

## 海岸

### アソーレス諸島

#### Ilha Terceira

Praia Grande

住所：Praia da Vitória - Ilha Terceira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

ダイビング; ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・ヴィトória (Praia da Vitória)

市の湾に面したプライア・グランデ (Praia Grande) は、テルセイラ島 (Ilha Terceira) (...)

#### Ilha de São Jorge

Zona Balnear da Preguiça

住所：Velas Ilha de São Jorge

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; セキュリティと警備;

レンタルパラソル;

**アクティビティ:**

ダイビング;

ヴェラス (Velas) 町にあるプレギサ (Preguiça) は、サン・ジョルジェ島 (Ilha de São Jorge) (...)

### アルガルヴェ

#### Albufeira

Praia da Coelha

住所：Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

プライア・ダ・コエーリャ (Praia da (...))

Praia da Galé

住所：Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

Praia da Falésia - Açoteias / Alfamar

住所：Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン;

プライア・ダ・ファレジア / アソテイアス (Praia da Falésia / Açoteias)  
オリョス・デ・アグア (Olhos de (...))

Praia da Rocha Baixinha

住所：Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

プライア・ダ・ガレ (Praia da (...))

Praia do Barranco das Belharucas

住所： Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

プライア・ド・バランコ・ダス・ベリャルカス (Praia do Barranco das (...))

Praia dos Aveiros

住所： Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

プライア・ドス・アヴェイロス (Praia dos (...))

Praia Manuel Lourenço

住所： Galé - Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・マヌエル・ロウレンソ (Praia Manuel (...))

## Alcoutim

Praia fluvial do Pego Fundo

住所： Alcoutim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

アルガルヴェ (Algarve) 地方内陸部、アルコーティン (Alcoutim)

に近いペゴ・フンド・リバービーチ (praia fluvial do Pego (...))

## Aljezur

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・ロシャ・バイシーニャ (Praia da Rocha (...))

Praia do Castelo - Guia

住所： Albufeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

プライア・ド・カステロ (Praia do (...))

Praia dos Olhos de Água

住所： Albufeira

**ウェブサイト:** <https://www.cm-albufeira.pt/content/olhos-de-gua>

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ドス・オリョス・デ・アグア (Praia dos Olhos de (...))

### Praia da Amoreira

住所： Aljezur

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 18-21 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

プライア・ダ・アモレイラ (Praia da (...))

## Armação de Pêra

### Praia Grande

住所： Pêra - Silves

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・グランデ (Praia Grande)

このプライア・グランデと呼ばれているビーチは、アルマサオン・デ・ペラ (Armação de Pêra) の街はずれから始まり、西はアルカタリーリャ川 (Ribeira (...))

## Castro Marim

### Praia da Alagoa

住所： Altura - Castro Marim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22-24 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・アラゴン (Praia da (...))

### Praia Verde

住所： Castro Marim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22-24 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ヴェルデ (Praia (...))

## Lagoa

### Praia da Marinha

住所： Caramujeira - Lagoa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー; レンタルクラフト;

プライア・ダ・マリーニャ (Praia da (...))

### Praia do Carvoeiro

住所： Carvoeiro - Lagoa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

### Praia da Senhora da Rocha

住所： Porches - Lagoa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・セニョーラ・ダ・ロシヤ (Praia da Senhora da (...))

### Praia do Vale de Centeanes

住所： Carvoeiro - Lagoa

**アクティビティ:**

ダイビング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ド・カルヴォエイロ (Praia do (...))

## Praia Grande - Ferragudo

住所: Ferragudo - Lagoa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

プライア・グランデ (Praia Grande) - フェラグード (Ferragudo)

フェラグードは、白い家々がアラデ川 (Rio (...))

## Lagos

## Praia da Luz

住所: Lagos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・ルス (Praia da (...))

