

Anreiseinfo Maximum Surfcamp 2007

Da Wellenreiten gute **Fitness** voraussetzt, solltest du dich auf jeden Fall auf deinen Surfurlaub vorbereiten. Das geht am besten mit Kraulschwimmen und Liegestützen, um deine Schnellkraft für die Aufstehbewegung zu trainieren. Ansonsten solltest du alle Sportarten betreiben, die die Ausdauer und die Koordination fördern, z. B.: Jogging, Skate- und Snowboarden, Mountainbiking, Yoga. Der Besuch im Fitnessstudio kann auch hilfreich sein.

Peniche ist ein mittelalterlicher Fischerort mit ca. 17.000 Einwohnern. Mit schönen Parks, Fischlokalen, Discos und Bars bietet er eine Menge an Freizeitattraktivitäten.

Unser Camp befindet sich unmittelbar vor **Baleal**, welches ca. 3 km von Peniche entfernt vor einer idyllischen Halbinsel liegt und wegen dieser außergewöhnlichen Lage und der einzigartigen Felsformationen unter Landschaftsschutz steht. Die langgezogenen Sandstrände befinden sich in fußläufiger Entfernung vom Camp.

Wir weisen ausdrücklich darauf hin, eine **Reiserücktritt-/abbruchversicherung** abzuschließen. Wir erstatten keine Kursgebühr bei eventuellen Verletzungen während der Campaufenthalts. Ein breites Angebot dazu findest du im Internet.

Am Flughafen und ca. 5 Min. vom Camp gibt es **Geldautomaten**. Man kann pro Auszahlung 200,- € abheben, maximal 400,- € am Tag.

Der übliche **An-/Abreisetag** ist Sonntag. Montags findet um 10:00 h ein Treffen zum gegenseitigen Vorstellen im Camp statt. Direkt im Anschluss beginnt der Unterricht und die Gäste werden in verschiedene Gruppen aufgeteilt. Von Montag bis Freitag geht der Kurs in der Regel von 10:00 h – 16:00 h. Je nach Wellenbedingungen passen wir die Unterrichtszeiten an. Das Wellenreitmaterial steht den Kursteilnehmern außerhalb des Kurses zur freien Verfügung, den Anfängern aus Sicherheitsgründen erst ab dem 5. Tag.

Als **Abendprogramm** bieten wir außer zwei Videoabenden ein Barbeque im Camp und einen gemeinsamen Restaurantbesuch an. Es gibt auch viele Bars in der Nähe des Camps ...

Die Sonne in Portugal ist stark und wird vom Meer nochmals reflektiert. Bring deshalb unbedingt wasserfeste **Sunblocker, Sonnenmilch** und ein **Cap/Hut** mit.

Vorsichtshalber ist eine kleine **Reiseapotheke** mitzubringen gefüllt mit Sportsalbe gegen Prellungen, Vaseline gegen Scheuerstellen durch den Neoprenanzug, Schmerztabletten, Medizin gegen Durchfall und Übelkeit, Wundsalbe, wasserdichtes Pflaster (Compeed).

Die Tage sind heiß, aber abends kann es wider Erwarten kühl werden. Also **passende Kleidung** einpacken! Equipment zum Wellenreiten wird gestellt. Du benötigst zusätzlich zum Bikini/zur Surfshorts einen **Badeanzug/eine normale Badehose**. Dieser/diese wird unter dem Neoprenanzug getragen, um ein Wundscheuern zu vermeiden. **Ganz wichtig: eigene Handtücher nicht vergessen!**

Um dir deinen Campaufenthalt so angenehm wie möglich zu machen, haben wir ein eigenes **Bistro**, in dem du Frühstück, Lunchpacks für den Strand bestellen oder nachmittags deine Kraft mit frischen Fruchtsäften und Salaten auftanken kannst. Dort gibt es natürlich auch eiskaltes portugiesisches Bier. Wir haben auch Internet und w-LAN, damit du deine mails checken kannst.

Im Anhang findest du die **Wegbeschreibung** per Bus oder Auto, die du unbedingt ausdrucken solltest, damit du auch den Weg zu uns findest.

