SLOWAYS SRL - E-MAIL: INFO@SLOWAYS.EU - TELEFONO +39 055 2340736 - WWW.SLOWAYS.EU



SPRING & AUTUMN WINTER SUN WALKING

stile :	Viaggi a Piedi Autoguidato
difficoltà :	
durata :	8 giorni
periodo:	Gen Feb Mar Apr Mag Giu Lug Ago Set Ott Nov Dic
codice:	CVSW01

Esplora São Vicente e le isole di Santo Antão - Cape Verde

8 giorni tra sentieri costieri, vallate vulcaniche e villaggi dell'Atlantico

8 giorni, PREZZO DA *€ 950*



perfetto inizio e conclusione del viaggio.

Questo viaggio a piedi di 8 giorni a **Capo Verde ti porta tra São Vicente e Santo Antão** attraverso montagne vulcaniche, vallate fertili, villaggi colorati e spettacolari paesaggi affacciati sull'Atlantico.

Il viaggio inizia a **São Vicente,** per immergersi nell'energia culturale di Mindelo ed esplorare i paesaggi vulcanici dell'isola, prima di raggiungere in traghetto Santo Antão, l'isola del trekking per eccellenza a Capo Verde. Qui i sentieri si addentrano in vallate profonde, attraversano pendii terrazzati e piccoli villaggi rurali, svelando il volto sorprendentemente verde dell'arcipelago.

Cammina tra le **vallate rigogliose di Paul e Ribeira da Torre,** scopri le case colorate di Fontainhas aggrappate alla montagna e assapora il ritmo tranquillo di Ponta do Sol. Lungo il percorso, caffè, canna da zucchero e frutti tropicali crescono su ripidi terrazzamenti, mentre i sentieri in quota regalano **ampie vedute sull'Atlantico.**

In diverse giornate potrai scegliere **tra più opzioni di trekking, adattando il viaggio al tuo ritmo senza rinunciare ai paesaggi che rendono così speciale camminare a Santo Antão**. Un itinerario vario, tra montagne, oceano e vita locale, con São Vicente a fare da

Itinerario

Giorno 1 Arrivo a São Vicente

A seconda dell'orario di arrivo, inizia a scoprire Capo Verde passeggiando per Mindelo, vivace città portuale considerata la capitale culturale dell'arcipelago. Percorri le sue strade acciottolate e colorate, tra eleganti edifici coloniali e animati mercati di frutta, verdura e pesce, fino a raggiungere la baia e la bella spiaggia di Laginha.

Se arrivi di domenica, Mindelo mostra un ritmo diverso. Il centro è più tranquillo, mentre Laginha si anima con gli abitanti della città che si ritrovano sul mare per nuotare, rilassarsi e trascorrere del tempo insieme: un primo assaggio piacevolmente informale della vita sull'isola.

Pasti inclusi: Nessuno

Giorno 2 Esplora São Vicente

Lascia Mindelo al mattino per una giornata alla scoperta dei paesaggi di São Vicente, iniziando da Monte Verde, il punto più alto dell'isola. Da quassù lo sguardo spazia su Mindelo, sull'Atlantico e sulle isole vicine, prima di scendere verso Baía das Gatas, una baia riparata dalle acque tranquille molto amata dagli abitanti dell'isola.

Prosegui lungo la spettacolare costa di Praia Grande fino a Calhau, piccolo villaggio di pescatori immerso nel paesaggio vulcanico di São Vicente. Se hai voglia di sgranchirti le gambe, puoi aggiungere una passeggiata facoltativa di circa 45 minuti intorno a un antico vulcano costiero, tra colate di lava pietrificate e naturali soffioni modellati dall'oceano.

Nel pomeriggio, rientra passando per l'oasi di Calhau, dove piccoli appezzamenti coltivati dai contadini locali producono frutta e verdura destinate ai mercati di Mindelo.

Un autista ti accompagnerà durante la giornata, permettendoti di esplorare comodamente l'isola. Si tratta di un servizio con autista e non di una visita guidata privata; su richiesta è possibile aggiungere una guida privata.

