

## TREKKING A CAPO VERDE

### SCOPRI MINDELO E LE MERAVIGLIE NATURALI DI SANTO ANTAO

7-14 dicembre 2024

8 giorni e 7 notti



Un tour di 8 giorni che ci porterà alla scoperta dei punti salienti di Sao Vicente, la natura rigogliosa dell'isola di Santo Antao, la gente del posto, la storia di Capo Verde, la sua fauna e la sua flora. Visiteremo la città di Mindelo, la capitale culturale di Capo Verde con le sue bellezze uniche e la sua atmosfera: i numerosi musei, i ristoranti e bar con la musica dal vivo, le bellissime e candide spiagge sabbiose, il porto peschereccio e i mercati locali.

Scopriremo la bellissima isola verde di Santo Antao, che ci stupirà con i suoi panorami affascinanti. Faremo alcune escursioni attraverso il paesaggio di Santo Antao e conosceremo la gente amichevole di Capo Verde. Conosceremo la cucina tipica capoverdiana, che utilizza prodotti biologici freschi, insieme a una famiglia del piccolo villaggio di Figueiral.

Proveremo a nuotare e fare snorkeling tra le numerose tartarughe che ci sono nel mare intorno a Sao Pedro e a Mindelo.

Perneremo in strutture confortevoli e pulite, da piccoli alberghi a abitazioni di proprietà gestite dalle famiglie ospitanti.

Un viaggio nella Capo Verde più autentica con il Tour Leader Luca Giraudo esperto ornitologo e accompagnatore naturalistico.

## **Programma day by day:**

### **Giorno 1: Milano - São Vicente**

Appuntamento con Luca a Milano Malpensa in tempo utile per il volo con scalo per Capo Verde. Arrivo a São Vicente verso mezzogiorno e trasferimento fino a Mindelo, dove si trova il nostro hotel. Pranzo libero. Sistemazione nelle camere, tempo libero per iniziare a conoscere l'isola, cena libera e pernottamento.

### **Giorno 2: Cabo de Ribeira – Ponta do Sol (Santo Antao)**

Trasferimento in barca a Santo Antao, con un'ora di navigazione arriveremo a Porto Novo, da qui ci trasferiremo nella valle Paul, una delle più verdi di Capo Verde. L'escursione ci porterà dal Cabo de Ribeira al villaggio di As Pombas in riva al mare; dopodiché prosegue attraverso i terrazzamenti agricoli coltivati con varie colture alimentari, attraversa il torrente fino a Pico Antonio, da dove si ha una vista completa della valle, e poi continua fino a Eito dove potremo visitare una distilleria per conoscere il processo di produzione del rum locale "Grogue".

Colazione, pranzo compreso - Rientro in hotel a Ponta Do Sol, cena libera e pernottamento.

Durata: 4/5 Ore di cammino – Distanza 6 km - Dislivello: +300 m / -500 m

### **Giorno 3: Ponta Do Sol - Cruzinha**

L'escursione inizia dall'hotel a Ponta Do Sol e, passando per Fontainha, segue la costa e attraversa vari altri villaggi fino a raggiungere Cruzinha, villaggio di pescatori affacciato sull'oceano, fra le dune di sabbia e la spiaggia dove nidificano ogni anno le tartarughe marine.

Pernottamento in zona Cruzinha.

I nostri bagagli verranno trasferiti a Green Place, partiremo con uno zaino contenente gli oggetti necessari per una notte.

Colazione, pranzo e cena inclusi - Pernottamento in una pensione familiare.

Durata: 5/6 Ore di cammino - Distanza: 14 chilometri - Dislivello: +850 m / - 850 m

### **Giorno 4: Cruzinha - Caibros - Chã de Pedras**

Questa escursione ci permetterà di percorrere tre valli scavate fra montagne vulcaniche, alcune aride e altre ricche di corsi d'acqua, ricoperte da rigogliosa vegetazione di alberi di mango, canna da zucchero, alberi del pane. Lungo l'escursione incontreremo molti piccoli villaggi come Caibros, Chã de Pedras e João Afonso e pranzeremo presso le famiglie locali che normalmente offrono un rum fatto in casa dal gusto particolare.

