



sales@sublutour.com | www.sublutour.com

Kapcsolat: (+36) 304 860 371

AZ EGÉSZSÉG TENGERE

6 nap 5 éjszaka - csoport program: minimum 20 pax

VASÁRNAP

Érkezés a liszaboni repülőtérre
Transzfer a reptérről a hotelbe
Érkezési időtől függően ebéd és vacsora, vagy csak vacsora a Miramar Hotelben
Alvás

HÉTFŐ

Büfé reggeli a Miramar Hotelben
Transzport minibusszal a Thalasso létesítményhez
Wellness a Thalasso létesítményben
Ebéd a Miramar Hotelben
Délután szabad program Nazarében
Vacsora a Miramar Hotelben
Alvás

A **Thalasso Portugal** elegáns hidroterápiás központ, mely az óceán vizének terápiás tulajdonságainak használja gyógyításra, valamint wellness, illetve esztétikai szolgáltatásokkal is várja vendégeit. A központban cirkuláló víz 300 méter mélyről érkezik a tengerből: a víz jódban gazdag, és Portugália-szerte arról ismert, hogy kiváló reumatikus és felső légúti megbetegedések gyógyítására, enyhítésére. A tengervizet felmelegítik, de semmilyen adalékanyaggal nem dúsítják, és szakemberek gondoskodnak arról, hogy a víz folyamatosan cirkuláljon. Különböző kezeléseket kínálnak, felső légúti megbetegedésekre, reumára, csontproblémákra, psoriasisra, bőrproblémákra, idegi eredetű betegségekre, de vannak esztétikai programjaik is, úgy mint anti-aging kezelések, fogyókúra, stresszoldás, és

még sorolhatnánk.

KEDD

Büfé reggeli a Miramar Hotelben
Transzport minibusszal a Thalasso létesítményhez
Wellness a Thalasso létesítményben
Ebéd a Miramar Hotelben
Délután szabad program Nazarében
Vacsora a Miramar Hotelben
Alvás

A Nazaréi miasszonyunk szentélye

A Mária-kultusz igen fontos Portugáliában, ezt a nazaréi szentélyt elsősorban a helyi halászok látogatták, de hírességek is megfordultak itt, hiszen Fátima népszerűvé válása előtt Nazaré volt Portugália legfontosabb zarándokhelye. Vasco da Gama, a nagy felfedező ide jött imádkozni, mielőtt elindult volna India felé. A szentély a templomból és az Emlékezet kápolnijából (Capela da Memória) áll. A szentélyt a legenda szerint azt követően alapították, hogy a nazaréi Miasszonyunk megmentette Dom Fuas Roupinho lovagot attól, hogy a promontórió-ról, vagyis a part vonalából kiemelkedő sziklafalról a mélybe zuhanjon, miközben egy szarvast üldözött. A szentélyt két torony díszíti, belül gyönyörű azulejők (kék csempék) borítják a falakat, a Mária-csodát is azulejőkon ábrázolják. A szentélyben őriznek egy igen régi ereklyét, egy fekete Mária-szobrot, amelyet a hagyomány szerint még a szentföldi Názáretből hoztak ide: a települést állítólag az ereklye miatt nevezték el Nazarének.

SZERDA

Büfé reggeli a Miramar Hotelben
Kirándulás Alcobaça: a kolostornak és a Szerelem kertjének (Jardim do Amor) meglátogatása
A batalhai kolostor meglátogatása
Ebéd egyénileg
Kirándulás Fátimába: a fátimai szentély meglátogatása
Vacsora a Miramar Hotelben



AZ EGÉSZSÉG TENGERE

sales@sublutour.com | www.sublutour.com

Kapcsolat: (+36) 304 860 371

Alvás

Az alcobaçai kolostor

Alcobaça leginkább a ciszterci rendhez tartozó kolostoráról ismert, amely körül a XV. században jött létre település. Magát a kolostort az első portugál király, Alfonsz Henrik alapította 1148-ban. Az építkezés 1222-re fejeződött be, gyönyörű gót stílus jellemzi. A kolostor a középkorban igen jelentős vallási központnak számított, Európa számos más ciszterci apátságával is rivalizált. A kolostor legnevezetesebb emlékművei Péter király és Inês de Castro királyné síremlékei: A portugálok leghíresebb költője, Luís Vaz de Camões által is megénekelte tragikus sorsú szerelmespár története talán VIII. Henrik és Boleyn Anna sztorijához hasonlítható leginkább, a végkifejlete azonban egészen más. Dom Pedro (Péter herceg) még trónörökös korában nősült, de beleszeretett felesége egyik udvarhölgyébe, Inês de Castroba. Felesége halála után titokban el is vette feleségül a lányt, aki három gyereket szült neki. Apja, a király azonban nem tudott megbékélni ezzel a házassággal, és megölette Inést. Péter herceg látszólag megbocsátott a gyilkosoknak, de apja halála után kíméletlenül elbánt velük, a legenda szerint pedig exhumáltatta a feleségét és holtában királynévé koronázta. Azt mondják, ezért van kettejük síremléke egymással szemben elhelyezve: hogy a végítéletkor, mikor a holtak feltámadnak, először egymást pillantsák meg.

