



## Alentejo ed Algarve , la Rota Vicentina trekking naturalistico sulle scogliere dell'Atlantico a Sud – Ovest del Portogallo

**dal 2 al 10 settembre 2022**

**Os fruttos:** "Assim eu queria o poema: fremente de luz, áspero de terra, ramosoro de águas e de vento " –

**I Frutti:** " Così io vorrei la poesia: fremente di luce, aspra di terra, rumoreggiante di acque e di vento " .

( Eugénio de Andrade, poeta -1923 Póvoa da Atalaia - 13 giugno 2005 Oporto )

**Presentazione:** " Alentejo " vuol dire: " al di là del fiume Tago ", infatti il Tago è il fiume che attraversa Lisbona, e l'Alentejo si trova a sud della capitale portoghese. La costa è quella denominata costa alentejana (120 km) o "Vicentina" da "Cabo de São Vicente". Nella punta settentrionale il paesaggio si presenta come un'interminabile spiaggia di sabbia fine e dorata; proseguendo verso sud è tutto uno spettacolo di dune e scogliere, di mare aperto che durante le alte e basse maree crea insenature simili a vaste piscine, incastonate tra gli scogli verdeggianti. Vigneti, sughereti, vaste coltivazioni di patata dolce, arachidi, su terreni attraversati da un diffuso ed efficiente sistema d'irrigazione composto da numerosi canali. La biodiversità di quest'Area Protetta è caratterizzata dalla presenza di numerose piante endemiche come lo *Stauracanthus spectabilis vicentinus*, e da numerose specie faunistiche nidificanti, come la Cicogna Bianca, il Falco Pellegrino. Il territorio presenta una densità residenziale tra le più basse d'Europa: 24 abitanti per kmq (la media in Italia è di 200 per kmq), tra una Comunità cordiale e disponibile. Un mix d'ingredienti più che sufficienti per noi, affinché la Rota Vicentina divenisse a pieno titolo una "meta Naturaliter".

**I cammini:** è presente una nutrita e mantenuta rete sentieristica di complessivi 350 km, distinguibile tra: "il **percorso dei pescatori**" che scorre lungo la costa con affacci mozzafiato sulle scogliere dell'Atlantico, e che giunge nei piccoli porti; - "il **percorso storico**" che attraversa i campi coltivati e i piccoli villaggi dell'interno, caratterizzato dal paesaggio rurale; - e "i **percorsi circolari**". Percorsi che a volte s'incrociano, e diventano modulabili. Le camminate non presentano particolari difficoltà se non, nella lunghezza (dai 15 ai 20 km al giorno), e dal dover camminare in alcuni tratti sulla sabbia che il vento atlantico spazza sulle alte scogliere.

Programma:

### 1°G.ve.02/09: Venezia – Lisbona – Vila Nova de Milfontes

Incontro dei Partecipanti presso la sala partenze dell'aeroporto 'M. Polo' di Tessera (VE). Imbarco sul volo diretto a Lisbona (orario indicativo 06.45 – 08.45 soggetto a conferma)

**All'arrivo incontro con la Guida.** Trasferimento in città e **visita guidata di Lisbona.** Nata su sette colline, sono quattro i quartieri che rappresentano le zone turistiche per eccellenza: Belém (monumentale), Bairro Alto (città alta), Baixa (bassa) e Alfama (più antico). Inizio a Belém, ove si ammireranno il Palazzo Reale (oggi Presidenziale), il Padrão (monumento alle Scoperte), la Torre di Belém (Patrimonio Mondiale) e il Monastero di Jerónimos (ingresso incluso), fatto costruire dal re Manuel I e legato strettamente alla Casa Reale Portoghese e all'epopea delle scoperte (ingresso incluso). Sosta per pranzo e nel pomeriggio transfer di 2h 30' a Vila Nova de Milfontes. Sistemazione in hotel a Vila Nova de Milfontes. **Cena e pernottamento**





**2°G.sa.03/09: Itinerario trekking** – traversata: "percorso dei pescatori": **Praia do Malhao/Porto Covo. (SCHEDA TECNICA: km 12,500 – dislivello in salita: 150 m.- dislivello in discesa: 110 m. - max/min altitudine: 51/01 m. - tempi: 4,30' h)**

---

**Peculiarità del percorso:** la diversità delle spiagge si trova proprio su questa sezione della Rota Vicentina. Spiagge come Aivados, coi suoi ciottoli modellati dalle costanti e mutevoli onde atlantiche; o come le spiagge di sabbia di Malhão, delicate e in continua evoluzione. Tutte baie attraversate sia da fiumi, che da piccoli corsi d'acqua, alimentati dall'interno collinare da una rete di canali sotterranei. Queste spiagge sono intervallate da antiche rocce resistenti all'erosione, scure, che compongono le scogliere e le piccole isole (chiamato localmente "palheirões") che si incontra di tanto in tanto. Le dune di sabbia raggiungono il loro picco cromatico tra marzo e giugno, con una vasta gamma di colori sorprendenti, profumi e forme. Pini, rosmarino e Cisto sono piegati quasi orizzontale, e quindi più adatte a queste condizioni difficili. Alcune di queste specie vegetali sono endemiche, e non si trovano in nessuna altra parte del mondo.

