

Randonnées et détente au Cap Vert

10 jours / 9 nuits

Au cœur de l'océan Atlantique et proche des côtes africaines, l'archipel du Cap Vert saura vous étonner par la diversité de ses paysages ! Les panoramas spectaculaires s'enchaînent alors que vous alternez avec des moments de détente sur des plages au sable or ou noir. Le bonheur aux multiples couleurs !

VOTRE PROGRAMME

Jour 1 - Arrivée à São Vicente

Arrivée à l'aéroport de São Vicente. Accueil et transfert à votre hébergement à Mindelo. Selon l'heure d'arrivée, vous pourrez visiter la ville. Ses marchés, musée, nombreux bars et restaurants, la plage de Laginha en font une ville très animée (excepté le dimanche où tout est fermé, l'animation se concentre à la plage).

Repas libres.

Hébergement en Ecologie.



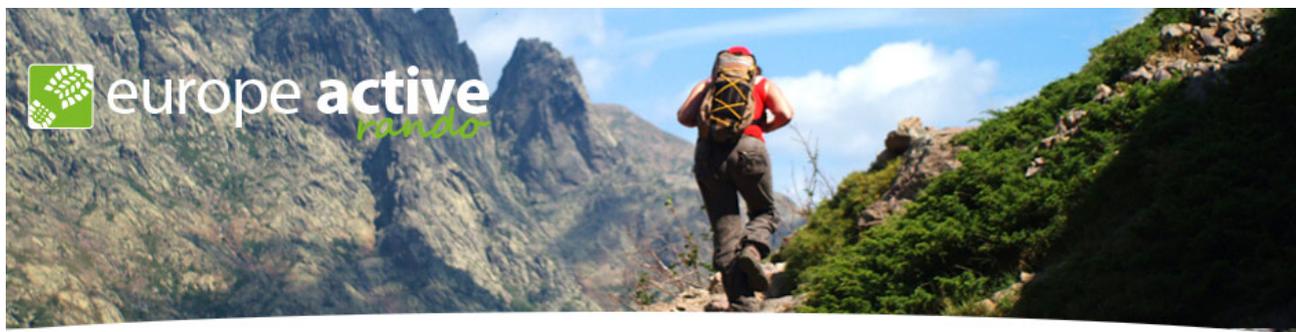
Jour 2 - Cap sur Santo Antão : Le col de Forquinha

Bateau pour Porto Novo (1h de traversée), sur l'île de Santo Antão. Court transfert pour Ribeira das Patas. Randonnée à la découverte des paysages semi-arides de Ribeira das Patas, entre oasis de cultures, laves basaltiques et villages d'agriculteurs. Descente à pied jusqu'à votre hébergement à Chã de Morte. Installation pour deux nuits chez l'habitant.

Repas compris.

Hébergement chez l'habitant.

Temps de marche entre 3h et 3h30 / Dénivelé + 380 m & Dénivelé - : 490 m.



Jour 3 - Crêtes boisées et vallées verdoyantes

Passage par Porto Novo et transfert par la route des cordes sur les crêtes de l'île. De là, une multitude de sentiers plongent dans la Ribeira da Torre, une des vallées les plus spectaculaires de l'archipel avec ses grandes plantations de canne et de bananiers et son imposant piton volcanique au pied duquel se niche un village. Vous passez la nuit dans la vallée.

Repas compris.

Type d'hébergement chez l'habitant.

Temps de marche : 4h à 5h / Dénivelé + : 50 m à 100 m & Dénivelé - : 600 m à 1300 m.