## Loulé

## Praia de Loulé Velho

住所: Quarteira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; レストラン; セキュリティと警備; ブルーフラッグ;

レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

クアルテイラ (Quarteira) とヴァレ・ド・ロボ (Vale do Lobo)

の間の静かな地域にあるロウレ・ヴェリョ・ビーチ (Praia de Loulé (...))

## Praia do Ancão

住所: Loulé

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ド・アンカオン (Praia do Ancão)

プライア・ド・アンカオンは、タヴィラ (Tavira) まで続くリア・フォル

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

サーフィン; ダイビング;

プライア・ド・ヴァレ・デ・センテアネス (Praia do Vale de (...))

## Praia de Porto de Mós

住所: Lagos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・ポルト・デ・モス (Praia de Porto de (...))

## Praia do Almargem ou do Cavalo Preto

住所: Quarteira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22 °; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

カヴァオ・プレト・ビーチ (Praia do Cavalo

Preto) の名でも知られるアルマルジェム・ビーチ (Praia do

Almargem) は、水鳥の楽園となるラグーンを形成するアルマルジェム

(Almargem) (...)

モーザ自然公園 ( Parque Natural da Ria (...))

## Portimão

Praia do Vau

住所：Portimão

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ド・ヴァウ (Praia do (...))

Praia dos Três Irmãos

住所：Alvor - Portimão

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
サーフィン;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ドス・トレス・イルマオンス (Praia dos Três (...))

## Tavira

Praia de Cabanas-Mar

住所：Tavira

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-21 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン; セーリング;

プライア・デ・カバナス マール (Praia de Cabanas-Mar)  
リア・フォルモーザ自然公園 ( Parque Natural da Ria (...))

## Vila Real de Santo António

Praia de Manta Rota

住所：Vila Real de Santo António

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
レンタルクラフト;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・マンタ・ロタ (Praia de Manta (...))

Praia dos Três Castelos

住所：Portimão

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

プライア・ドス・トレス・カステロス (Praia dos Três (...))

Praia de Monte Gordo

住所：Vila Real de Santo António

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 22-23 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・モンテ・ゴルド (Praia de Monte (...))

## Vila do Bispo

Praia do Burgau

住所： Vila do Bispo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 19-21 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン; ボディーボード;

プライア・ド・ブルガウ (Praia do (...))

Praia do Martinhal

住所： Sagres - Vila do Bispo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 18-21 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード;

プライア・ド・マルティニャール (Praia do (...))

## Vilamoura

Praia de Vilamoura

住所： Vilamoura - Loulé

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20-22 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン; セーリング;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ダ・マリーナ・デ・ヴィラモウラ (Praia da Marina de (...))

## アレンテージョ

### Grândola

Praia da Comporta

住所： Grândola

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ダ・コンポルタ (Praia da (...))

### Santiago do Cacém

## Praia da Costa de Santo André

**住所:** Santiago do Cacém

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ダ・コスタ・デ・サント・アンドレ (Praia da Costa de Santo André)  
プライア・ダ・コスタ・デ・サント・アンドレは、サント・アンドレ・ラグーン (Lagoa de Santo (...))

## Tróia

### Praia Atlântica (Soltroia)

**住所:** Troia - Grândola

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 18; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・アトランティカ (Praia (...))

## ポルトと北部地方

## Espinho

### Praia de Silvalde

**住所:** Rua do Quartel - Espinho

**ウェブサイト:** <https://www.visit.espinho.pt/pt/turismo/praia-de-silvalde-pau-da-manobra/>

**特色とサービス:**

バー; セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード; パドルサーフ;  
**バリアフリー案内:**  
車椅子用通路の設備;

プライア・デ・シルヴァルデ (Praia de Silvalde)  
プライア・デ・シルヴァルデは、プライア・デ・エスピーニョ (Praia de (...))

