

# CABO VERDE

## Trekking en la isla de Santo Antao

**8 días**

Caminar por Santo Antão, la isla más virgen y verde de la Macaronesia, es un imprescindible para amantes del senderismo y la fotografía. Sumérgete en un paisaje volcánico y tropical bañado por la *norma* y la *morabeza* de Cabo Verde en mitad del Océano Atlántico.



Si una abuelita te adelanta llevando una cesta de frutas y hortalizas en la cabeza, no te extrañes, es normal en Santo Antão.

Y es que en este trekking recorrerás caminos que usa la gente local para ir a otros pueblos o a atender una agricultura que alimenta a todo Cabo Verde y claro, así están, más fuertes que Kílian Jornet.

Una mezcla de rasgos volcánicos y tropicales da lugar a plantaciones de bananas, café y verduras que ni conocerás, pero también acantilados vertiginosos, valles profundos y cañones de agua.

Ah y pescado, mucho pescado.

Santo Antão es la isla más virgen y verde de la Macaronesia, un lugar imprescindible para amantes del senderismo y la fotografía que huyen del turismo de masas.

La combinación con la isla de Sao Vicente te adentrará en esta cultura criolla donde Mindelo, la ciudad más moderna y abierta de Cabo Verde, te deleitará con su música, la norma, y su diosa Cesaria Evora, su artista más venerada y reconocida.

Si buscas un África alegre, sin sobresaltos y tranquila vive la *morabeza* de Cabo Verde, la hospitalidad y gentileza de su gente te hará volver.

En definitiva 8 días de cultura, senderismo y relax a 23 grados de temperatura en algún lugar del Océano Atlántico.

**Justo lo que necesitas.**

<b>DÍAS</b>	<b>ITINERARIO</b>	<b>ALIMENTACIÓN</b>	<b>ALOJAMIENTOS</b>
<b>1</b>	Vuelos Ciudad de origen/Lisboa/Isla São Vicente. Traslado a Mindelo	../../	Hotel turista
<b>2</b>	Barco a Isla Santo Antao. Caminata Cráter de Cova. Traslado a Peracín (Ribeira Grande)	D/P/C	Hotel turista
<b>3</b>	Isla Santo Antao. Peracín/Cruzinha. Caminata Sendero Costero. Ponta do Sol/ Vila das Pombas	D/P/C	Hotel turista
<b>4</b>	Isla Santo Antao. Caminata Valle de Paul	D/P/C	Hotel turista
<b>5</b>	Isla Santo Antao. Vila das Pombas/Porto Novo/Tarrafal	D/P/C	Hotel turista
<b>6</b>	Isla Santo Antao. Tarrafal/Montón de Trigo/Tarrafal	D/P/C	Hotel turista
<b>7</b>	Barco a Sao Vicente. Visita Mindelo.Tarrafal/Porto Novo/Barco a Sao Vicente. Traslado a Mindelo.	D/P/..	Hotel turista
<b>8</b>	Vuelos Isla Sao Vicente/Lisboa/Ciudad de origen	D/../	-----

**ALIMENTACIÓN**    **Desayuno: D**    **Almuerzo: A**    **Cena: C**    **Picnic: P**

#### **ITINERARIO PREVISTO:**

#### **DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/LISBOA/ISLA SÃO VICENTE. TRASLADO A MINDELO**

Saldrás en avión a Lisboa para hacer conexión con el vuelo a la isla de São Vicente. A la llegada, te estarán esperando para llevarte al hotel en Mindelo.

Una vez hayas dejado las maletas y descansado del viaje, tendrás tiempo libre para recorrer la ciudad más abierta y moderna de Cabo Verde.

Quizá no te parecerá nada del otro mundo, pero si te fijas bien le encontrarás el encanto.

Piérdete por el centro colonial y observa las viejas edificaciones de estilo portugués, toca las piedras más nobles del Fortín del Rey o déjate seducir por la arena de la playa de da Laginha.

Las casas de colores de la Avenida Marginal, los puestos de telas de colores o el bullicio de la Plaza Almícar Cabral son otros lugares donde te podrás dejar caer.