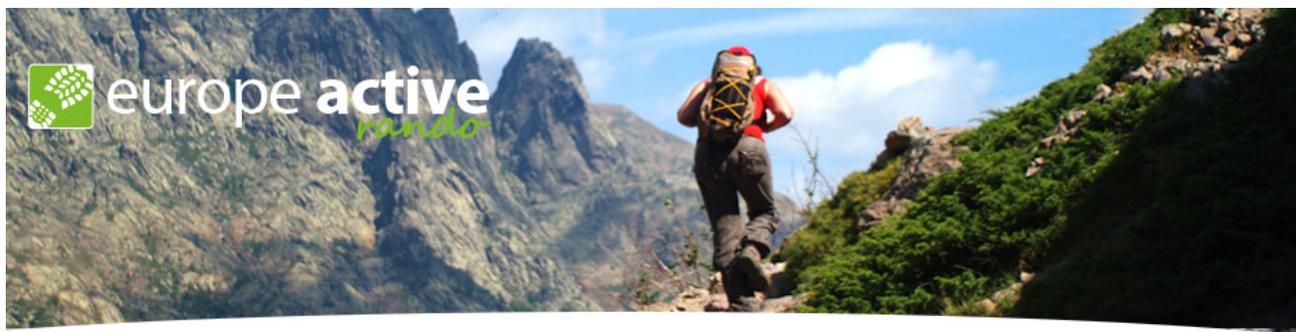


Jour 4 - Le sentier côtier de Fontainhas

Transfert matinal par le col de Ribeira Grande pour rejoindre la vallée de Garça et le village de Cruzinha. De là vous continuez sur le sentier côtier qui passe par le village abandonné de Zaranhas, le vallon verdoyant de Corvo puis enfin le village perché et coloré de Fontainhas avant de rejoindre Ponta do Sol, et votre hébergement chez l'habitant.

Petit-déjeuner et Pique-nique compris / Dîner libre.

Type d'hébergement chez l'habitant.



Temps de marche : entre 4h30 et 5h // Dénivelé + : 500m & Dénivelé - : 500m.



Jour 5 - La vallée de Paul

Transfert matinal le long de la côte, avant de remonter la luxuriante vallée de Paul jusqu'à la fin de la route. Les petits sentiers qui vont de hameau en hameau nous font traverser en balcon le cirque très cultivé de Cabo d'Ribeira, où au gré des saisons on récolte café, oranges, goyaves, légumes et tubercules de toutes sortes, et où l'on distille le rhum. Descente à pied jusqu'à votre hébergement en bord de mer pour une nuit chez l'habitant.

Repas compris.

Type d'hébergement chez l'habitant.

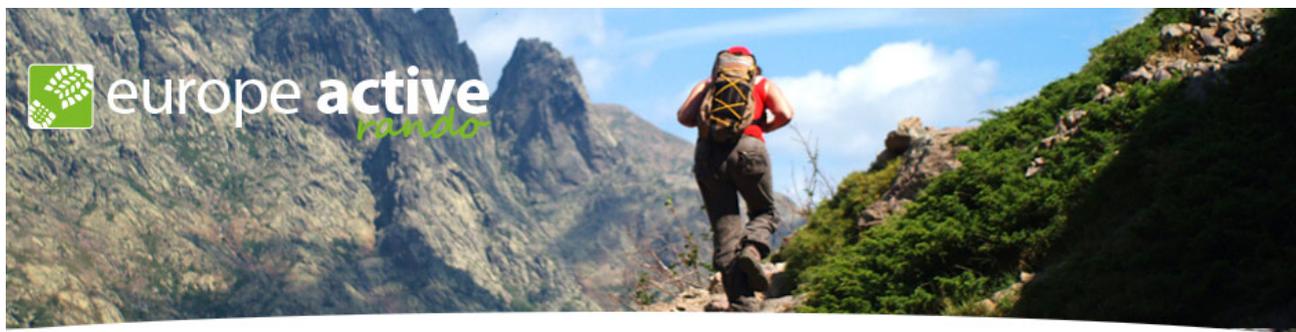
Temps de marche : entre 4h30 à 5h // Dénivelé + : 550 m & Dénivelé - : 750m – option 1.

Temps de marche : entre 2h à 2h30 // Dénivelé + : 400 m & Dénivelé - : 620m – option 2.



Jour 6 - Cap sur Tarrafal

Vous prenez la route le matin pour Porto Novo en véhicule collectif. A Porto Novo, vous changez de véhicule pour monter en 4x4 (collectif). Seuls les 4X4 peuvent affronter la piste qui mène à Tarrafal. Ces deux heures de transfert sont le prix à payer pour rejoindre ce havre de paix sur le bord de l'océan et face au soleil couchant, un petit village de pêcheurs et d'agriculteurs construit le long d'une plage de sable noir et bordée de champs de canne à sucre où l'on oublie le temps qui passe. Possibilité de descendre à pied au village (1 heure à 1 heure et demi de marche) afin



d'éviter la demi-heure de piste la plus pénible. Installation pour 2 nuits en bord de mer.

Petit-déjeuner et dîner compris / Déjeuner libre.