### Praia Pop

**住所:** Esplanada Maia Brenha - Espinho

**ウェブサイト:** <https://www.visit.espinho.pt/pt/turismo/praia-pop/>

**特色とサービス:**

バー; セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
ハンドボール; バレーボール;  
**バリアフリー案内:**  
車椅子用通路の設備;

## Esposende

Praia de Marinhas-Cepães

住所：Esposende

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; セーリング;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・セパンス (Praia de Cepães)

プライア・デ・セパンスは、リトラル・デ・エスポゼンデ景観保護区  
(Área de Paisagem Protegida do Litoral de (...))

## Matosinhos

Praia Azul (Angeiras Sul)

住所：Leça da Palmeira - Matosinhos

**特色とサービス:**

夏期平均海水温度(°C): 19 °; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン;

アズール・ビーチ (Praia (...))

Praia da Quebrada

住所：Matosinhos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; セキュリティと警備;  
ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

小さな入江にあり、砂丘に守られたケブラダ・ビーチ (Praia da (...))

Praia de Leça

住所：Leça da Palmeira - Matosinhos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・レサ (Praia de (...))

Praia do Cabo do Mundo

住所：Matosinhos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

カボ・ド・ムンド・ビーチ (Praia do Cabo do (...))

Praia da Memória

住所：Perafita - Matosinhos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ダ・メモリア (Praia da Memória)

かつてこの砂浜は、プライア・ダ・アレノーザ (Praia de Arenosa) またはプライア・ドス・ラドロインス (Praia dos (...))

Praia da Senhora (Boa-Nova)

住所：Leça da Palmeira - Matosinhos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

岩に囲まれたセニョーラ・ビーチ (Praia da (...))

Praia de Matosinhos

住所：Matosinhos

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン; セキュリティと警備;  
レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・マトジーニョス (Praia de (...))

Praia do Funtão

住所：Lavra - Matosinhos

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;



ラヴラ (Lavra)町の向かいにあるフンタン・ビーチ (Praia do (...))

## Porto

Praia da Foz

住所: Porto

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

ポルト (Porto) の指折りの一等地にあるフォス・ビーチ (Praia da Foz) とは、オウリゴ (Ourigo)、イングレセス (Ingleses)、ルス(Luz) (...)

Praia do Homem do Leme

住所: Porto

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; セキュリティと警備;  
ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

ポルト (Porto)市内のモンテヴィデオ通り (Avenida de Montevideo) 近くにあるオメン・ド・レメ・ビーチ (Praia do Homem do (...))

## Póvoa de Varzim

Praia da Barranha - Póvoa de Varzim

住所: Aguçadoura - Póvoa de Varzim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;

エステラ・キャンプ場 (Parque de Campismo da Estela) とアグサドウラ・サッカー場 (Campo de Futebol da Aguçadoura) の間にあるバラニャ・ビーチ (Praia da (...))

Praia da Fragosa

住所: A-Ver-o-Mar - Póvoa do Varzim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; セキュリティと警備;  
ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

車で直接行けるため、フラゴサ・ビーチ (Praia da Fragosa) はとても混雑していますが、それでも漁業や海藻採集など伝統的な営みが今なお行われています。

Praia da Lagoa - Póvoa de Varzim

住所: Póvoa de Varzim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; セキュリティと警備;  
ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
ハンドボール; サッカー; バレーボール;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

市内を走る沿岸道路で直接行けるラゴア・ビーチ (Praia da (...))

Praia de Santo André / Praia dos Cabos

住所: Póvoa de Varzim

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;

プライア・デ・サント・アンドレ / プライア・ドス・カボス (Praia de Santo André / Praia dos (...))

Praia do Quião - Póvoa de Varzim

住所: Póvoa de Varzim

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

**特色とサービス:**

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

さらさらの砂浜が続くキオン・ビーチ (Praia do Quião) は、北はカボ・デ・サント・アンドレ (Cabo de Santo André)、南はリベイラ・ド・エステイロ (Ribeira do (...))