Pero sobre todo no te pierdas el Mercado del Pescado, es un verdadero espectáculo y si lo coges a primera hora, cuando se descarga la pesca del día, mucho mejor.

Eso sí, reserva energía, la noche de Mindelo es la mejor manera de adentrarse en la cultura local.

La *morna* de Cesárea Évora y el grogue, el aguardiente de caña de azúcar inundará las calles. Lugares como el Café Royal (Rua Lisboa) o la Casa Café Mindelo (Rua Governador calheiros) son buenos lugares donde alternar comida, bebida y morna.

#### **ISLA SÃO VICENTE**

Es una de las islas de barlovento del Archipiélago, con una población alrededor de 50.000 habitantes, de los cuales la mayoría viven en la ciudad principal y capital de la isla, Mindelo que vive de la pesca y el turismo.

Es de origen volcánico y el pico más alto es el monte Verde (774 m).

#### **MINDELO**

Situada en la parte norte de la isla de São Vicente, es una ciudad portuaria, rodeada de montañas y la segunda más grande de Cabo Verde después de Praia, incluyendo el 96% de la población total de la isla. Su profundo puerto conocido como Porto Grande es utilizado por las naves de travesía y para el tráfico comercial.

Nació cuando en el Siglo XIX los ingleses se instalaron en la isla, dando comienzo la industria de carbón. Hoy es una ciudad cosmopolita y cultural, donde en su centro se encuentran edificios coloniales y tan emblemáticos como la Escuela Jorge Brabosa, el Palacio do Povo, la Biblioteca Municipal y el Mercado.

## **DÍA 2.- BARCO A ISLA SANTO ANTAO. CAMINATA CRÁTER DE COVA. TRASLADO A PEDRACÍN (RIBEIRA GRANDE)**

**Desnivel: +380 m -450 m/4-4 horas 30 min aprox.**

Por la mañana cogerás un barco rumbo al puerto de Porto Novo en el sur de la isla de Santo Antao (1 hora aprox)

Allí te esperarán para llevarte en coche a través de los paisajes lunares al techo de la isla.

La excursión al cráter de Cova te deleitará con un verde exuberante, observarás mimosas y pinos y las mejores vistas de la isla. El inmenso Valle de Paúl se encontrará a tus pies y verás a lo lejos la Vila das Pombas al lado del mar.

En tu camino pasarás al lado de plantaciones de café, cultivos de mango y aguacate, innumerables plataneras y palmeras de coco.

Tras la caminata te llevarán a Pedracin donde podrás descansar en un encantador hotel con piscina y con vistas al valle de Ribeira Grande, el más grande de la isla.

## **ISLA SANTO ANTAO**

Es la segunda isla más grande del archipiélago de Cabo Verde y la más occidental del todo África, con una variada geografía, contiene una diversidad de paisajes que van desde zonas desérticas o volcánicas, hasta valles cultivados que terminan en forma abrupta con los acantilados que caen al mar.

La montaña más alta es un pico del volcán Topo de Coroa (1979 m.), parte de una cordillera que atraviesa la isla de norte a sur, considerada durante mucho tiempo, casi como impenetrable.

Cuenta con tres partes diferenciadas:

\*La parte desértica se encuentra en la parte suroeste de la isla y está formada por profundos barrancos como consecuencia de las tormentas tropicales que a lo largo de los años han ido embelleciendo el paisaje.

\*La zona continental, situada en las partes altas de la cadena montañosa que divide la isla en dos. Posee una rica vegetación de coníferas, pinos, eucaliptos, cipreses y acacias, gracias a su alto grado de humedad ambiental.

\*La zona tropical, la más especial de la isla, de clima templado y húmedo durante todo el año, discurre a través de los profundos valles orientados al norte. Aquí la población se dedica casi exclusivamente a la agricultura y la ganadería.

## **DÍA 3.- ISLA SANTO ANTAO. PEDRACIN/CRUZINHA. CAMINATA SENDERO COSTERO. PONTA DO SOL/ VILA DAS POMBAS**

**Desnivel: +620 m -620 m/5-5 horas 30 min aprox.**

El menú de hoy será un sendero que te llevará desde Cruzinhas a Ponta do Sol.