Type d'hébergement en chambres d'hôtes.

Temps de marche : entre 1h et 1h30.



Jour 7 - Monte Trigo et retour en cabotage

Randonnée côtière sous le sommet de l'île, volcan de presque 2000 mètres d'altitude qui plonge dans l'océan, jusqu'à Monte Trigo, village avec sa charmante petite plage de galets, uniquement accessible à pied ou en bateau où les habitants vivent de la pêche. Vous rentrez en bateau de pêcheurs, en cabotage entre les deux villages. Si vous ne souhaitez pas faire la randonnée, nous organiserons une sortie en mer avec les pêcheurs (selon la météo).

Petit-déjeuner et dîner compris / Déjeuner libre.

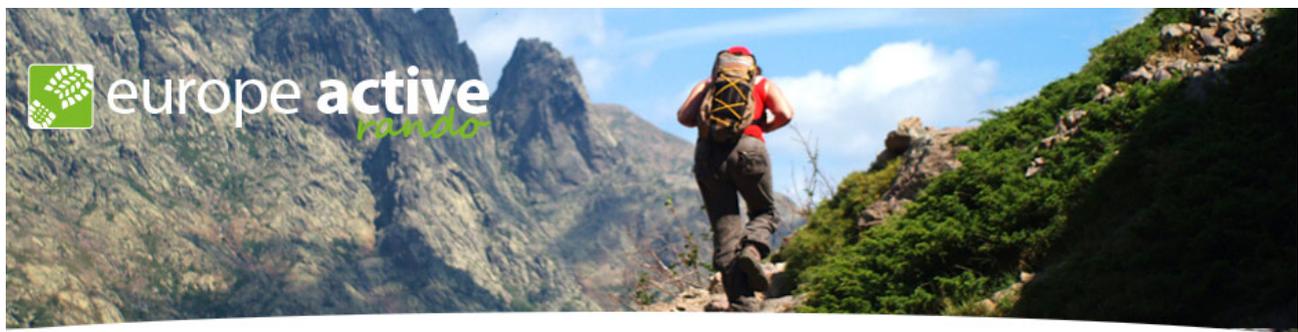
Type d'hébergement en chambres d'hôtes.

Temps de marche 3h30 // Dénivelé + : 350 m & Dénivelé - : 350m.



Jour 8 - Vallons de Tarrafal & retour à Mindelo

Tarrafal est un petit paradis pour se reposer mais aussi pour continuer l'exploration de l'île à pied. Vous pouvez



aller marcher dans le vallon du village, y observer l'ingéniosité des systèmes d'irrigation. Activités nautiques à voir sur place (snorkeling, plongée). Après le déjeuner vous prenez la route qui relie Tarrafal à Porto Novo. Bateau pour Mindelo où votre chauffeur vous attend au port puis vous dépose à votre hébergement. Petit-déjeuner compris / Déjeuner et dîner libres. Hébergement en Ecogde.



Jour 9 - Séjour libre / Tour d'île / Cours de cuisine avec Tchicau

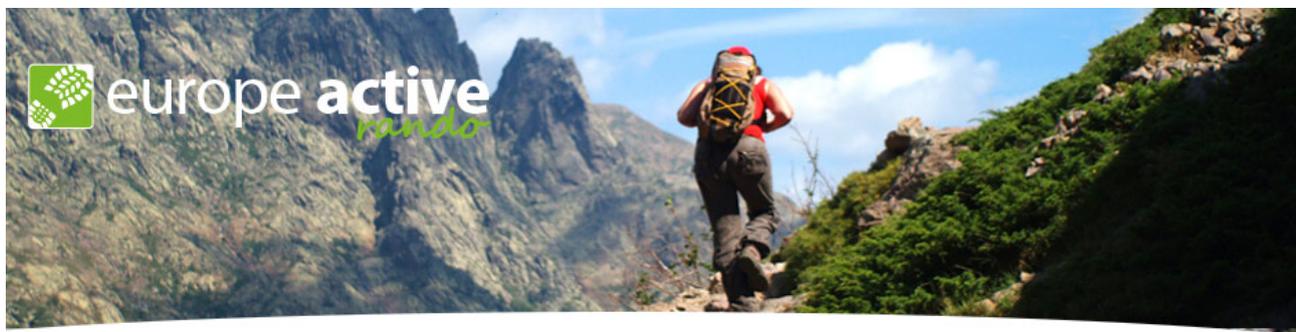
Séjour libre à São Vicente. Profitez de cette dernière journée pour visiter Mindelo, ville au charme colonial et ses environs. Possibilité d'organiser, une fois sur place, les activités listées ci-dessous :

- Tour de l'île (demi-journée ou journée complète)
- Location de vélo / scooter
- Initiation au stand-up paddle
- Plongée avec Dive Tribe
- Cours de cuisine avec Tchicau

Petit-déjeuner compris / Déjeuner libre / Dîner. Hébergement en Ecogde.



