

CABO VERDE

Santo Antão, Santiago y Fogo



Cabo Verde está situado a 1.500 km. al sur de las Islas Canarias frente a la costa de África. Este archipiélago es un paraíso para la práctica del senderismo, que sorprende por la diversidad de sus abruptos paisajes y por su flora y fauna. Además de las experiencias en la naturaleza, el encanto especial del viaje reside en el encuentro con sus habitantes, su música y su alegría de vivir. Caminaremos sobre senderos antiquísimos, que los indígenas usan todavía para llegar a sus pueblos y cultivos, a través de los paisajes montañosos siempre verdes de Santo Antão con sus valles tropicales y plantaciones de caña de azúcar, café y mandioca a alturas de hasta 2.000 m. Más tarde en la isla de Santiago, la más grande del archipiélago y la más montañosa, caminaremos hasta llegar a Cidade Velha la que fuera primera capital de Cabo Verde. Finalmente aterrizaremos en la isla de Fogo, para ascender al pico de Fogo, el volcán más alto de las Cabo Verde y desde donde disfrutaremos de unas vistas que dejaran en nosotros un recuerdo imborrable.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Isla São Vicente. Traslado a Mindelo	../..	Hotel Local
2	Barco a Porto Novo (Isla Santo Antao).Traslado a Ponta do Sol	D../C	Hotel Local
3	Ponta do Sol. Caminata por el Valle de Paúl	D../C	Hotel Local
4	Ponta do Sol. Caminata Cha de Igreja	D../C	Hotel Local
5	Ponta do Sol. Caminata por Cha das Pedras. Traslado a Porto Novo	D../C	Hotel Local
6	Porto Novo. Caminata por Ribera das Patas	D../C	Hotel Local
7	Barco a Mindelo (Isla de Sao Vicente). Traslado a Sao Pedro	D../C	Hotel 1ª Categoría
8	Vuelos Sao Vicente/Praia (Isla Santiago). Caminata Ribeira Grande a Cidade Velha.	D../C	Hotel local
9	Vuelos Praia/Sao Filipe (Isla de Fogo)/Traslado Cha das Caldeiras/Ascenso Pico Pequeno.	D../C	Casa local
10	Cha das Caldeiras. Ascensión al Pico de Fogo	D../C	Casa local
11	Cha das Caldeiras/Trekking a Mosteiros/Sao Filipe	D../C	Hotel local
12	Vuelos Fogo/Praia/Lisboa	D../..	-----
13	Vuelos Lisboa/Ciudad de origen	../..	-----

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

ITINERARIO PREVISTO:

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

Salida en vuelo hacia la isla de São Vicente. A la llegada recepción en el aeropuerto para el traslado al hotel en Mindelo. Tras el alojamiento, recorreremos la ciudad con su arquitectura colonial portuguesa y el mercado de pescados.

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. Principalmente seca, ha adaptado sus industrias principales a la pesca y al turismo. De origen volcánico, el terreno incluye las montañas al oeste, al sudoeste, al sur, al este-central y al norte. El pico más alto es el monte Verde (774 m). Isla cultural, es conocida por ser la cuna de una de sus cantantes más famosa, Cesárea Évora.

MINDELO

Dicen que es la ciudad más bonita de Cabo Verde. 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, el Mercado...

DÍA 2.- BARCO A PORTO NOVO (ISLA SANTO ANTAO).TRASLADO A PONTA DO SOL

Por la mañana nos trasladamos al puerto, para salir en barco hacia la isla de Santo Antao. Llegamos a Porto Novo y continuamos en vehículo a Ponta do Sol (30 km/1 hora aprox.), donde nos alojamos.

Comenzamos una caminata en el cráter de Cova, entre cultivos de maíz y frijoles, hasta llegar al borde. Desnivel: +200 m - 200 m/2 horas aprox.

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.

PONTA DO SOL

Situada al noreste de la isla, cerca de la costa, es una aldea hospitalaria y tranquila, un pueblo de pescadores que ha crecido debido al turismo. A pocos kilómetros se encuentran las playas de Aranhas y de Motche.

DÍA 3.- PONTA DO SOL. CAMINATA POR EL VALLE DE PAÚL

En esta jornada caminamos a través del valle de Paúl, el más verde de la isla, con sus terrazas de cultivos de caña de azúcar, café, papaya y mandioca, una exuberante vegetación y numerosos canales de irrigación.