**Programma del giorno:** Breakfast. Transfer di 20' da Vila Nova de Milfontes a Praia do Malhão. Trekking da Praia do Malhão a Porto Covo. Visita di Porto Covo, grazioso villaggio sulla costa. Transfer di 30' da Porto Covo a Vila Nova de Milfontes. **Cena e pernottamento a Vila Nova de Milfontes.**

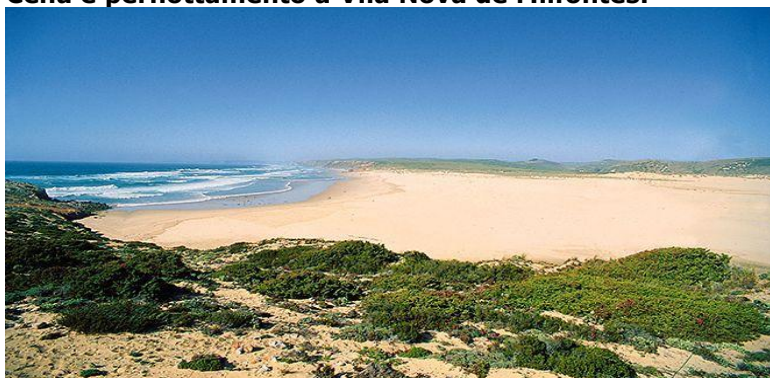


**3°G.do.04/09: Itinerario trekking** – traversata: "percorso dei pescatori": **Almograve/ Vila Nova de Milfontes – (SCHEDA TECNICA: km 11 – dislivello in salita: 88 m.- dislivello in discesa: 116 m. - max/min altitudine: 53/0 m. – tempi di effettivo cammino: 3h 45')**

---

**Peculiarità del percorso:** Punta das Furnas è separata da Vila Nova de Milfontes dal fiume Mira che proprio qui finisce sul mare creando un'ampia insenatura di sabbia fine, meta balneare rinomata. Numerose specie di uccelli limicoli durante la Bassa marea vengono qui a cibarsi della vegetazione che si deposita sulla spiaggia. Si percorre una strada sterrata che è Riserva Protetta, dove si potrà ammirare la *Plantago Alomravensis* e i vasti campi agricoli che si estendono fino a quasi il mare. Successivamente subentra una foresta di alberi di Acacia che crea sul sentiero delle vere e proprie gallerie naturali, offrendo un gradito riparo dal sole nelle giornate calde.

**Programma del giorno:** Breakfast. Transfer di 14 km da Vila Nova de Milfontes ad Almograve. Trekking da Almograve alla baia Furnas. Transfer in barca (tempi 8') dalla Baia Furnas a Vila Nova de Milfontes. **Cena e pernottamento a Vila Nova de Milfontes.**





**4°G.lu.05/09: Itinerario trekking** – traversata: “percorso dei pescatori”: **Almogrove / “Entrata do barca (Zambueria do Mar)**

**(SCHEDA TECNICA: km 18,700 – dislivello in salita: 203 m.- dislivello in discesa: 193 m. - max/min altitudine: 203/193 m. – tempi di effettivo cammino: 5h 20’).**

---

**Peculiarità del percorso:** si vedranno delle alte scogliere esposte alle onde oceaniche, che rappresentano il sito di nidificazione di numerose specie di uccelli, soprattutto intorno a Capo Sardo. Sarà interessante notare sulle rocce d’arenaria i cambiamenti climatici succedutesi nel tempo, quando il mare si trovava ritirato di almeno 100 mt dall’attuale posizione. Qui sono stati rinvenuti anche resti di animali preistorici, soprattutto crostacei, segni di un clima più freddo e più secco; ma ci sono anche i segni di quando questo clima è stato tropicale, come testimoniano i toni rossastri della sabbia e arenaria, derivante dall’accumulo d’ossido di ferro.