Jour 10 - Fin de séjour



Transfert à l'aéroport de São Vicente selon les horaires de vol international.
Petit-déjeuner compris / Déjeuner et dîner libres.
Hébergement libre.

Nous vous rappelons qu'à tout moment nous pouvons être amenés à modifier des étapes de votre séjour en raisons d'événements indépendants de notre volonté. Nous dépendons notamment des événements climatiques et naturels.

Informations contractuelles

TARIFS

À partir de 774 euros par personne.

OPTIONS

LE PRIX COMPREND

Les transferts en véhicule privé prévus dans le programme.
Les billets de bateau Aller-Retour São Vicente/Santo Antão.
La carte de Santo Antão et le carnet de route pour les randonnées.
Le port de bagages.
Les hébergements du J1 au J9.
Le régime petit déjeuner du J2 au J10.
Les repas mentionnés comme inclus.
La taxe touristique en vigueur.
Le cabotage à Tarrafal en J7.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Les boissons (eau et autres).
Les repas mentionnées comme libres.
Les vols internationaux.
Les dépenses personnelles et pourboires.
L'assurance rapatriement.
Le TSA (taxe de sécurité aéroportuaire).

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

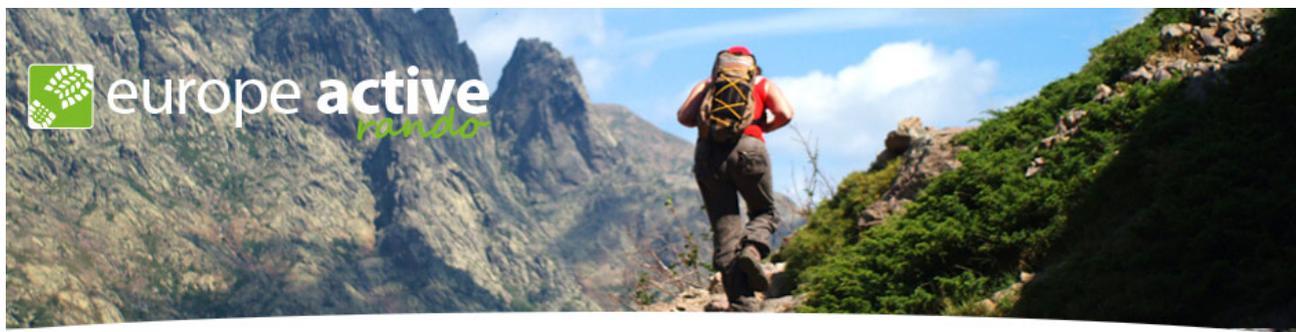
Randonnées de 1 heure à 5 heures de marche.

PORTAGE DE VOS AFFAIRES

Le portage est réalisé chaque jour par nos soins.

HÉBERGEMENT

A São Vicente en Ecolodge en chambre double.
A Santo Antão chez l'habitant et en chambre d'hôtes en chambre double.

**TAILLE DU GROUPE**

A partir de 2 personnes

DÉPARTS

D'octobre à avril.

DÉPART

São Vicente.

DISPERSION

São Vicente.

ACCÈS

Départs presque quotidiens de Paris Orly et de province (Lyon, Nice, Marseille, Toulouse, Bordeaux et Nantes) et d'Europe (Bruxelles, Genève, Bâle-Mulhouse et Luxembourg), via Lisbonne avec la compagnie TAP Air Portugal, à destination de Sal, São Vicente et Santiago.

Un départ par semaine le samedi pour l'île de Boa Vista.

De France/Europe jusqu'à Lisbonne, 2h - 2h15 de vol; puis 4h00 de vol de Lisbonne sur l'une des 4 îles desservies au Cap Vert; temps d'escale à Lisbonne à rajouter.