

CABO VERDE



Está situado a 1.500 kilómetros 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.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Lisboa/Isla São Vicente. Traslado a Mindelo.	.././C	Hotel local
2	Barco a Isla Santo Antao. Trekking Corda- Coculi	D../C	Hotel local
3	Isla Santo Antao.Trekking en el Valle de Paul	D../C	Hotel local
4	Isla Santo Antao. Trekking por la costa. Ponta do Sol – Cruzinha	D../C	Hotel local
5	Isla Santo Antao. Caminata por Ribeira das Pedras. Porto Novo.	D../C	Hotel local
6	Isla Santo Antao. Caminata por Ribeira das Patas. Porto Novo.	D../C	Hotel local
7	Barco a Sao Vicente. Visita Mindelo. Caminata Farol de Sao pedro.	D../C	Hotel local
8	Mindeló. Caminata calhau - bahia das gatas Vuelos Sao Vicente/Praia	D../..	Hotel local
9	Vuelos Praia/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.

Salimos en vuelo hacia Lisboa y conexión con el vuelo a la isla de São Vicente. A la llegada, nos esperan para trasladarnos al hotel en Mindelo.

Tras el alojamiento, tiempo libre para recorrer la ciudad con su arquitectura colonial portuguesa y el mercado de pescados y damos un paseo hasta el castillo de la ciudad.

A la hora indicada cena en el restaurante en el barrio del puerto donde se puede escuchar las famosas mornas de Mindelo y comer un pescado fresco.

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 ISLA SANTO ANTAO. TREKKING CORDA- COCULI

Por la mañana nos trasladamos al puerto, para salir en barco hacia la isla de Santo Antao. Llegada y caminata a Corda-Ribeira Grande (3 horas aprox.) y al Valle de Ribeira Grande, el Valle más grande de la isla. Traslado a Ponta do Sol

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 kms se encuentran las playas de Aranhas y Motche.

DÍA 3.- ISLA SANTO ANTAO. TREKKING EN EL VALLE DE PAUL

Comenzamos la caminata 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: +150 m -700 m/5 horas 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 y continuamos en vehículo hasta Ponta do Sol (30 km/1 hora aprox.), donde nos alojamos.

DÍA 4.- ISLA SANTO ANTAO. TREKKING POR LA COSTA. PONTA DO SOL – CRUZINHA

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.

DÍA 5.- ISLA SANTO ANTAO. CAMINATA POR RIBEIRA DAS PEDRAS. 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.- ISLA SANTO ANTAO. CAMINATA POR RIBEIRA DAS PATAS. PORTO NOVO.

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 SAO VICENTE. VISITA MINDELO. CAMINATA FAROL DE SAO PEDRO.

Por la mañana nos trasladamos al puerto, para salir en barco hacia la isla de São Vicente (1 hora aprox.). Llegada y traslado a Mindelo donde visitamos el mercado de pescado y el casco antiguo. En la tarde caminata por el farol de Sao Pedro y la Playa blanca de este pueblo donde se puede disfrutar un baño en el agua turquesa (2 horas aprox.)

DÍA 8.- MINDELO. CAMINATA CALHAU - BAHIA DAS GATAS-VUELO SAO VICENTE/PRAIA

Caminata por la playa de Bahía das Gatas. A la hora indicada, nos trasladamos al aeropuerto, para salir en vuelo hacia Isla de Sal, llegada y traslado al hotel.

DÍA 9.- VUELOS PRAIA/CIUDAD DE ORIGEN

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

FECHAS DE SALIDA DESDE MAD Y BCN

ABRIL: 28
DICIEMBRE: 1

GRUPO MÍNIMO 4 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

GRUPO DESDE 4 PERSONAS

SUPL. HAB. INDIVIDUAL

TASAS AEREAS

1.575,00 €

160,00 €

365 € (APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

Transporte en avión, clase turista, Ciudad de origen/Isla Sao Vicente/Ciudad de origen (conexiones intermedias)
Vuelos internos Isla Sao Vicente/Praia
Ferry Sao Vicente/Sao Antao/Sao Vicente
Recepción en los aeropuertos y puertos
Traslados especificados
Vehículo privado, tamaño, dependiendo del número de participantes. Taxis en algunos traslados
Alojamientos en hotel de categoría turista y hoteles locales en habitaciones dobles, con baño privado (según cuadro)
Alimentación especificada en el cuadro
Guía local de habla hispana
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

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

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

Hoteles locales en habitaciones dobles con baño privado.

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

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/antiinflamatorio/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 mimos 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 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 , 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