Pasti Inclusi: Colazione e picnic

Giorno 3 Transfer a Santo Antão. Giro circolare nella Valle Ribeira das Patas Valley

Dopo colazione, raggiungi il porto e sali a bordo del traghetto per la traversata di circa un'ora verso Santo Antão. All'arrivo a Porto Novo, la tua guida-autista privata ti aspetterà per accompagnarti alla scoperta delle spettacolari vallate occidentali dell'isola.

Seguendo la costa frastagliata, attraversa antiche colate laviche, dune di sabbia nera e sorprendenti depositi bianchi di pozzolana, prima di addentrarti nella Ribeira das Patas. Imponenti dicchi vulcanici dominano una valle sorprendentemente fertile, dove terrazzamenti coltivati e piccoli villaggi contrastano con la natura aspra del paesaggio. Superato il passo di Alto Mira, raggiungi il volto più appartato e rurale di Santo Antão.

Potrai scegliere tra due diversi percorsi a piedi per esplorare la valle, decidendo quanto camminare in base alle tue preferenze. Se le condizioni del sentiero lo permettono, visiterai anche la costa selvaggia di Ribeira da Cruz, dove imponenti colonne di basalto si affacciano su una spiaggia di sabbia nera.

Al termine dell'escursione, trasferimento al tuo alloggio.

Pasti inclusi: colazione e cena

Distanza: 4,5 km o 5,5 km

Dislivello: + 212 / - 453 m o + 343 /- 483 m

Giorno 4 Anello nella Paul Valley

Questa mattina segui la panoramica strada costiera prima di addentrarti nella splendida Valle di Paul, la più verde e fertile dell'arcipelago di Capo Verde. Qui Santo Antão mostra il suo volto più rigoglioso: i ripidi pendii sono scolpiti da terrazzamenti dove crescono caffè, banane, guava, canna da zucchero, aranci e numerose varietà di ortaggi.

Scegli tra due percorsi di trekking ed esplora la valle al ritmo che preferisci, camminando attraverso un paesaggio coltivato e modellato nel tempo dalle comunità che vivono e lavorano qui.

Nel tardo pomeriggio, lascia Paul e prosegui verso la Valle di Ribeira Grande, dove si trova il tuo alloggio per la notte.

Pasti inclusi: colazione, picnic e cena

Distanza: 4 km o 6 km

Dislivello: +130 / -350 m o +550 / -750 m

Giorno 5 Cammino costiero tra Cruzinha e Ponta do Sol

La giornata attraversa i paesaggi contrastanti delle vallate di Caibros e Garça, iniziando dagli ingegnosi canali d'irrigazione sospesi di Caibros. Prosegui nella parte alta e rigogliosa della Valle di Garça, con vedute sul bacino sottostante, prima di raggiungere Chã de Igreja, tranquillo villaggio punteggiato di fiori.

Da qui raggiungi Cruzinha, piccolo villaggio di pescatori affacciato scenograficamente sull'Atlantico, dove le onde si infrangono con forza sulla costa vulcanica. Se desideri una giornata più intensa, puoi scegliere un trekking facoltativo da Cruzinha a Fontainhas oppure proseguire fino a Ponta do Sol lungo uno dei più spettacolari sentieri costieri di Capo Verde.

Sulla via del ritorno, fermati nella colorata Fontainhas, con le sue case sparse sul ripido fianco della montagna e magnifiche vedute sulla costa, prima di proseguire verso Ponta do Sol, dove trascorrerai la notte.

Pasti inclusi: colazione

Distanza: 10 km

Dislivello: -10 / + 300 m

Giorno 6 Valle di Ribeira da Torre

Questa mattina raggiungi Ribeira da Torre, una profonda vallata vulcanica racchiusa tra pareti scoscese e picchi rocciosi. La camminata di oggi conduce nel cuore agricolo di Santo Antão, seguendo sentieri e antichi canali d'irrigazione attraverso un paesaggio plasmato da generazioni di agricoltori.