Es un camino enlosado de piedra volcánica excavado literalmente en los acantilados. Uno de sus puntos más emblemáticos en el precioso pueblo de Fontainhas.

En estos valles verdes aparecen terrazas de cultivo y casas de piedra con techo de paja. Valles como el de Ribeira de Paúl te recordarán más a tierras brasileñas que a las vecinas senegalesas. Trópico puro.

El punto final estará en Ponta do Sol, el antiguo puerto floreciente de la isla donde emana una atmósfera lánguida de "ultramar".

Aquí un agradable paseo en coche te conducirá a lo largo de la costa a Vila das Pombas donde pasarás las dos próximas noches.

#### **DÍA 4.- ISLA SANTO ANTAO. CAMINATA VALLE DE PAUL**

**Desnivel: +400 m -620 m/4-4 horas 30 min aprox.**

Por la mañana te llevarán al comienzo de la caminata por el frondoso valle de Paul, el más verde de la isla.

Encontrarás pequeños caminos que van de aldea en aldea, terrazas de cultivos en las que según las estaciones se cosecha café, naranjas, guayabas, verduras y tubérculos de todo tipo además observarás una exuberante vegetación y numerosos canales de irrigación.

El cultivo de la caña merece una especial mención, ya que con el jugo que se obtiene al exprimirlas se prepara el *grogue*, la bebida nacional de Cabo Verde y cabe destacar que la elaborada en los trapiches del Valle está considerada como la mejor de todo el archipiélago.

Los trapiches, que es como se denomina el lugar donde se fermenta y destila este aguardiente, surgen entre las verdes plantaciones, salpicando el valle con sus peculiares construcciones.

En el pequeño valle de Figueiral conocerás a una familia que te seducirá con la gastronomía local.

Tras la comida y la charla, regresarás a Vila de Pombas, a tu alojamiento junto al mar.

#### **DÍA 5.- ISLA SANTO ANTAO. VILA DAS POMBAS/PORTO NOVO/TARRAFAL**

**Desnivel: +10 m -480 m/2 horas aprox.**

Pondrás rumbo a Porto Novo por una carretera que se irá tornando más árida, con extensos campos de roca volcánica de colores ocres hasta que llegue el momento en el que tendrás que subirte a un 4x4, los únicos vehículos capaces de llegar a Tarrafal.

Desde un collado iniciarás una pequeña caminata para descender por un desolado terreno volcánico que finalizará en Tarrafal, un pequeño pueblo pesquero, perdido al otro lado de la isla y al borde de una gran cala de arena negra donde pasarás la noche.

#### **PORTO NOVO**

Perteneciente a la isla de Santo Antao, se encuentra al sur de la misma y es una ciudad a la vez que un municipio.

Puerto de entrada y salida de la isla, su población se dedica fundamentalmente al turismo, a la agricultura y a la pesca. Posee unas impresionantes playas de arena volcánica negra.

#### **TARRAFAL DE MONTE DE TRIGO**

Situada en el sudoeste de la isla, entre las montañas y el mar, es una pequeña aldea de pescadores y agricultores, en la que debido a su difícil acceso, estuvo casi aislada, hasta la década de los 90. Su disposición es escalonada debido a la inclinación del terreno, realizando sus cultivos en terrazas. Alberga una gente sencilla y acogedora y posee la mayor playa de arena de Santo Antao, en la que debido a su orientación y las montañas que encierran la bahía, se suele disfrutar de un mar

calmado, salvo algunos días entre diciembre y marzo. En verano las tortugas desovan en la playa y la bahía es paso de las rutas migratorias de atunes, ballenas, delfines y aves.

#### **DÍA 6.- ISLA SANTO ANTAO. TARRAFAL/MONTÓN DE TRIGO/TARRAFAL**

Saldrás a pie a lo largo de la costa para dirigirte al pueblo perdido de Monte Trigo, uno de los lugares más aislados del archipiélago, accesible solo en barco o por el sendero empinado que recorrerás.