A szerelem kertje (Jardim do Amor)

A szerelem kertjét Alcobaça város önkormányzata hozta létre Pedro és Inês szerelmének emlékére. A parkot az Alcoa és a Baça folyók találkozásánál alakították ki, azzal a céllal, hogy tisztelegjenek az egyik legszebb emberi érzés, a szerelem mindenféle megjelenési formája előtt. A park falában mintegy 700 kis széfet alakítottak ki, amelyek arra hivatottak, hogy különösen romantikus és nem csak sms-ben kommunikáló szerelmespárok egymásnak üzeneteket hagyhassanak: a parkban persze kulcspárokat is lehet venni, hogy a széfeket csak a szerelmesek tudják kinyitni, de rendelkezésre áll levélpapír is, amelyen szerelmi vallomásokot írhatnak az idelátogatók. Ha pedig megéheznek, a helyi termelők almájából, illetve meggyéből is vásárolhatnak kóstolót.

A Batalhai kolostor

A Santa Maria da Vitória (a Győzelem Miasszonyának szentelt) kolostort batalhai kolostorként ismerik világszerte – a batalha szó csatát jelent. Kétség sem fér hozzá, hogy a portugál, sőt, az európai építészet egyik legszebb mesterműve. Az építkezést I. János portugál király kezdte meg, ugyanis az aljubarrotai csata előtt fogadalmat tett, hogy győzelem esetén kolostort emeltet az összecsapás helyszínén – mivel ez a győzelem biztosította számára a trónt és ezáltal sikerült megőrizni Portugália függetlenségét. Batalhától néhány kilométerre található az aljubarrotai csatamező, amely ma emlékközpont.

A fátimai szentély

Fátima a világ egyik legjelentősebb katolikus zarándokhelye, amely évente átlagosan hatmillió látogatót vonz: ezek egy része valódi zarándok, aki valamilyen Szűz Máriának tett fogadalmat teljesít, de sok az egyszerű érdeklődő is. A szentély története mintegy száz évvel ezelőtt kezdődött: a történet szerint 1917-ben a Cova da Iria nevű helyen három pásztorgyereknek, Lúciának, Jacintának és Franciscónak megjelent a Szűz Mária: a jelenések több hónapon át ismétlődtek, és egyre több hívőt vonzottak a helyre, míg végül az utolsó alkalommal már egész Portugáliából idesereglettek az emberek, újságírók, fényképészek hada volt jelen az ún. napcsoda idején. Az események után kis kápolnát emeltek a helyszínen, később azonban ezt lebontották, és hatalmas szentélyt építettek, amelynek alapterülete a római Szent Péter térnek a duplája. A leglátogatottabb hely a

Jelenések kápolnája (Capela das Aparições): ez előtt állt az a magyaltölgy, amely fölött a Szűz a gyerekek szerint többször is megjelent. A fát maguk a zarándokok pusztították el, mert mindenki akart belőle egy darabot... Ma a helyén a Szűz egy híres képét láthatjuk. A kápolnában naponta több misét is tartanak, mégpedig különböző nyelveken, a kápolna mellett pedig van egy térség, ahol naponta több száz gyertyát gyújtanak a zarándokok.

CSÜTÖRTÖK

Büfé reggeli a Miramar Hotelben
 Délelőtt szabad program
 Ebéd a Miramar Hotelben
 Transzport minibusszal a Thalasso létesítményhez
 Wellness a Thalasso létesítményben
 Vacsora a Miramar Hotelben
 Alvás

A nazaréi halszárító

Nazaré eredetileg halászfalu, és a ma már turistaparadicsomnak nevezhető település számára a halászat továbbra is fontos tevékenység: a halszárítás pedig a tengeri állatok tartósításának ősi módszere. A látogatók nagyon szeretik ezt a helyi sajátosságot, szívesen nézik meg a halszárítókon, hálókön kiterített különféle tengeri herkentyűket és fotózzák le a hagyományos öltözékben üldögélő néniket, akik a zsákmányra vigyáznak.

A nazaréi sikló

A nazaréi siklót Gustave Eiffel egy tanítványa, Raoul Mesnier de Ponsard tervezte. A tengerpartról a magasban fekvő Sítio városrészig viszi a látogatókat. (Sítio egyébként annyit tesz, mint hely.) Mivel Sítiót elég nehéz gyalogosan elérni, Nazarének ez a része a XVII. századig alig fejlődött. A siklót 1889-ben építették, és a Sítio könnyebb elérhetősége teljesen megváltoztatta a környék életét: elindult a fejlődés, egyre több zarándok és vezeklő látogatta a szentélyt.

PÉNTEK

Büfé reggeli a Miramar Hotelben
 Kijelentkezés a szállodából délig
 Indulás a repülőtérre