## Viana do Castelo

Praia da Arda / Praia do Bico

住所： Viana do Castelo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード;

プライア・ダ・アルダ / プライア・ド・ピコ (Praia da Arda / Praia do (...))

Praia de Carreço

住所： Carreço - Viana do Castelo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・カレソ (Praia de (...))

Praia do Norte

住所： Viana do Castelo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;

幅広い人気を誇るノルテ・ビーチ (Praia do Norte) は、リマ川 (Rio Lima) 河口のヴィアナ・ド・カステロ (Viana do Castelo) (...)

## Vila Nova de Gaia

Praia da Aguda

住所： Arcozelo - Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・ダ・アグア (Praia da (...))

Praia de Canide

住所： Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ダイビング; ボディーボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・カニデ (Praia de (...))

Praia da Ínsua

住所： Afife - Viana do Castelo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

プライア・ダ・インスア (Praia da Ínsua)

プライア・ダ・インスアは、プライア・デ・アフィフェ (Praia de (...))

Praia de Castelo do Neiva

住所： Castelo do Neiva - Viana do Castelo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

プライア・デ・カステロ・ド・ネーヴァ (Praia de Castelo do (...))

Praia da Madalena

住所： Canidelo - Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディーボード;

プライア・ダ・マダレナ (Praia da (...))

Praia de Miramar / Mar e Sol

住所： Gulpilhares - Vila Nova de Gaia

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

プライア・デ・ミラマール (Praia de (...))

## Praia de Valadares - Norte e Sul

住所： Vila Nova de Gaia

### 特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

### アクティビティ:

サーフィン;

### バリアフリー案内:

近隣の海岸;

プライア・デ・ヴァラダレス (Praia de Valadares) - ノルテ・イ・スル (Norte e (...))

## Vila Praia de Âncora

Praia de Vila Praia de Âncora

住所： Vila Praia de Âncora

### 特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 15-17 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

### アクティビティ:

サーフィン; ボディーボード;

### バリアフリー案内:

近隣の海岸;

プライア・デ・ヴィラ・プライア・デ・アンコラ (Praia de Vila Praia de Âncora)

ヴィラ・プライア・デ・アンコラの砂浜は、その漁港からアンコラ川 (Rio (...))

## Vila do Conde

Praia de Labruge

住所： Vila do Conde

### 特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; セキュリティと警備;  
ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

各種サービスを提供するインフラが整うラブルジェ・ビーチ (Praia de (...))

Praia de Vila Chã - Vila do Conde

住所： Vila do Conde

### 特色とサービス:

屋外駐車場; バー; セキュリティと警備; ブルーフラッグ;  
レンタルパラソル; シャワー;

### バリアフリー案内:

近隣の海岸;

ヴィラ・シャン・ビーチ (Praia de Vila (...))

Praia de Moreiró

住所： Vila do Conde

### 特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 18; セキュリティと警備;  
レンタルパラソル; シャワー;

人里離れた場所にあるモレイロ・ビーチ (Moreiró Beach) は非常に美しいビーチです。平和な雰囲気があり、海水浴シーズンには特に家族連れでにぎわいます。 (...)

Praia do Mindelo

住所： Mindelo - Vila do Conde

### 特色とサービス:

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

### バリアフリー案内:

近隣の海岸;

プライア・ド・ミンデロ (Praia do Mindelo)

プライア・ド・ミンデロは、さまざまな鳥が生息する砂丘を保護するミンデロ鳥類保護区 (Reserva Ornitológica do (...))

## ポルトガル中部地方

## Figueira da Foz

Praia de Buarcos

住所：Buarcos - Figueira da Foz

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
ウインドサーフィン;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

モンデゴ岬 (Cabo Mondego) はボア・ヴィアージェン山脈 (Serra da Boa Viagem) 全体の延長上にあり、強い北風からブアルコス・ビーチ (Praia de (...))