Después de comer regresarás a Tarrafal en bote con los pescadores, bajo las impresionantes laderas de la cima de la isla que desembocan en el océano (45 minutos).

\*El regreso en barco puede cancelarse sin previo aviso en caso de mala mar o si se juzga que no se cumplen las condiciones de seguridad.

#### **MONTE TRIGO**

Es el asentamiento más occidental de la isla de Santo Antão, Cabo Verde. Está situado en la costa, al pie del Tope de Coroa, la montaña más alta de la isla. Se encuentra a 28 km al oeste de la capital de la isla, Porto Novo.

#### **DÍA 7.- BARCO A SAO VICENTE. VISITA MINDELO.TARRAFAL/PORTO NOVO/BARCO A SAO VICENTE. TRASLADO A MINDELO.**

**Desnivel: +250 m -250 m/2 horas 30 min- 3 horas aprox.**

El día comenzará caminando por Tarrafal para poder observar su forma de vida y el ingenio con el que sus habitantes construyen las terrazas de cultivo y las formas de regadío.

Por la tarde te llevarán de nuevo a Porto Novo para volver a Mindelo (isla de São Vicente) donde podrás aprovechar para ver lo que te dejaste al llegar y vivir la última noche caboverdiana antes de volver.

#### **DÍA 8.- VUELOS ISLA SAO VICENTE/LISBOA/CIUDAD DE ORIGEN**

Tendrás el hotel disponible hasta las 12 am pero a la hora que te indicarán te llevarán al aeropuerto para poner rumbo a Lisboa y desde ahí a casa. Tocarás decir adiós a este pequeño rincón de África en mitad del océano Atlántico.

#### **FECHAS DE SALIDA 2022 DESDE Madrid y Barcelona**

**DICIEMBRE: 4**

#### **FECHAS DE SALIDA 2023 DESDE Madrid y Barcelona**

**OCTUBRE: 8, 29**

**ENERO: 1**

**ABRIL: 1 Y 29**

**Consultar salidas desde otras ciudades**

## GRUPO MÍNIMO 4 PERSONAS

### PRECIOS POR PERSONA

PRECIO POR PERSONA	1.790,00 €
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	150,00 €
SUPL. AERÉO SALIDA 1/1 Y 1/4	400,00 €
-----	-----
TASAS AÉREAS	250, 00 €(APROX)

### SERVICIOS INCLUIDOS

Vuelo en clase turista, Ciudad de origen/Isla Sao Vicente/Ciudad de origen (conexiones intermedias)  
Ferry Sao Vicente/Sao Antao/Sao Vicente  
Recepción en los en los aeropuertos y puertos  
Traslados especificados  
Vehículo privado para los traslados  
Alojamientos en hotel de categoría turista en habitaciones dobles, con baño privado (según cuadro)  
Alimentación especificada en el cuadro  
Guía local de habla francesa/portuguesa  
Tasas de estancia  
Seguro de asistencia en viaje

### SERVICIOS NO INCLUIDOS

Alimentación no especificada en el cuadro  
Equipo personal de trekking  
Visitas y actividades opcionales y las no especificadas como incluidas  
Entradas a los lugares a visitar  
Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono...etc.  
Propinas  
Visado y tramitación  
Tasas aéreas  
Tasas de aeropuerto  
Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

### DOCUMENTACIÓN

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses  
Visado: a tramitar a la llegada en el aeropuerto y 25 € (1 fotografía).  
Es recomendable llevar fotocopia del pasaporte.  
\* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores  
WWW.MAE.ES

### SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.  
<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

## SEGURO

En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación de hasta 2000 € por 34 supuestos especificados en la póliza.

Puedes consultar las condiciones de ambos en nuestra página web:  
[www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf](http://www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000experience.pdf)

## ALOJAMIENTO

Hoteles de categoría turista en habitaciones dobles con baño privado.  
Al tramitar la reserva, se puede solicitar habitación 'a compartir', para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito.