**Programma del giorno:** Breakfast. Seguirà transfer di 14 km da Vila Nova de Milfontes ad Almogrove. A fine camminata, transfer di circa 20’ da “Entrata do barca” a Vila Nova de Milfontes. **Cena e pernottamento a Vila Nova de Milfontes.**

**5°G.ma.06/09: giornata libera a Vila Nova de Milfontes.**

**Programma del giorno:** Breakfast. Tempo libero fino all’orario di cena. **Cena e pernottamento a Vila Nova de Milfontes.**

**6°G.me.07/09: Itinerario trekking** – traversata: “percorso dei pescatori”: **Odeceixe/ Zambueria do Mar (SCHEDA TECNICA: km 19 – dislivello in salita: 263 m.- dislivello in discesa: 283 m. - max/min altitudine: 263/283 m. – tempi di effettivo cammino: 5h 30’).**

---

**Peculiarità del percorso:** lungo questo tratto di costa sarà interessante notare le suggestive scogliere di rocce sedimentarie che si sono posizionate orizzontalmente, ripiegate su se stesse, in modo che ciò che prima era orizzontale è divenuto verticale, a causa della tettonica delle placche. Lungo il percorso è possibile anche notare tane nelle dune, quali segni della presenza di numerosi mammiferi (coniglio, donnola, faina, tasso, etc..). **Programma del giorno:** Preparazione dei bagagli. Breakfast. Transfer di 30’ a Odeceixe (sponda nord della Baia fiume Ceixe). Partenza a piedi per Zambueria do Mar. A fine camminata, da Zambueria do Mar transfer di 30’ a Odeceixe. **Cena e pernottamento a Odeceixe.**



**7°G.gi.08/09: Itinerario trekking** - anello: “percorso dei pescatori”: **anello di Carrapateira (SCHEDA TECNICA: km 5 circa- tempi: 3h circa soste comprese).**

---

**Peculiarità del percorso:** questo percorso circolare parte dal villaggio di Carrapateira e, dopo 1km circa di asfalto, si imbecca un sentiero che conduce alla spiaggia di Bordeira, ove il mare ha scavato la sabbia in forme armoniose che cambiano a seconda della stagione. Si cammina su passerelle in legno per raggiungere vari punti panoramici a picco sul mare, dalle suggestive scogliere frequentate da intraprendenti e spericolati pescatori “perceveiros” che si arrampicano sulle falesie come dei veri scalatori. Lungo il circuito ci si imbatte in diversi punti di vista sulle strapiombanti scarpate, sia sulle sabbie di Bordeira che su quella di Amado. Carrapateira è un delizioso villaggio frequentato soprattutto da turisti surfisti ed escursionisti. **Programma del giorno:** Breakfast. Transfer di 60 km da Odeceixe a Carrapateira. Visita al Museo del Mare. Camminata ad anello a Carrapateria. Dopo la camminata ad anello, sosta breve al Villaggio. Seguirà il transfer di 30



km a **Cabo de S. Vicente** (punta estrema sud/ovest del Continente europeo). Sosta per visita turistica. Seguirà transfer di 66 km per rientro ad Odeceixe. **Cena e pernottamento ad Odeceixe.**



**8°G.ve.09/09: Itinerario trekking - anello: " percorso storico" + "percorso dei pescatori" : anello di Odeceixe (SCHEDA TECNICA: km 09 – dislivello in salita: 104 m.- dislivello in discesa: 17 m. - max/min altitudine: 93/2 m. - tempi: 3h).**

**Peculiarità del percorso:** la foce del fiume Seixe è ammirevole osservarla, mentre l'acqua del fiume scorre dolcemente tra le sponde verdeggianti di prati e giardini, fino a riversarsi nell'Oceano; e sul suo scorrere rilascia sedimenti che danno origine a un labirinto di zone umide, fonte di cibo per la fauna selvatica (aironi bianchi e grigi, piovanelli, etc ..). La vegetazione protegge le dune dall'assalto del vento, impendendo alla sabbia di raggiungere i campi coltivati. Notevole è la forza dell'erosione che si potrà osservare dalle forme delle rocce delle scogliere che costituivano un tempo le catene montuose locali. Ora sono modellate dai venti e dalla forza delle correnti marine dell'Oceano.