Desnivel: +700 m -400 m/5horas aprox.

Al finalizar, paramos en una destilería de Grogue (aguardiente de caña de azúcar), bebida típica de Santo Antão, para poder degustar sus diferentes variedades, antes de regresar al hotel en Ponta do Sol.

DÍA 4.- PONTA DO SOL. CAMINATA CHA DE IGREJA

Iniciamos la jornada caminando a lo largo de grandiosos acantilados sobre antiguos senderos empedrados, siendo fácil cruzarnos en el camino, con portadores de agua y caravanas de mulos. En la ruta pasamos por el asentamiento abandonado de Aranha y a la hora del almuerzo paramos en una gran playa de arena negra, cerca de Cruzinha, para poder disfrutar de un refrescante baño. Continuamos hacia el pueblo de Cruzinha, desde donde el camino se aleja del mar y comenzamos a ascender suavemente por el valle hasta el pintoresco pueblo de Cha de Igreja

Desnivel: +700 m -700 m/6 horas aprox.

Al finalizar regresamos en vehículo al hotel de Ponta do Sol (20 km/1 hora aprox.) y tiempo libre.

CHA DE IGREJA

Encantadora aldea edificada sobre un promontorio. Posee una iglesia y conserva sus casas típicas.

DÍA 5.- PONTA DO SOL. CAMINATA POR CHA DAS PEDRAS. TRASLADO A PORTO NOVO

Nos trasladamos en vehículo hasta el valle Cha das Pedras (8 km/45 min aprox.), desde donde comenzamos la caminata que atraviesa el valle, con terrazas de cultivos y chozas de paja que parecen como pegados a las peñas escarpadas en alturas vertiginosas, hasta llegar a Espongeiro. Desnivel: +900 m -150 m/5 horas aprox. Continuamos en vehículo al hotel en Porto Novo (45 min. aprox.), pueblo portuario en el sur de la isla.

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.

DÍA 6.- PORTO NOVO. CAMINATA POR RIBERA DAS PATAS

De nuevo salimos en vehículo (15 km/1 hora aprox.), hasta el punto donde comenzamos la caminata, a través de las escarpadas peñas de Bordeira del Norte ascendiendo y descendiendo hasta el oasis de Ribeira das Patas.

Desnivel: +500 m -600 m/5 horas aprox.

Al finalizar regresamos al hotel de Porto Novo (12 km/40 min aprox.).

DÍA 7.- BARCO A MINDELO (ISLA DE SAO VICENTE). TRASLADO A SAO PEDRO

Por la mañana nos trasladamos al puerto, para salir en barco hacia la isla de São Vicente (1 hora aprox.). A la llegada, recepción y visita a la ciudad. Al finalizar la visita nos trasladamos al hotel situado en la playa de Sao Pedro, donde disponemos de tiempo libre para realizar actividades o descansar. Por la noche podemos disfrutar de música en directo, típica de Cabo Verde o hacer una escapada a Mindelo.

DÍA 8.- VUELOS SAO VICENTE/PRAIA (ISLA SANTIAGO). CAMINATA RIBEIRA GRANDE A CIDADE VELHA

Temprano, nos trasladamos al aeropuerto, para salir en vuelo hacia Praia. La capital administrativa del archipiélago, situada en la isla Santiago. A la llegada, recepción en el aeropuerto y visita de la ciudad, con el mercado más pintoresco del país. Después salimos en vehículo hacia Calebeira (30 min. aprox.), donde comenzamos otra caminata por Ribeira Grande hasta Cidade Velha la que fuera primera capital de Cabo Verde.

Desnivel: +0m - 150m/2 horas aprox.

ISLA SANTIAGO

Es la isla más grande del Archipiélago, con un área de 992 km² y la que presenta un relieve más accidentado, su interior es montañoso con valles de exuberante vegetación y está presidido por el pico de Antonia (1392 metros) el más alto del país. La costa es abrupta con arrecifes negros y escasa vegetación. Fue la primera de las islas en ser poblada por los colonos portugueses (en 1462) y llegó ser un importante correo de comercio de esclavos. Actualmente habitan en ella más de la mitad de la población del país y su principal actividad industrial se basa en la agricultura y la pesca.

