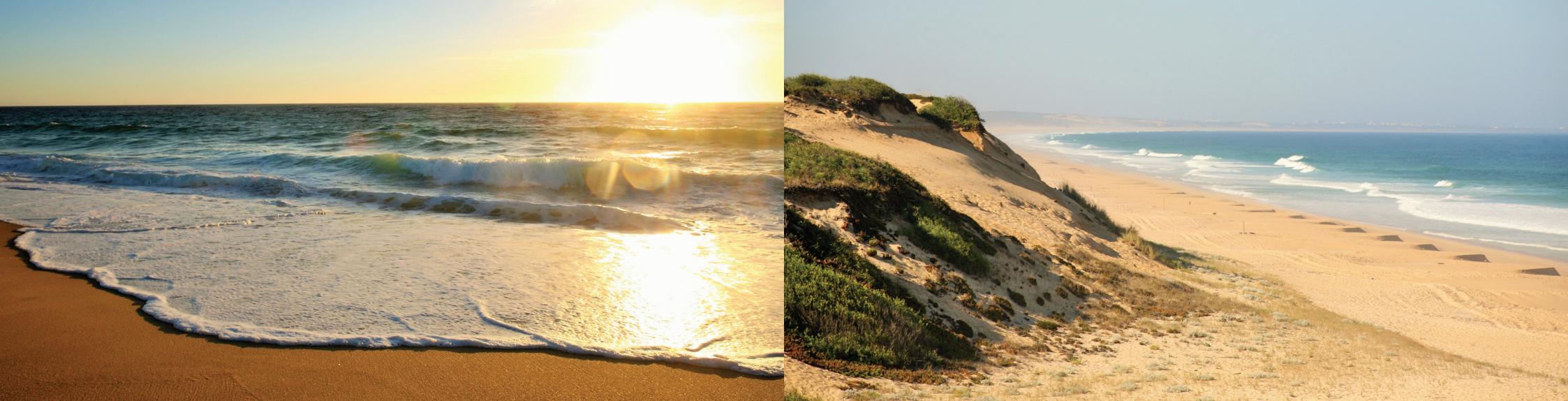


# Frente Atlântica

*Descubra a maior extensão de praia do país  
e a terceira maior do mundo.*



**GRÂNDOLA**  
MUNICÍPIO



## PRAIA DE **MELIDES**



Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Praia acessível

(WGS84)  
38° 07' 44.31" N  
8° 79' 33.34" O

Praia de extenso areal equipada com apoio de praia, restauração e estacionamentos, bem como condições de excelência ao nível ambiental e acessibilidades, tendo sido estas reconhecidas com atribuição dos galardões Bandeira Azul, Praia Acessível e Qualidade de Ouro. A sul da frente de praia encontram-se formações dunares com flora endémica e classificada e a norte arribas de arenitos proporcionando conjugações paisagísticas e ambientais de elevado interesse.

As características do mar e da linha de costa permitem a prática de variadas atividades desportivas, de entre elas o *surf* ou *bodyboard*, durante praticamente todo o ano.

Nas imediações da praia surge uma lagoa (Lagoa de Melides), que se prolonga até à aldeia de Melides através de extensos arrozais e pequenas ilhas onde a riqueza da flora e da fauna garantem atividades como *bird watching*, canoagem ou passeios pedestres.

### PATRIMÓNIO CULTURAL/HISTÓRICO

**VALE FIGUEIRA** (8 Km): Dólmen da Pedra Branca, Monumento Megalítico das Casas Velhas, Necrópole;  
**MELIDES** (6 Km): Centro histórico, Igreja de S. Pedro (igreja matriz) do séc. XVIII e Fonte dos Olhos. Artesanato local em barro;

Praia de excelência paisagística e ambiental reconhecida através dos galardões Bandeira Azul e Qualidade de Ouro está equipada com um apoio de praia simples (bar e instalações sanitárias). Possui ainda dois pequenos parques de estacionamento a que se acessa desde a EN 261-2 através de um caminho, parcialmente em terra batida, ladeado por pinhais e vegetação endémica. Junto aos parques de estacionamento encontra-se um miradouro/parque de merendas de onde se pode desfrutar uma paisagem única desde Sines até a Serra da Arrábida.

