

Guida al viaggio:

Capo Verde è un piccolo Paese composto da dieci isole di origine vulcanica, situate tra il tropico del Cancro e l'Equatore, nell'Oceano Atlantico, di fronte alla Repubblica Africana del Senegal. Queste isole godono di un clima meraviglioso che si differenzia di poco tra l'inverno e l'estate, ideale per il trekking, che gode di sentieri che si sviluppano in ambienti morfologicamente diversi e di grande interesse.

Mare e montagna: un ambiente che riserva molte sorprese per chi ama camminare per scoprire. Percorsi pianeggianti lungo le coste si alternano a numerosi sentieri di montagna, dove si incontra l'anima di una popolazione giovane, molto radicata, fiera della sua cultura, gentile e accogliente. Sentieri secolari costruiti a picco sul mare, poggiando pietra su pietra, si alternano ad altri che si snodano tra valloni profondi, con villaggi arroccati alla montagna verdeggiante, disseminata di coltivazioni e piantagioni di banane, caffè e canna da zucchero. Le coltivazioni qui sono in terrazzamenti realizzati lungo versanti scoscesi, fino a raggiungere i crateri sommitali delle cime che s'innalzano, a sfiorare i tremila metri. La salita sul vulcano Pico de Fogo (2.829 m), la cima più alta di Capo Verde, si inerpica all'interno di una enorme caldera dal diametro di 8 km, situata a 2.000 metri di altezza, dove si coltiva la vite sulla lava e che offre suggestioni uniche, con vedute sulle varie isole, che sfumano lontane tra le acque dell'oceano.

Camminare sulla costa e in montagna, immersi in un contesto paesaggistico unico e ancora poco frequentato, offre il fascino di un ambiente vario e incontaminato. Percorsi e sentieri mozzafiato, qualche bagno nell'oceano e un'ottima cucina, accompagnata ovunque dalla musica autoctona, sono la somma di tanti aspetti per i quali si può affermare che Capo Verde rappresenta, oggi, uno degli ultimi paradisi del trekking.

Quando partire:

Durante tutto l'anno il sole irradia calore mitigato dalla fresca brezza del mare e dei venti Alisei che soffiano dal continente. Il clima è tropicale e secco; le temperature medie oscillano intorno ai 25°C e le escursioni termiche non superano i 10°C. Le isole di Capo Verde sono divise in due gruppi: a nord le Sopravento (Santo Antão, São Vicente, Santa Luzia, São Nicolau, Ilha do Sal, Boa Vista), che hanno un clima più arido, e a sud le Sottovento: (Maio, Santiago, Fogo, Brava), che sono un po' più piovose. Le isole del nord, Sopravento, sono decisamente desertiche, dal momento che vi cadono meno di 100 millimetri l'anno, mentre in quelle del sud cadono in genere dai 200 ai 300 millimetri all'anno, per cui si può parlare di clima semidesertico. Nelle zone di pianura o lungo le coste, si verificano poche piogge concentrate nel periodo agosto-ottobre (e qualche volta a luglio), che è anche il più caldo dell'anno.

Come ci muoviamo:

Nei nostri itinerari prevediamo trasferimenti con mezzi privati: pulmini o autovetture, secondo il numero di partecipanti. I mezzi di trasporto locali non sempre sono in grado di offrire un comfort adeguato alle attese occidentali: nelle zone non ancora interessate dal turismo è richiesto un buono spirito di adattamento alle realtà locali.

Dove dormiamo:

I pernottamenti avvengono in buoni hotel/pensioni 3 stelle per quasi tutto l'itinerario. A Fogo, la notte prima del giorno della salita al vulcano, si dormirà in un caratteristico hotel a gestione familiare, situato in posizione strategica.

Bene a sapersi:

Per l'entrata nella repubblica di Capo Verde è necessario essere in possesso di un passaporto con una validità minima di 6 mesi. È necessario il visto d'ingresso, di cui si occuperà la nostra organizzazione.

Nessuna vaccinazione obbligatoria.