PRAIA

Es la capital y la ciudad más grande del país. Cuenta con dos bellas playas, Praiamar y Quebra-Canela, al oeste del centro rocoso de la ciudad. Conserva algunos interesantes edificios coloniales destacando el

palacio del Consejo o Presidencial (siglo XIX), el palacio de Justicia y la iglesia de Nuestra Señora de Gracia entre otros. También posee un museo etnográfico y un interesante mercado de frutas y verduras, donde conocer los productos agrícolas de la isla y poder probar uno de sus famosos plátanos. Entre los lugares de interés destacan el jardín botánico de São Jorge, ya que es el único del país, y la Cidade Velha (ciudad vieja), que fue la primera capital del archipiélago y posee el impresionante fuerte, de Sao Filipe Praia.

CIDADE VELHA (CIUDAD VIEJA)

Antiguamente Ribeira Grande, cambia su nombre a finales del siglo XVIII y fue el primer asentamiento colonial europeo de la zona. Situada a 15 km de Praia, en la parte meridional de la isla y fue declarada en 2009 Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, por contener un rico patrimonio histórico y arquitectónico.

Conserva parte de su trazado urbano primitivo, en el que subsisten edificios y espacios admirables como la iglesia de Nossa Senhora do Rosário construida en 1495, la iglesia colonial más antigua del mundo, donde se pueden apreciar desde el estilo manuelino al gótico portugués, la Fortaleza Real de São Felipe construida en 1593, uno de los principales monumentos históricos del archipiélago y desde donde se tienen unas fantásticas vistas de la ciudad y la Plaza de la Picota o Pelourinho donde se llevaba a cabo la venta de esclavos, con su rollo de mármol esculpido en estilo manuelino (siglo XVI).

DÍA 9.- VUELOS PRAIA/SAO FILIPE (ISLA DE FOGO)/TRASLADO CHA DAS CALDEIRAS/ASCENSO PICO PEQUEÑO

Nos trasladamos al aeropuerto, para volar a Sao Filipe en la isla de Fogo. A la llegada, recepción en el aeropuerto para el traslado en vehículo hasta la pequeña localidad de Cha das Caldeiras (2 horas aprox.). Después de alojarnos, comenzamos una caminata de ascenso al pico Pequeño, un cráter nuevo que se formó de la última erupción en 1996.

ISLA DE FOGO

Ubicada entre las islas Santiago y Brava, es una de las islas del grupo de Sotavento y la más alta de todas. Tiene una superficie de 476 km² y es de fisonomía circular, su paisaje está dominado por la caldera y el pico que se ubica, más o menos, en el centro de la isla. Las poblaciones se sitúan entre la base del volcán y la costa. La ciudad más importante es São Filipe que conserva el nombre que, originalmente, llevó la isla. Casi toda ella es un inmenso volcán aún activo que entró en erupción, por última vez, en 1995 formando un nuevo cráter, el pico Pequeño. La caldera del volcán, Cha das Caldeiras domina la isla con 9 km de ancho y paredes de 1 km de altura, siendo su punto más alto Pico do Fogo, alcanza los 2.829 m y es la altura máxima de la isla y del archipiélago.

Fue poblada por colonos y esclavos en el siglo XV y el mestizaje está muy presente en ella. Por causa de los vientos alisios, tiene como las otras islas una parte muy verde y fértil en el nordeste, donde se cultivan viñas café, uvas, manzanas, granadas, verduras y su famoso café.

CHÃ DAS CALDEIRAS

Población levantada en medio de un volcán activo, posee un gran atractivo natural. Es la localidad más alta de Cabo Verde, situado al pie del volcán Pico de Fogo, es un pueblo de cultivadores de vino a 1.600 m de altura.

DÍA 10.- CHA DAS CALDEIRAS. ASCENSIÓN AL PICO DE FOGO

En esta jornada ascendemos al pico de Fogo, el volcán más alto de Cabo Verde, desde donde hay una vista impresionante de toda la isla y de las islas vecinas. El descenso por la ceniza es fácil y muy divertido. Regresamos después, al hotel en Chas Das Caldeiras.