Bitte bringe noch folgende Kautionsmittel mit: 10,- € für Endreinigung und 10,- € für den Appartement-schlüssel.

So kommst du vom Flughafen Lissabon zum Maximum Surfcamp

Wir empfehlen, vom Flughafen ein Taxi zum Busbahnhof zu nehmen. Das kostet zwischen **7,00 €** und **8,00 €** und ist stressfrei (für Surfboards und besonders viel Gepäck wird ein kleiner Aufpreis genommen).

Vorsicht: Taxifahrer versuchen auf dieser Fahrt gerne eine Abzocke!

Falls du mit dem Bus fahren willst (ca. 2,00 €), frage unbedingt nochmals an der Touristeninformation am Flughafen nach dem aktuellen Fahrplan. Die Buslinien werden gerne spontan geändert. Uns liegt zur Zeit die folgende Route vor (ohne Gewähr):

- **Am Flughafen Lissabon steigst du in den Bus Nr. 44, 45 oder 83**
- **Du fährst bis zur Avenida do Brasil und steigst dort in den Bus Nr. 31**
- **An der Station Sete Rios (liegt an einem Kreisverkehr) steigst du aus**
- **Du gehst in Fahrtrichtung rechts runter an der Fußgängerzone entlang**
- **Nach ca. 200 m liegt der Eingang vom Terminal Rede Expressos auf der linken Seite**
- **Ticket bis Station Peniche lösen (ca. 7,00 €). Die Fahrt dauert ca. 1,5 Stunden**
- **Nicht in Peniche Zentrum aussteigen, sondern am Busterminal (eingezäunte Busstation)**

Wenn du weißt, mit welchem Bus du in Peniche ankommst, unbedingt im Camp anrufen, damit wir dich an der Busstation abholen können (nur Sonntag, Tel 00351-933240472).

!!!!

**Wir müssen unbedingt deine Ankunftszeit in Lissabon wissen.
Bitte per e-mail oder Telefon vor der Abreise durchgeben.**

!!!!

Busfahrplan ab/bis Lissabon*

Lissabon 7:00/ 8:30/ 10:00/ 11.45/ 12:30/ 13:30/ 15:45/ 17:00/ 18:30/ 19:00/ 19:30/ 22:00
Peniche 8:35/ 10:05/ 11:35/ 13:20/ 14:05/ 15:05/ 17:20/ 18:35/ 20:05/ 20:35/ 21:05/ 23:30

Peniche 6:00/ 7:00/ 8:30/ 9:15/ 11:45/ 12:30/ 14:30/ 16:00/ 17:00/ 18:30/ 20:15/ 20:45
Lissabon 7:30/ 8:35/ 10:05/ 10:50/ 13:20/ 14:05/ 16:05/ 17:35/ 18:35/ 20:05/ 21:50/ 22:20

- A** Außer sonntags
- B** Außer samstags, sonntags und an Feiertagen
- C** Freitags (oder donnerstags, wenn Freitag Feiertag)
- D** Sonntags (oder montags, wenn Montag Feiertag)
- E** Sonntags und montags, wenn Montag Feiertag

Feiertage

1. Januar, 2. Februar, 5. April, 6. April, 25. April, 1. Mai, 7. Juni, 10. Juni, 13. Juni (Lissabon),
15. August, 5. Oktober, 1. November, 1. Dezember, 8. Dezember, 25. Dezember

Airport Shuttle

Grundsätzlich bieten wir den Transfer vom Flughafen zum Maximum Surfcamp für 120,- € pro Fahrt (nicht pro Person) an. Über unser Forum/Gästebuch besteht die Möglichkeit, Fahrgemeinschaften zu bilden. Bitte informiere uns über die verabredete Zeit, damit wir dich/euch am Flughafen abholen können.

Wichtige Adressen und Telefonnummern

Maximum Surfcamp

Rua do Gualdino 7

Baleal

P-2520 Peniche

Handy Camp 00351-933240472

Touristeninformation Flughafen Lissabon / Ankunftshalle

Tel 00351-218446473

Fax 00351-218486974