O areal, de acesso difícil para pessoas com mobilidade reduzida, é limitado por arribas de arenitos que permitem a prática de voos com asa delta embora sem qualquer tipo de apoio logístico. O mar garante atividades como o *surf* e o *bodyboard* ou a pesca desportiva praticamente todo o ano.

### GASTRONOMIA

Pratos de peixe, o pato assado com laranja e arroz de miúdos, as alcomonias e os rebuçados de pinhão.

## PRAIA DA **ABERTA NOVA**



Bandeira azul  
Qualidade de ouro

(WGS84)  
38° 07' 38.58" N  
8° 46' 50.39" O



## PRAIA DA GALÉ



Qualidade de ouro  
Bandeira azul



A praia da Galé-Fontainhas localiza-se na zona intermédia do arco litoral Tróia-Sines, cujo areal é contínuo, ao longo de toda a extensão. É uma praia com boas condições ambientais reconhecidas com a atribuição do galardão Qualidade de Ouro.

A praia dispõe de apoio de praia, que assegura os serviços públicos de vigilância, comunicações de emergência, sanitários e limpeza do areal. O acesso processa-se pelo interior do Parque de Campismo da Galé. O declive da zona de banhos é relativamente suave. Durante a época balnear a temperatura média da água oscila entre os 16°C e os 19°C, com ventos dominantes de Noroeste e precipitação pouco frequente.

### PATRIMÓNIO NATURAL

**ARRIBA FÓSSIL:** Praia de rara beleza cujo areal é confinado a nascente por uma arriba de formação de idade Plio-Quaternária (idade inferior a 5 milhões de anos), constituída por arenitos argilosos, geralmente pouco permeáveis, que atingem altitudes superiores a 50 m.

(WGS84)

38° 12' 14.14" N

8° 46' 36.33" W



## PRAIA DO PEGO



Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Praia acessível  
Certificação ISO 14001



38° 17' 33.26" N

8° 46' 41.09" O

Praia com um extenso cordão dunar e um imenso areal, de qualidade superior em termos ambientais, equipada com um apoio de praia (restaurante, bar e instalações sanitárias completas), acessos pedonais e estacionamentos sombreados, condições essas que garantem a manutenção dos vários galardões de excelência que lhe são anualmente atribuídos como o da Bandeira Azul, Praia Acessível e Qualidade de Ouro. A praia é ainda certificada pela Norma de qualidade ambiental ISO 14001.

O mar garante ótimas condições para banhos, sendo a qualidade da água uma garantia para a prática da natação, ou pesca desportiva para além de, em determinadas épocas do ano, o surf e o bodyboard.

### GASTRONOMIA

Existe uma vasta oferta de restauração onde se pode encontrar pratos confeccionados com produtos da região (batata-doce, arroz e peixe).

### PATRIMÓNIO ARQUITETÓNICO

Exemplares recuperados de antigas construções em colmo, características da região e que são também transportadas para o artesanato local enquanto miniaturas feitas no mesmo material.



## PRAIA DO CARVALHAL



Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Praia acessível

(WGS84)  
38° 18' 20.20" N  
8° 46' 47.14" O

Distinguida com o galardão Bandeira Azul sucessivamente desde 2002, praia com "Qualidade de Ouro" desde 2004 e Praia Acessível desde 2007, foi ainda finalista das 7 Maravilhas – Praias de Portugal na categoria Praias de Dunas. Aqui encontra-se um areal contíguo a um sistema dunar que se estende até aos pinhais característicos da região. A presença contígua de antigas lagoas, agora transformadas em campos agrícolas e arrozais, confere a esta praia uma diversidade de paisagens únicas e biodiversidade muito própria e rica.

Equipada com um apoio de praia (restaurantes/bares, instalações sanitárias completas) e um parque de estacionamento de grandes dimensões e sombreado garantem uma qualidade de serviços de excelência.

A qualidade da água do mar, bem como as características da praia promovem a prática de atividades como a natação ou a pesca para além de, em determinadas épocas do ano, *surf*, *bodyboard* ou *kitesurf*. Nas imediações é ainda possível fazer passeios pedestres ou *bird watching*.

### GASTRONOMIA

Arroz e massa de peixe, marisco, peixe grelhado, amêijoas à Bulhão Pato e batata-doce.

Inserida nos limites da Reserva Natural do Estuário do Sado, o que lhe permite preservar toda a sua beleza natural. Desde as dunas, areal, qualidade da água do mar de excelência, bem como pelo apoio de praia que garante restauração/bar, instalações sanitárias completas, acesso e serviço dedicado a utentes com mobilidade reduzida e estacionamentos sombreados, a praia, tem o privilégio de reunir condições para a certificação de qualidade ambiental ISO 14001, tendo sido a primeira praia do concelho de Grândola a ser galardoada com a Bandeira Azul da Europa juntamente com a Praia de Tróia-Mar e Tróia-Galé. Nesta praia é possível praticar *surf*, *bodyboard*, *kitesurf* e pesca desportiva. Os passeios pedestres nos pinhais ou arrozais contíguos permitem a prática de *bird watching*.

### LOCAIS A VISITAR

**COMPORTA** (2 Km): Museu do Arroz e Adega da Comporta.

### GASTRONOMIA

**COMPORTA** (2 Km): Restauração baseada em pratos confeccionados com produtos da região com especial relevo para o arroz, o peixe e o marisco.

## PRAIA DA COMPORTA



Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Praia acessível  
Certificação ISO 14001

(WGS84)  
38° 22' 51.79" N  
8° 48' 10.70" O



## PRAIA ATLÂNTICA



Qualidade de ouro

Praia de características urbanas com apoio de praia constituído por um bar, instalações sanitárias e estacionamento automóvel inserido na urbanização de Soltroia. Galardoada com Bandeira Azul e reconhecida como Qualidade de Ouro, pela Quercus, apresenta um mar calmo de ondulação baixa proporcionando ótimas condições para kitesurf ou windsurf. Desde o areal, e devido à sua localização de excelência, obtém-se uma magnífica vista sobre a Serra da Arrábida. Na urbanização contígua é possível obter oferta de restauração e alojamento.

### PATRIMÓNIO CULTURAL/HISTÓRICO

TRÓIA: Ruínas Romanas de Tróia – complexo de salga de peixe.

(WGS84)

38° 27' 09.04" N

8° 51' 44.37" O



(WGS84)



## PRAIA DE TRÓIA-GALÉ

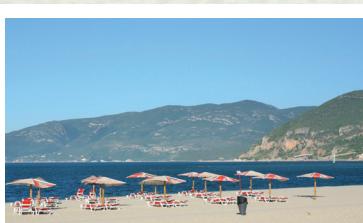


Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Certificação ISO 14001



38° 28' 46.55" N

8° 54' 03.50" O



## PRAIA DO **BICO DAS LULAS**



Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Praia acessível  
Certificação ISO 14001

(WGS84)  
38° 29' 10.87" N  
8° 54' 25.00" O

Praia de características urbanas com apoio de praia constituído, instalações sanitárias e estacionamento automóvel inserido na urbanização de Tróia. A praia reúne condições para a certificação de qualidade ambiental ISO 14001, e está galardoada com Bandeira Azul e reconhecida como Qualidade de Ouro, pela Quercus, apresenta um mar calmo de ondulação baixa proporcionando ótimas condições para kitesurf ou windsurf. Desde o areal, e devido à sua localização de excelência, obtém-se uma magnífica vista sobre a Serra da Arrábida. Na urbanização contígua é possível obter alguma oferta de restauração e alojamento.