Desnivel: +1000m -1000m/5 horas aprox

DÍA 11.- CHA DAS CALDEIRAS/TREKKING A MOSTEIROS/SAO FILIPE

Comenzamos la caminata en el borde de la caldeira hasta monte Verde y después descendemos por los cafetales y plantaciones de naranja y papaya hasta Mosteiros.

Desnivel: +50m – 800m/5 horas aprox.

Después podemos disfrutar de un baño en las piscinas naturales de Punta Salina. Traslado a Sao Filipe (2 horas), con sus casas coloniales bien conservadas y su mercado de pescados, es una de las ciudades más bonitas de Cabo Verde. Por la tarde recorreremos la ciudad.

SAO FILIPE

Es la segunda ciudad más antigua de Cabo Verde, después de Cidade Velha. Tranquila y afable, está ubicada a modo de gran balcón con vistas al mar, a una enorme playa de arena negra, a la vecina isla de Brava y a sus islotes circundantes. Sus calles conservan los adoquines originales, y las casas están pintadas de color pastel, con sus tejados anaranjados. Abundan las plazas y los rincones ajardinados. Destacan los "sobrados", construcciones del colonialismo portugués, donde vivían los terratenientes y aristócratas que constaban de dos pisos con balcones de madera labrada. Abajo se encontraba la cocina y las habitaciones de los esclavos, en el piso de arriba vivían los señores.

DÍA 12.- VUELOS FOGO/PRAIA/LISBOA

Hotel hasta las 12 horas. A la hora indicada, nos trasladamos al aeropuerto, para salir en vuelo hacia Praia y conectar con el vuelo a Lisboa.

DÍA 13.- VUELOS LISBOA/CIUDAD DE ORIGEN

Llegada y conexión con el vuelo a la ciudad de origen y fin de los servicios

FECHAS DE SALIDA 2018 DESDE MADRID Y BARCELONA

JUNIO: 30
JULIO: 29
AGOSTO: 11
SEPTIEMBRE: 1
OCTUBRE: 6 y 27

GRUPO MÍNIMO 2 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

PRECIO GRUPO DESDE 2 PERSONAS	2060,00 €
SUPL. TEMPORADA 1/7 A 31/8	175,00 €
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	195,00 €
-----	-----
TASAS AÉREAS	370 € (APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

Transporte en avión, clase turista, Ciudad de origen/Sao Vicente---Praia/Ciudad de origen (conexiones intermedias)

Vuelos internos Isla Sao Vicente/Isla Santiago/Isla Fogo/Isla Santiago

Ferry Sao Vicente/Sao Antao/Sao Vicente

Recepción en los en los aeropuertos y puertos

Traslados especificados

Vehículo privado, tamaño, dependiendo del número de participantes. Taxis en algunos traslados

Alojamientos en hotel de primera categoría, hoteles y casa locales en habitaciones dobles, con baño privado (según cuadro)

Alimentación especificada en el cuadro

Guía local de habla hispana, durante toda la ruta

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

Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

DOCUMENTACION

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

Un seguro de asistencia está incluido en el viaje. La póliza será entregada junto con la documentación final. Opcionalmente se puede contratar un seguro de gastos de anulación, por un **importe de 50 € por persona**. Debe solicitarse en el momento de realizar el pago de entrega a cuenta siempre que éste se realice como mínimo 15 días antes de la salida del viaje.

Las condiciones de ambos seguros se pueden consultar en nuestra página web:

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeViajeTrekking.pdf

www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeAnulacion.pdf

ALOJAMIENTO

HOTEL 1ª CATEGORÍA en habitaciones dobles con baño privado, en Sao Pedro
HOTELES LOCALES en habitaciones dobles con baño privado, en Mindelo, Ponta do Sol, Porto Novo, Pico Antonio y Sao Filipe.

En el hotel local de Ponta de Sol a veces no hay agua caliente porque se va a menudo la luz.

CASA LOCAL en habitaciones dobles con baño privado, en Cha das Caldeiras.

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

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 mismo 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.**

Se admite

Transferencia bancaria: Banco Popular

ES06 0075 0349 4606 0111 8121 (BIC): POPUESMM

Titular: Trekking y Aventura

Tarjeta de crédito Visa y/o MasterCard 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, 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 rodríguez 15, 28008 Madrid y en el 91-5228681.

*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