**Programma del giorno:** Breakfast. Seguirà partenza a piedi da Odeceixe fino alla omonima Baia e, dopo la sosta nella Baia, si prosegue per 4 km a piedi fino ad Odeceixe. **Cena e pernottamento a Odeceixe.**



**9°G.sa.10/09: Odeceixe – Lisbona – Venezia**

Colazione alle ore 08:30. Tempo libero fino alle ore 12:30, quando avverrà il transfer da Odeceixe a Lisbona aeroporto (tempi transfer: 3h circa compresa sosta in Autogrill)- per il check-in delle ore 15:30 del volo Ryanair in partenza alle ore 17:25 da Lisbona con arrivo a Venezia alle 19.25

**Note importanti:**

- × **Gli orari dei voli sono** indicativi secondo le informazioni raccolte al momento della stesura del presente programma (03\02\2022). Gli orari definitivi con il programma di viaggio finale saranno consegnati ai partecipanti circa due settimane prima della partenza del trekking.
- × Il **programma** e le escursioni potranno subire variazioni perché dipendono dalle **condizioni meteo**.
- 
- × **Primo e ultimo giorno:** si potranno effettuare visite aggiuntive o escursioni con pagamento in loco solo se compatibili con gli orari dei voli. Diversamente il programma inizierà la mattina del 2° giorno e terminerà la sera del 7° giorno.
- ×



- × **La partecipazione** al programma è subordinata alle **regole di contenimento del Covid** in vigore al momento dell'effettuazione del programma (super Green Pass qualora in vigore al momento del viaggio )
- × Per l'imbarco sui voli potrebbe essere necessario completare e presentare della documentazione aggiuntiva. La mancata presentazione della documentazione obbligatoria comporterà il divieto da parte delle Autorità locali a viaggiare. Tutte le informazioni saranno comunicate tramite gli accompagnatori prima della partenza.
- × **Cosa portare** (indispensabile): scarpe da trekking, sandali/ciabatte, zaino e giacca a vento; costume, saponeria varia per doccia/lavabo/indumenti; borraccia o bottiglia da 1 lt.
- × l'ordine di partenza e d'arrivo di alcune camminate potrebbe essere invertito, o sostituito, a discrezione della Guida.
- × i tempi delle camminate indicati nel programma si riferiscono ai tempi medi impiegati dai gruppi precedenti. - è richiesto ad ogni partecipante uno stato di forma psicofisica atto a poter svolgere il programma del trekking; in caso contrario la Guida si riserva il diritto di escludere dalla/e camminata/e uno o più partecipanti per le escursioni che riterrà più impegnative.

### **Quota individuale di partecipazione:**

**€ 1250,00**

minimo 20 partecipanti – max 25

### **Supplementi facoltativi :**

sistemazione camera singola, su richiesta	€ 170,00
Assicurazione annullamento viaggio base (malattia improvvisa certificata)	€ 50,00
oppure assicurazione annullamento all risk (qualsiasi motivo oggettivamente documentabile )	€ 90,00

### **La Quota individuale di partecipazione comprende:**

- ✓ Volo Venezia - Lisbona – Venezia (quota stimata pari Euro 170,00 la quota sarà definita all'acquisto di tutti i biglietti eventuali differenze per difetto o eccesso saranno comunicate prima del saldo)
- ✓ tutti i transfer previsti nel programma (dall'arrivo a Lisbona, alla partenza da Lisbona);
- ✓ Alloggio nr 08 notti in camere doppie presso Hotel.
- ✓ Vitto: nr. 08 breakfast; nr.8 cene con menu fissi (solo acqua e vino della casa).
- ✓ Pranzo in ristorante a Lisbona
- ✓ Ingresso al Monastero di Sao Jeronimo il primo giorno
- ✓ Guida Escursionista sempre al seguito del gruppo.
- ✓ Guida Turistica portoghese in lingua italiana a Lisbona, solo il giorno dell'arrivo.
- ✓ Transfer valigie da una struttura all'altra.
- ✓ Assicurazione assistenza medica in viaggio

### **La Quota individuale di partecipazione NON comprende:**

- ✓ Tasse di Soggiorno.
- ✓ Eventuali biglietti d'ingresso per visite turistiche
- ✓ Tutti i pranzi ad esclusione del primo giorno.
- ✓ Bibite extra.
- ✓ Camere singole (supplemento di 170 Euro a persona).
- ✓ Qualsiasi altro servizio non espressamente citato alla voce: " **La Quota individuale di partecipazione comprende** " .



Le Iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento dei posti disponibili (totale 20)

**Pre-iscrizioni, fino a esaurimento dei posti disponibili, da comunicare a mezzo mail unitamente al modulo di adesione allegato e fotocopia della carta d'identità.**

**Iscrizione definitiva, in presenza durante la presentazione, a cui seguirà conferma da parte degli organizzatori al ricevimento dell'acconto Euro 400,00 + quota assicurativa.**  
Saldo 1 mese prima della partenza.

**Informazioni: gli accompagnatori Cai Marina Bonaventura 340 68 44 605 e Maura Conte 335 534 9018 [mauraconte@gmail.com](mailto:mauraconte@gmail.com)**



**6 settembre libero**