- 1° giorno** **Milano - Praia (Isola di Santiago)**
Partenza da Milano per Capo Verde. Arrivo sull'Isola di Santiago di notte e trasferimento in albergo per il pernottamento. Sistemazione in hotel.
- 2° giorno** **Santiago – Isola di Fogo**
Santiago è la più grande delle isole di Capo Verde. Qui la cultura, l'atmosfera, lo stile di vita sono più africani che nel resto dell'arcipelago. Le ragioni sono geografiche e storiche. Santiago è l'isola che si trova più vicino alla terraferma e fu la prima ad essere scoperta e colonizzata. Fu utilizzata come "grande magazzino" per gli schiavi: le navi negriere si fermavano qui prima di partire per conquistare l'Atlantico. In mattinata visita del centro di Praia e nel pomeriggio trasferimento in aeroporto e per prendere il volo per Fogo. All'arrivo trasferimento in hotel a Sao Felipe, una graziosa cittadina dove è bello perdersi tra i caratteristici vicoli coloniali. Hotel Santos Pina o similare. Trattamento: prima colazione.
- 3° giorno** **Fogo (trekking sui campi di lava: circa 4 ore / livello difficoltà 2-3 /+200 m /-200 m)**
Dopo colazione partenza per Cha das Caldeiras nel cuore della caldera di Fogo e sistemazione a Casa Marisa, posta ai piedi del vulcano. Esplorazione a piedi del cratere posto a 2000 metri di quota: questo si entra in un universo minerale grandioso e dove il panorama è dominato dal Pico la cui ultima eruzione risale 2014. Pranzo, cena e pernottamento in semplice alberghetto (Casa Marisa). Trattamento di pensione completa.
- 4° giorno** **Pico (2.800 metri) -Sao Felipe – Praia – Sao Vicente (min. 5 ore / livello 4/+1100 m /-1100 m)**
Dopo colazione partenza con una guida locale per la salita al Pico (la vetta più alta di Cabo Verde). L'ascensione, che dura circa 6 ore (andata e ritorno), si dipana sulle pendici del vulcano. La progressione è resa un po' più difficoltosa dalla ghiaia lavica che si trova sul sentiero. La vista che si gode dalla sommità è unica e fa scordare le fatiche precedenti. Pranzo a Casa Marisa e al termine, in macchina, si raggiunge l'aeroporto per prendere il volo per Sao Vicente via Praia. All'arrivo sistemazione in hotel. Trattamento: mezza pensione (colazione e pranzo).
- 5° giorno** **Sao Vicente**
Giornata dedicata alla visita di Sao Vicente, rinomata per la cosmopolita città di Mindelo, ricca di negozietti e vivaci mercati. Sistemazione in hotel (Aparthotel o similare). Trattamento: prima colazione.
- 6° giorno** **Mindelo (Isola de Sao Vicente) – Ribeira Grande (Isola di Santo Antao)**
Trek da Corda a Coculi: circa 3 ore / livello difficoltà 2 / -900m
Dopo colazione trasferimento al porto e con il traghetto si raggiunge Santo Antao. Di origine vulcanica, l'isola conserva ancora resti del suo passato, ottimamente preservato, vantando alcuni crateri, soprattutto quello di Cova. Per effetto dell'erosione le valli sono profonde e i picchi e le cime ripidi. La pittoresca costa frastagliata a nord e a nord-est per effetto del mare violento, possiede tuttavia alcune belle spiagge come Praia Formosa. Dal mare si raggiunge una foresta lungo il crinale. Dopo una sosta al cratere centrale, si raggiunge il villaggio di Corda, da dove inizia la camminata. Il sentiero si tuffa attraverso i campi di canna da zucchero nella vasta valle di Ribeira Grande. Dopo quattro ore, si raggiungerà il fondo valle, dove ci sistemereemo in un grazioso albergo per il pernottamento (Residencial Kolina do Sol o similare). Trattamento: mezza pensione (colazione, pranzo al sacco).