Colazione, picnic e cena inclusi - Pernottamento a Coculi.

Durata: 6/7 ore – Distanza 10 km – Dislivello +800 /- 800 m

### **Giorno 5: Coculi**

Oggi faremo una breve escursione partendo dal nostro hotel e attraversando la valle di Figueiral andremo a conoscere una famiglia con la quale cucineremo e mangeremo insieme.

Non solo, li aiuteremo a raccogliere il cibo che consumeremo e gusteremo insieme il rum di casa.

Colazione, pranzo e cena inclusi - Pernottamento a Coculi

Durata: 3 ore – Distanza 5 km – Dislivello +350 /- 350 m

### **Giorno 6: Ribeira da Torre**

L'escursione ci condurrà in una delle valli più verdi, dove una cascata d'acqua ci permetterà di rinfrescarci in una piscina naturale sottostante. Partiremo da Vinha a Lombo Pico e termineremo a

Xoxo, e lungo la strada ci fermeremo da Antonio: nel suo locale biologico potremo goderci un'insalata tropicale preparata al momento con frutta locale.  
Colazione e pranzo inclusi- **cena libera** - Pernottamento in una pensione a Povuaçao  
Durata 3/4 ore – Distanza 5 km - Dislivello:+250m/-250m

### **Giorno 7: Mindelo – Nuota con le tartarughe**

Di prima mattina ci trasferiremo a Porto Novo e poi traghetto per Mindelo dove dopo una breve sosta faremo un giro dell'isola, che ci consentirà di visitare Calhau, Salamasa, Monte Verde, terminando a São Pedro dove potremo nuotare con le tartarughe.  
Colazione e pranzo inclusi -**cena libera** - Pernottamento a Mindelo in hotel

### **Giorno 8: São Vicente – Milano**

Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il volo con scalo per l'Italia. Arrivo a Milano Malpensa in tarda serata.

La guida e l'accompagnatore, a loro discrezione, si riservano il diritto di modificare l'itinerario proposto per garantire la sicurezza, in funzione delle condizioni meteo, del sentiero o degli stessi partecipanti.

**Quota su base 8 partecipanti: 2590,00€ + 50,00€ di iscrizione**

**Quota su base 10 partecipanti: 2500,00€ + 50,00€ di iscrizione**

#### **La quota comprende:**

- Volo TAP con scalo A/R con bagaglio\*
- Pernottamento in abitazioni private o piccoli hotel
- Biglietti andata e ritorno in barca Sao Vicente- Santo Antao
- Trasferimento bagagli
- Tutti i trasferimenti necessari con auto privata per l'intero viaggio
- Guida escursionista, accompagnatore turistico esperto ornitologo dall'Italia per tutto il viaggio
- Guida locale certificata per l'intero programma
- Colazioni, esclusi i giorni di trasferimento
- Pasti elencati come inclusi
- Assicurazione medico-bagaglio di legge
- Organizzazione tecnica Avventura Sport Tour Operator

#### **La quota non comprende:**

- Bevande (acqua e altro)
- Pasti non inclusi (là dove indicati come liberi) (1 pranzo e 4 cene)
- Spese personali e mance
- Assicurazione annullamento viaggio (fortemente consigliata)
- Tutto quanto non espressamente indicato né "la quota comprende".

#### **Importante:**

Richiesto passaporto con validità residua di almeno 6 mesi.

Il prezzo del volo è stimato a 980€ ad aprile 2024. Ci riserviamo la possibilità di modificare il prezzo del pacchetto se il volo dovesse aumentare.

Questo è un programma esclusivo nato dalla collaborazione di Avventura Sport Tour Operator e Luca Giraud: Ornitologo, Accompagnatore Naturalistico, Accompagnatore Turistico.

**Per informazioni e iscrizioni:**

Fulvia: ☎️ 📞 +39 333 6530057 📧 fulvia@avventurasport.com

Per tutti i nostri programmi visita il sito:

[www.avventurasport.com](http://www.avventurasport.com)

**Buone avventure a tutti!**

**Il team di Avventura Sport Tour Operator**