Praia do Relógio

住所：Figueira da Foz

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;  
レンタルクラフト;  
**アクティビティ:**  
ボディボード; セーリング;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

20世紀の前半全体を通じてフィゲイラ・ダ・フォス (Figueira da (...))

## Ílhavo

Praia da Barra

住所：Gafanha da Nazaré - Ílhavo

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディボード; セーリング;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

バラ・ビーチ アヴェイロ港 (Porto de Aveiro) の始まりと河口の終わりを区切るはしけの近くに位置するバラ・ビーチ (Praia da (...))

## Marinha Grande

Praia da Vieira

住所：Vieira de Leiria - Marinha Grande

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

ブライア・ダ・ヴィエイラ (Praia da Vieira)  
ヴィエイラ・デ・レイリア (Vieira de (...))

Praia de Quiaios

住所：Quiaios - Figueira da Foz

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ボディボード;  
**バリアフリー案内:**  
近隣の海岸;

キアイオス・ビーチ

フィゲイラ・ダ・フォス (Figueira da Foz) の北に位置するキアイオス・ビーチ (Praia de (...))

Praia de São Pedro de Moel

住所：Marinha Grande

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
**アクティビティ:**  
サーフィン; ダイビング; ボディボード;

ブライア・デ・サン・ペドロ・デ・モエル (Praia de São Pedro de (...))

## Mira

Praia do Poço da Cruz

住所： Mira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

見渡す限り砂地が続く、あまり人の多くないポソ・ダ・クルス・ビーチ  
(Praia do Poço da (...))

## Murtosa

Praia da Torreira

住所： Murtosa

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

砂丘のそばにあるトーレイラ・ビーチは、アヴェイロの潟 (Ria de (...))

## Ovar

Praia da Cortegaça

住所： Esmoriz - Ovar

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

コルテガーサ・ビーチ

この地域の多くのビーチに共通しているように砂丘とマツの木がそばにあるコルテガーサ・ビーチ (Praia da (...))

Praia do Furadouro

住所： Ovar

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 16 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**レンタルクラフト:**

**アクティビティ:**

サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

フラドウロ・ビーチ

魚釣りやサーフィンの両方で有名であり、ビーチでの生活に大きく異なった時代とアプローチを明確に示す巨大なフラドウロ・ビーチ (Praia do (...))

## Peniche

Praia da Consolação

住所： Peniche

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ダイビング; ボディーボード;

ブライア・ダ・コンソラサオン (Praia da (...))

Praia de Medão - Supertubos

住所： Peniche

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

ブライア・デ・メダン (Praia de (...))

## São Martinho do Porto

Praia de São Martinho do Porto

住所： Marginal de Alcobaça, 2460-096 São Martinho do Porto

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・サン・マルティニョ・ド・ポルト (Praia de São Martinho do (...))

## Torres Vedras

Praia de Porto Novo

住所： Torres Vedras

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

**アクティビティ:**

サーフィン; ウインドサーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・ポルト・ノヴォ (Praia de Porto Novo)

プライア・デ・ポルト・ノヴォは、アルカプリシエル川 (Rio (...))

## マデイラ諸島

### Ilha da Madeira

Zona Balnear da Barreirinha

住所： Funchal

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; セキュリティと警備; ブルーフラッグ;  
レンタルパラソル;

(Zona Balnear da Barreirinha)

(Forte de São Tiago). (...)

Zona Balnear de Galo Mar

住所： Caniço - Santa Cruz Ilha da Madeira

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; レストラン; セキュリティと警備;  
レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

ダイビング;

ガロ・マール海水浴場 (zona Balnear de Galo

Mar) は、ガラジャウ海洋自然保護区 (Reserva marinha do (...))

Zona Balnear da Ribeira Brava

住所： Ribeira Brava Ilha da Madeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

マデイラ (Ilha da Madeira) 西部沿岸の渓谷にあるリベイラ・ブラヴァ (Ribeira Brava) (...)