## DIVISAS

La unidad monetaria es el Escudo de Cabo verde (CVE)  
Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es/>  
Recomendable llevar EUROS.

## PROPINAS

No son obligatorias, aunque con la llegada del turismo, cada vez son más frecuentes.  
En lo que al viaje se refiere, las personas que en un momento u otro están en contacto con el viajero y le prestan algún tipo de servicio esperan una compensación económica (guías, conductores, maleteros, camareros.....).

## CLIMA

Cabo Verde es el país con temperaturas más bajas de todo el oeste de África. Del mes de agosto al mes de octubre la temperatura suele rondar los 20°C de mínima a los 29°C de máxima. Durante esa época del año suelen darse también algunas tormentas.  
Se puede viajar todo el año, ya que las temperaturas son muy suaves tanto en invierno como en verano.  
El agua del mar en Cabo Verde es debido a las corrientes del océano, uno de las más frías de toda la costa oeste de África, pero no suele bajar de los 22 grados por lo que no se puede decir que este el agua apenas fría.

## EQUIPO RECOMENDADO

Ropa de viaje adaptada a un clima cálido y soleado.  
Bolsa flexible/mochila mediana para efectos personales/botas ligeras de montaña tipo trekking/sandalias de goma/forro polar/bañador y toalla de baño.  
Gorro y gafas de sol/navaja multiusos/cantimplora/bolsas de plástico.  
Bolsa de aseo: (incluir toallitas húmedas, crema de protección solar, protector labial).  
Prismáticos y material fotográfico.  
BOTIQUIN



Antibiótico de amplio espectro/analgésicos (Aspirina, Gelocatil, Nolotil...)/antiácido/anti-inflamatorio/antidiarreico/antihistamínico/laxante/pomada  
antibiótica/desinfectante/algodón/tiritas/venda/esparadrapo/repelente de mosquitos.

## RESERVA

1) La reserva se pueden formalizar por teléfono o por correo electrónico a la siguiente dirección:  
[info@trekkingyaventura.com](mailto:info@trekkingyaventura.com) **telf. 91 522 86 81**

**Datos para reservar:**

- **nombre y apellidos** de la persona que va a viajar (exactos a los del pasaporte) y **número DNI**.
- teléfono de contacto y correo electrónico.
- pasaporte escaneado en color (ó en su defecto una foto del mismos con imagen nítida y sin brillos)

2) Se abonará un depósito del 40% del importe total del viaje por persona. **NO SE CONSIDERA DEFINITIVA LA RESERVA HASTA NO TENER CONSTANCIA DEL CITADO PAGO.**

Transferencia bancaria: Banco Santander  
ES0600750349460601118121  
Titular: Trekking y Aventura

Tarjeta de crédito Visa y/o Masterd Card y pasarela de pago seguro, consúltanos tus claves de acceso.

Es necesario que **SIEMPRE APAREZCA EL NOMBRE Y APELLIDOS DE LA/S PERSONA/S QUE VAN A VIAJAR**

3) A continuación de tener constancia de estos trámites, enviaremos un correo electrónico adjuntando el recibo del depósito realizado y un código de cliente que junto con tu número de DNI, permitirá el acceso al Área Reservada de Clientes en nuestra web [www.trekkingyaventura.com](http://www.trekkingyaventura.com) , donde podrás actualizar tus datos personales, consultar algunos datos de tu reserva y descargar la documentación en el momento que todo lo tengamos preparado, además podrás comunicarte con nosotros de manera más rápida y eficaz.

En caso que superen los 5 días laborables sin recibir dicha comunicación, por favor CONTACTA CON NUESTRAS OFICINAS DE TREKKING Y AVENTURA. Siempre estamos a tu disposición de lunes a viernes en calle ventura rodriguez,15 28008 Madrid.

\*Las informaciones contenidas en este dossier, han de tomarse única y exclusivamente a título informativo, estando sujetas a posibles variaciones.

**Viajes Trekking y Aventura declina toda responsabilidad por cualquier circunstancia derivada de una interpretación errónea de la información arriba publicada.**

**Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.**

[www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp](http://www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp)