praia de Âncora

- Av. Dr. Ramos Pereira
- 4910-547 Vila Praia de Âncora
- +351 258 911 384
- turismo@cm-caminha.pt
- 41°48'43.85"N 8°51'47.45"W
- from June to September** (Monday to Saturday): from 9:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm
- Outubro a maio** (Monday to Saturday): from 9:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:30 pm

ESPOSENDE

- Tourism Office of Esposende**
 - Centro de Informação Turística
 - Av. Eng.º Eduardo Arantes e Oliveira, 62
 - 4740-204 Esposende
 - +351 253 961 354
 - pit.esposende@portoente.pt
 - www.portoente.pt
 - Monday to Friday:** from 9:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm.
 - Saturday:** from 9:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:00 pm.

MELGAÇO

- Tourism Office of Melgaço**
 - Rua Loja Nova, 4960-558 Melgaço
 - +351 251 402 440
 - +351 251 402 440
 - cristina.ribeiro@portoente.pt
 - N 42.111579°, W 8.256955°
 - Winter — October to March** (Monday to Saturday): from 9:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:30 pm
 - Summer — April to September:** from 9:00 am to 12:30 am and from 2:30 pm to 6:00 pm
 - Sunday: from 10:00 am to 01:00 pm
 - Public Holidays: from 09:030 am to 01:30 pm
 - Closes: 24, 25 e 31 de December, 1st January and on Easter Sunday

Porta de Lamas de Mouro do Parque Nacional da Peneda-Gerês

- Porto Ribeiro, 4960-170 União de Freguesias de Castro Laboreiro e Lamas de Mouro
- + 351 251 465 010
- N 42.039162°, W 8.195619°
- portadelamas@cm-melgaco.pt
- Summer — from July to August** (Monday to Sunday): from 10:00 am to 12:30 am and from 02:00 pm to 07:00 pm
- in April, May, June and September** (Monday to Sunday): from 10:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm
- Winter — from 1st October to 31st March** (segunda a domingo): from 10:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:00 pm

Centro de informação de Castro Laboreiro

- Castro Laboreiro, 4960 União de Freguesias de Castro Laboreiro e Lamas de Mouro
- +351 251 465 040
- +351 251 465 041
- museuclaboreiro@cm-melgaco.pt
- N 42.030141°, W 8.1585450°
- Summer — 1st April to 1st October** (Tuesday to Sunday): from 10:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 7:00 pm
- Winter — from 1st October to 1st April** (Tuesday to Sunday): from 10:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:00 pm

MONÇÃO

- Tourism Office — Casa do Curro**
 - Praça Deu-la-Deu
 - 4950-452 Monção
 - +351 251 652 757
 - +351 251 652 751
 - fatima.abreu@portoente.pt
 - N 42.078801°, W 8.481764°
 - Tuesday to Saturday:** from 10:00 am to 12:30 am and from 2:30 pm to 6:00 pm.
 - On Sundays and Public Holidays:** from 10:00 am to 12:30 am and from 3:pm to 06:00 pm (when required).

PAREDES DE COURA

- Tourism Office of Paredes de Coura**
 - Largo Visconde de Mozelos
 - 4940 Paredes de Coura
 - + 351 251780168 ou +351 251 783 592
 - + 351 251780118 ou +351 251 783 592
 - lojarural@cm-paredes-coura.pt
 - pit.coura@portoente.pt
 - W8°33'36.39 N41°54'44,12
 - Tuesday to Sunday:** from 09:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm

PONTE DA BARCA

- Loja interativa de turismo de Ponte da Barca**
 - Rua Conselheiro Rocha Peixoto, n.9
 - 4980-626 Ponte da Barca
 - +351 258 455 246
 - pit.pontedabarca@portoente.pt
 - 41.808477,-8.420205
 - Winter** (Tuesday to Saturday): from 09:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:30 pm
 - Summer:** from 9:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm.
 - Closed on Sundays, Mondays and Public Holidays.*

Porta de Lindoso do Parque Nacional da Peneda-Gerês

- Castelo - Lindoso
- +351 258 578141
- +351 258 480 189
- portalindoso@cm-pb.pt
- www.facebook.com/pages/Porta-de-Lindoso-PNPG
- www.cmpb.pt
- Winter — outubro a março** (Monday to Sunday): from 9:30 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 5:00 pm
- in April, May, June and September** (Monday to Sunday): from 10:00 am to 06:00 pm;
- in July and August** (Monday to Sunday): from 10:00 am to 07:00 pm.

PONTE DE LIMA

- Tourism Office of Ponte de Lima**
 - Torre da Cadeia Velha, Passeio 25 de Abril
 - 4990 - 058 Ponte de Lima
 - +351 258 942 335
 - pit.@pontedelimaportoente.pt
 - 41°46'2,36"N 8°35'6,65"W
 - Monday to Friday:** from 09:30 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:00 pm
 - Saturday:** from 09:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 5:30 pm

VALENÇA

- Tourism Office of Valença**
 - Paio do Campo de Marte
 - Coroada - Praça Forte de Valença, 4930-677 Valença
 - +351 251 823 329
 - +351 251 806 029
 - turvalenca@hotmail.com ou cristina.cerqueira@portoente.pt
 - 42°01'39,80"N 8°38'46,190
 - Monday to Saturday:** from 09:00 am to 12:30 am and from 2:00 pm to 6:30 pm

VIANA DO CASTELO

- Viana Welcome Center** (posto municipal de turismo)
 - Praça da Liberdade (rotunda)
 - 4900-040 Viana do Castelo
 - +351 258 098 415/ +351 913 348 813
 - vwc@vivexperiencia.pt
 - www.vivexperiencia.pt/vianawelcomecenter
 - 41.691273,-8.828237
 - July and August** (everyday): from 10:00 am to 07:00 pm
 - March to June and in September** (Tuesday to Sunday): from 10:00 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 6:00 pm
 - November to February** (Tuesday to Sunday): from 10:00 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 5:00 pm
 - Closed on Saturdays.*

Tourism Office of Entidade Regional de Turismo do Porto e Norte de Portugal

- Rua do Hospital Velho, 4900- 540 Viana do Castelo
- +351 258 822 620
- pit.viana@portoente.pt
- 41.692567,-8.828304
- Monday to Saturday:** (Winter) from 09:00 am to 12:30 pm and from 2:00 pm to 5:30 pm; (Summer) from 09:30 am to 12:30 pm and from 2:00 pm to 6:00 pm.

VILA NOVA DE CERVEIRA

- Casa do turismo**
 - Praça do Município, 4920-284 Vila Nova de Cerveira
 - +351 251 708 023
 - turismo@cm-vncerveira.pt
 - W8°44'38,70" N41°56'23,99"
 - from 1st October to 31st May** (Monday to Saturday): from 09:30 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 5:30 pm
 - from 1st June to 30th September** (Monday to Saturday): from 10:00 am to 01:00 pm and from 2:00 pm to 6:00 pm



 **CIM ALTO MINHO** — COMUNIDADE INTERMUNICIPAL DO ALTO MINHO

 Rua Bernardo Abrunhosa, nº 105
4900-309 VIANA DO CASTELO

 +351 258 800 200
 +351 258 800 220

 geral@cim-altominho.pt
 www.cim-altominho.pt

**ALTO
MINHO**
PARA VIVER, VISITAR, INVESTIR

 **cim alto minho**
comunidade intermunicipal do alto minho

ON2
O NOVO NORTE
PROGRAMA REGIONAL DO NORTE

QR
QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
INICIATIVAS

 UNIÓN EUROPEA
Fundo Europeu de
Desenvolvimento Regional

FICHA TÉCNICA FACTSHEET

Coordenação e edição **CIM ALTO MINHO** — COMUNIDADE INTERMUNICIPAL DO ALTO MINHO
Coordination and edition

Conteúdos *Contents* **CIM ALTO MINHO**
Entidades prestadoras dos serviços / *Service providers*

Fotografias *Photos* Entidades prestadoras dos serviços / *Service providers*
Ano *Year* 2014

Tiragem *Circulation* 1000 exemplares

Identidade Gráfica *Graphic Identity* “Viana Terra Náutica”: Agence Equilibre Communication
“Viana Terra Náutica”: Agence Equilibre Communication

Design Gráfico *Graphic Design* Catálogo: Afonso Designers, Lda

Impressão *Printing* *Catalog*: Afonso Designers, Lda

Tradução *Translation* Gráfica Visão

OHO — Online Help Office

CIM Alto Minho

A informação e respetivos preços dos produtos é da inteira responsabilidade das entidades prestadoras, devendo as mesmas ser previamente contactadas antes da realização das atividades. Os preços apresentados incluem IVA à taxa legal em vigor. A CIM Alto Minho declina qualquer responsabilidade por quaisquer eventuais consequências, imprecisões ou lapsos da referida informação e/ou atividades.

Information and respective prices of products is the sole responsibility of the service providers and these should be contacted before the accomplishment of those activities. Prices quoted include VAT at the legal rate in force. CIM Alto Minho accepts no responsibility for any possible consequences, inaccuracies or lapses of that information and/or activities.



WEBSITE
VIANA TERRA NÁUTICA



CATALOGUE
CATÁLOGO



VIDEO
VÍDEO



UM MUNDO
DE **EXPERIÊNCIAS
NÁUTICAS!**
A WORLD
OF **MARINE
EXPERIENCES!**

www.altominho.pt

 [vianaterranautica](https://www.facebook.com/vianaterranautica)

**ALTO
MINHO**
PARA VIVER, VISITAR, INVESTIR



ON.2
O NOVO NORTE
PROGRAMA OPERACIONAL
REGIONAL DO NORTE

QR
QUADRO
DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
PORTUGAL 2013-2020



UM MUNDO
DE **EXPERIÊNCIAS
NÁUTICAS!**
A WORLD
OF **MARINE
EXPERIENCES!**

www.altominho.pt

 [vianaterranautica](https://www.facebook.com/vianaterranautica)



RAFTING • REMO • STAND UP PADDLE • SURF / BODYBOARD • VELA • WINDSURF •
• STAND UP PADDLE • SURF / BODYBOARD • SAILING • WINDSURF • CANOEING • CANYON



**ALTO
MINHO**
PARA VIVER, VISITAR, INVESTIR



cim alto minho
comunidade intermunicipal do alto minho

ON.2
O NOVO NORTE
PROGRAMA OPERACIONAL
REGIONAL DO NORTE

OR
QUADRO DE REFERÊNCIA
ESTRATÉGICO
NACIONAL
2014-2020



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Europeu de
Desenvolvimento Regional