Raggiungi il piccolo villaggio agricolo di Rabo Curto, circondato da pendii coltivati e campi fertili. Da qui scendi tra rigogliose coltivazioni di canna da zucchero e igname, osservando da vicino la ricchezza di una valle dove l'agricoltura è ancora parte essenziale della vita quotidiana.

Puoi scegliere tra due diversi percorsi di trekking, esplorando Ribeira da Torre secondo il ritmo e la distanza che preferisci. Al termine della camminata, trasferimento al tuo alloggio.

Pasti inclusi: colazione e picnic

Distanza: 5 km o 9 km

Dislivello: +850 / -850 m o +450 / -450 m

Giorno 7 Passeggiata opzionale nella Caldera di Cova Viaggio fino a São Vicente

Goditi una mattinata libera a Ponta do Sol, un tempo principale porto di Santo Antão e sede dell'antico aeroporto dell'isola. Passeggia senza fretta lungo le strade che scendono verso l'Atlantico, osservando le barche dei pescatori andare e venire e il ritmo quotidiano di questo piccolo villaggio costiero.

Nel pomeriggio lascia Ponta do Sol e attraversa le montagne verso Porto Novo lungo la celebre Route des Corde, una straordinaria strada acciottolata che serpeggia attraverso alcuni dei paesaggi più spettacolari dell'isola. A Porto Novo, sali sul traghetto delle 17:00 per São Vicente e, all'arrivo, trasferisciti a Mindelo per la notte.

Se desideri concederti un'ultima camminata a Santo Antão, è possibile organizzare un trekking facoltativo dalla caldera di Cova. Il sentiero segue una cresta panoramica attraverso altopiani semiaridi, pini e mimose, costeggiando campi di mais, patate dolci e fagioli. Nelle giornate limpide, lo sguardo abbraccia entrambi i versanti dell'isola. Se scegli questa opzione, è consigliata una partenza anticipata da Ponta do Sol.

Pasti inclusi: colazione e picnic

Distanza: 7,5 km

Dislivello: +400 / -400 m

Giorno 8 Tchau, Cabo Verde

Un transfer privato ti porterà all'aeroporto a seconda del tuo orario di partenza

Informazioni pratiche



Arrivo: volo su São Vicente – Aeroporto Internazionale Cesária Évora (VXE). All'arrivo sarai accolto in aeroporto e trasferito al tuo alloggio a Mindelo.

Partenza: volo da São Vicente – Aeroporto Internazionale Cesária Évora (VXE). Il trasferimento dal tuo alloggio a Mindelo all'aeroporto sarà organizzato in base all'orario del volo.

Incluso

La quota comprende

- 7 pernottamenti in camera doppia con trattamento di pernottamento e prima colazione
- Trasporto bagagli come indicato nel programma
- Trasferimenti privati come indicato nel programma
- Pasti inclusi come specificato nell’itinerario
- Biglietti del traghetto: São Vicente – Santo Antão – Santo Antão
- Roadbook dettagliato per le escursioni self-guided indicate nel programma e accesso all’App
- Tasse turistiche applicabili in vigore
- Assicurazione medica e bagaglio
- Assistenza telefonica 24 ore su 24

La quota non comprende

- Trasferimenti per raggiungere il punto di partenza e dal punto di arrivo del tour
- Pranzi e cene, salvo dove diversamente specificato
- Visite, ingressi e mance
- Spese personali
- Eventuali tasse di soggiorno
- TSA (tassa di sicurezza aeroportuale; possiamo assisterti con la prenotazione su richiesta)
- Tutto quanto non specificato nella sezione “La quota comprende”

Servizi aggiuntivi
I seguenti servizi possono essere aggiunti a quelli inclusi nella quota base del viaggio:

- Supplemento camera singola
- Guida locale esclusivamente sull’isola di Santo Antão (€315 per persona)
- Assicurazione annullamento
- Trasferimenti per raggiungere il punto di partenza o lasciare il punto di arrivo del tour, quotati su richiesta