7° giorno

Ribeira Grande - Ponta do Sol (Isola di Santo Antao)

Trek da Cha d'Igreja a Ponta do Sol: circa 6 ore / livello difficoltà 2-3 /+500 m /-500 m)

Al mattino trasferimento in bus a Passo di Ribeira Grande e discesa della valle di Garça fino al mare: il trekking inizia da Cha d'Igreja in un itinerario che è come un balcone sull'oceano. Il sentiero lastricato è un vero capolavoro e, unito al pittoresco villaggio di Fontainhas e al piccolo porto di Ponta do Sol, riflettono la caparbia di questo popolo che è riuscito in secoli di lavoro a vivere in una terra così arcigna. Il percorso dura circa 6 ore. Al termine rientro in hotel e pernottamento. Trattamento: mezza pensione (colazione, pranzo al sacco).

8° giorno

Val de Paul (Isola di Santo Antao)

Trek Paul Valley: circa 4 ore / livello difficoltà 3-4 /+300 m/ -600 m

Dopo colazione partenza per La Val de Paul, con la quale concluderemo in grande stile la scoperta dell'isola. La vegetazione qui è unica: è proprio qui che la canna da zucchero, il caffè, la guava e l'arancio convivono. Camminando tra le piantagioni e salendo di quota, si possono scoprire i luoghi più belli dell'isola. Pranzo tradizionale nella valle e nel pomeriggio sistemazione in albergo sulla costa (Hotel Paul Mar, Vila das Pombas o similare). Trattamento: mezza pensione (colazione e pranzo).

9° giorno

Mindelo (Isola di Sao Vicente) - Praia

Dopo colazione trasferimento a Porto Novo per prendere la barca verso Mindelo. Trasferimento in aeroporto e volo per Praia. Sistemazione in hotel. Cena in ristorante locale con musica dal vivo. Trattamento: mezza pensione (colazione e cena).

10° giorno

Praia

In mattinata escursione nella Green Valley, dove si camminerà dapprima sui bordi di un grande canyon, per poi scendere lungo le sponde del fiume asciutto, dove incontriamo una delle distillerie di rum locali che producono il famoso grogue. L'escursione continua entrando nella fitta vegetazione costituita, tra gli altri, da imponenti baobab, manghi e canne da zucchero. Ci sarà la possibilità di vedere il Passarinha, una specie di martin pescatore dalle ali di un blu spettacolare. Si scende fino a sbucare alla spiaggia di Cidade Velha, situata in una splendida insenatura sul mare dove, se lo si desidera, si potrà rinfrescarsi con un bel bagno. Cidade Velha è oggi un caratteristico paesino di pescatori, ma fu ex capitale e ancora oggi qui si scoprono nuovi reperti dell'antichità. L'Unesco ha recentemente classificato la piccola città Patrimonio dell'Umanità. Rientro in albergo nel pomeriggio, camera a disposizione fino alla partenza e trasferimento in aeroporto. Trattamento: prima colazione.

11° giorno

Praia – Milano

Volo per Milano con arrivo in giornata.

CAPO VERDE – Sentieri sospesi sul mare	11 giorni
Date di Partenza:	11 maggio – 16 novembre 2018
Quota individuale di partecipazione:	Euro
Minimo 8 partecipanti	1.760
Voli Milano/Praia/Milano	a partire da 650 euro a persona (tasse aeroportuali incluse)
Supplementi:	
Camera singola	250

La quota comprende:

- ✓ voli interni Praia/Fogo/Praia/Sao Vicente /Praia in classe economica
- ✓ traghetto Mindelo/Porto Novo e rientro
- ✓ sistemazione in hotel 3 stelle per tutto l'itinerario eccetto a Fogo (la sera prima della salita)
- ✓ sistemazione in caratteristico alberghetto a gestione familiare a Fogo la sera prima della salita al vulcano
- ✓ pranzi menzionati come da programma
- ✓ guida locale parlante portoghese per l'escursione al Pico
- ✓ accompagnatore guida alpina dall'Italia
- ✓ visto
- ✓ assicurazione annullamento/interruzione viaggio, assistenza, spese mediche e bagaglio

La quota non comprende:

volo internazionale di linea in classe economica Milano/Praia/Milano – tasse aeroportuali – pasti non menzionati – bevande – tutto quanto non menzionato alla voce "La quota comprende".

NB: I servizi sono stati quotati con tariffe aeree al 21.02.2018. Eventuale adeguamento sarà comunicato 21 giorni prima della partenza.