Zona Balnear de Roca Mar

住所： Caniço de Baixo - Santa Cruz Ilha da Madeira

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 21; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

ダイビング;

ガラジャウ海洋自然保護区 (Reserva marinha do

Garajau) の東端に近いロカ・マール海水浴場 (Zona Balnear de Roca (...))

## リスボンとその周辺地方

### Cascais

Praia da Conceição

住所：Cascais

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;

セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

ダイビング; ウインドサーフィン; セーリング;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・コンセイサオン (Praia da Conceição)

プライア・ダ・コンセイサオンは、ノッサ・セニョーラ・ダ・コンセイサオン礼拝堂 (Capela de Nossa Senhora da (...))

Praia da Duquesa

住所：Cascais

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;

セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー; レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ダイビング; ウインドサーフィン; セーリング;

プライア・ダ・ドゥケーサ (Praia da (...))

### Costa de Caparica

Costa de Caparica - Terras da Costa, Acácias e Medos

住所：Costa de Caparica - Almada

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル;

**アクティビティ:**

サーフィン; ダイビング; ウインドサーフィン; ボディーボード;

テラス・ダ・コスタ、アカシアス、メドス (Terras da Costa, Acácias e Medos) コスタ・ダ・カパリカ (Costa da

Caparica) の街を抜けたところに、はるかフォンテ・ダ・テーリャ (Fon te da (...))

### Ericeira

Praia da Ribeira d'Ilhas

住所：Ericeira - Mafra

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・ダ・リベイラ・ド・イーリャス (Praia da Ribeira (...))

Praia de São Lourenço

住所：Ericeira - Mafra

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・サン・ロウレンソ (Praia de São (...))

## Estoril

Praia da Poça

住所：São João do Estoril - Cascais

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;

プライア・ダ・ポサ (Praia da Poça)

プライア・ダ・ポサは、フォルテ・ヴェーリョ (Forte

Velho) に近いサン・ジョアン・ド・エストリル (São João do (...)

## Oeiras

パーソ・デ・アルコス・ビーチ (Praia de Paço de Arcos)

住所：Avenida Marginal - Paço de Arcos (Oeiras)

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-19 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

ハンドボール; サッカー; バレーボール;

(...)

## Sesimbra

Praia de Sesimbra

住所：Sesimbra

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;  
セキュリティと警備; ブルーフラッグ; レンタルパラソル; シャワー;  
レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

サーフィン; ダイビング; ウィンドサーフィン;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・デ・セジンプラ (Praia de (...)

## Setúbal

Praia do Portinho da Arrábida

住所：Serra da Arrábida - Setúbal

**特色とサービス:**

バー; 夏期平均海水温度(°C): 17 °C; レストラン; セキュリティと警備;  
レンタルパラソル; レンタルクラフト;

**アクティビティ:**

ダイビング;

プライア・ド・ポルティエニョ・ダ・アラビダ (Praia do Portinho da Arrábida)

プライア・ド・ポルティエニョ・ダ・アラビダは、セーラ・ダ・アラビダ自然公園 (Parque Natural da Serra da (...)

アウバルケル・ビーチ (Praia de Albarquel)

住所：Albarquel - Setúbal

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 20; レストラン;  
セキュリティと警備; レンタルパラソル; シャワー;

**バリアフリー案内:**

車椅子用通路の設備; 近隣の海岸;

セーラ・ダ・アラビダ (Serra da (...)



## Sintra

Praia Grande - Sintra

住所： Colares - Sintra

**特色とサービス:**

屋外駐車場; バー; 夏期平均海水温度(°C): 17-18 °C; レストラン;

セキュリティーと警備; レンタルパラソル; シャワー;

**アクティビティ:**

サーフィン; ダイビング; ボディーボード;

**バリアフリー案内:**

近隣の海岸;

プライア・グランデ (Praia (...))