Praia de características urbanas com apoio de praia constituído por um bar/ restaurante, instalações sanitárias e estacionamento automóvel inserido na urbanização de Tróia. A praia reúne condições para a certificação de qualidade ambiental ISO 14001, e está galardoada com Bandeira Azul e Praia Acessível sendo ainda reconhecida como Qualidade de Ouro, pela Quercus, apresenta um mar calmo de ondulação baixa proporcionando ótimas condições para kitesurf ou windsurf. Desde o areal, e devido à sua localização de excelência, obtém-se uma magnífica vista sobre a Serra da Arrábida. Os acessos são feitos por passadiços em madeira, com várias áreas de repouso, que por si só são incentivos a prolongados passeios pedestres.

Situada na área mais urbana da península de Tróia, onde a oferta turística reflete uma sábia ocupação do território com total respeito ambiental, poder-se-á encontrar uma variada disponibilidade em termos de alojamentos, restauração e lazer, onde a presença do Casino de Tróia, a Marina e espaços verdes de excelência marcam a diferença.

### PATRIMÓNIO NATURAL

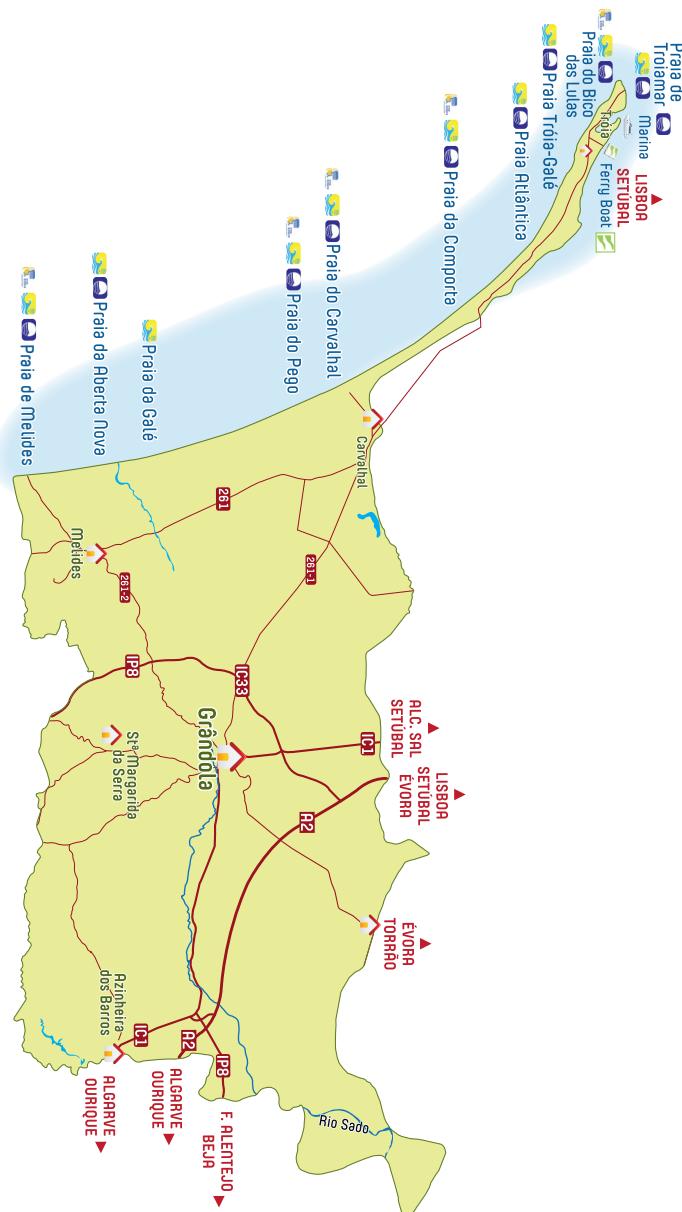
Observação da comunidade de golfinhos (roazes corvineiros) residentes do estuário do Sado que aí têm a sua área de alimentação.

## PRAIA DE **TRÓIA-MAR**



Bandeira azul  
Qualidade de ouro  
Certificação ISO 14001

(WGS84)  
38° 28' 46.55" N  
8° 54' 03.50" O



GRÂNDOLA  
MUNICÍPIO