

30 Novembre – 8 Desembre 2024



Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com

Cap Verd ens ofereix una gran varietat de paisatges de muntanya, volcans, valls i costa. La natura es fon en aquest petit però singular país immers en l'oceà Atlàntic i ho fa a més amb el segell inconfusible de l'amabilitat de la seva gent.

En aquest viatge hem triat les Illes de Fogo i Santiago per fer-les a peu, la millor manera de conèixer-les i gaudir-les plenament. L'arxipèlag es tan gran i alhora tan interessant i espectacular que realitzem tres viatges a la zona. En aquest cas es la zona més al sud i a on hi ha les muntanyes més altes de tot el país. I el paisatge volcànic per excel·lència de l'arxipèlag: l'illa de Fogo i el seus impressionants caldera i volcà.

Punts Forts

La Calderia i el sublim volcà de Fogo de 2.829 m el cim més alt de tot el país.

Les carenes i els verds altiplans de Santiago.

Itineraris de trekking equilibrats entre el verd de les valls i el blau de l'oceà.

La càlida hospitalitat dels capverdians, els seus músics i artesants i els seus poblets i ciutats com Tarrafal, Sao Filipe o Cidade Velha.

Trencar amb l'hivern al tròpic entre platges, cims, palmeres i volcans.

Si et va agradar Santo Antao i Sao Vicente ara Fogo i Santiago et continuaran emocionant amb les seves grans muntanyes i platges.

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



Dia a Dia

Dia 1, 30/11. Barcelona – Illa de Santiago (Praia).

Arribada a l'aeroport de Praia, a l'illa de Santiago. Visita a l'altiplà amb el guia local, al centre històric (plaça d'Albuquerque, església catòlica, etc.).

Allotjament en Hotel a Praia.

Dia 2, 1/12. Illa de Santiago – Parc Natural de la Serra del Pico de Antonia. Travessa d'Orgoes a Picos.

Trasllat en vehicle fins a Longueira -coneguda per les seves cases tradicionals i la seva destil·leria a l'ombra d'un gran ficus- des d'on començarem a caminar. Farem una travessa sota el cim més alt de l'illa, el Pico d'Antonia, que ens acompanyarà tota l'estona i les pendents del qual són plens de conreus. A mesura que pugem tindrem bones vistes sobre la regió d'Orgoes, una de les més verdes de l'illa, abans de baixar cap a Picos. Paisatges de muntanya, conreus i un passeig pel món rural.

Desnivells: +550, -370 m. Durada aproximada: 4 hores.

En acabar, trasllat en vehicles a Cidade Velha, per descobrir el conjunt històric d'aquest indret, l'únic lloc classificat com a patrimoni per La Unesco, on trobarem la Fortalesa del segle XVI i altres testimonis de l'època.

Retorn a Praia, nit en Hotel a Praia.

Dia 3, 2/12. Ferry a l'illa de Fogo – Excursió a la caldera i als cràters secundaris de Pico.

De bona hora, trasllat al port de Praia i ferry a Fogo. Arribada a Sao Filipe, trasllat al peu del volcà i descobriment de la gran caldera de Fogo, un univers mineral grandios de 9 km de diàmetre, passant pel Petit Pico i altres cràters secundaris que puntegen la vida de la gent d'aquesta illa.

Desnivells: +300, -300 m. Durada aproximada: 3 hores.

Allotjament en Casa d'Hostes a Cha das Caldeiras.

Dia 4, 3/12. Illa de Fogo. La caldera des de les altures o ascensió opcional al volcà Pico do Fogo (2.829 m). Tast de vins i formatges de Fogo.

Avui podràs triar: o enfilem-te 350m més amunt del poble (fins a uns 2100m, fent la part senzilla del camí de pujada al volcà de Pico) per gaudir de les vistes de la gran caldera i els poblets des

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



de les alçades, o fer el cim del volcà Pico do Fogo (+/- 1100m de desnivell, el camí esdevé més tècnic i costerut a partir d'aquesta cota).

No cal que decideixis ara, els primers dies del viatge pots parlar amb el coordinador de Bonviure i dir-li quina opció tries.

El volcà Pico do Fogo (2829m) és el punt més alt de l'illa, dins del Parc Nacional del Fogo. El sender per la seva ascensió es va enfilant per la faldilla del volcà i a mesura que guanyem alçada se'ns obre un panorama espectacular de la gran caldera...a sota, petit, el poblet de Cha das Caldeiras i a banda i banda, el mar. En arribar al cràter del volcà (uns 100m abans del cim pròpiament dit), el darrer tram per arribar a dalt de tot és un camí que flanqueja per les roques, exposat però assegurat amb un cable.

Desnivells:

+350 m, -350 m fins al primer punt panoràmic.

+1000 m, -1000 m (en total) fins al cràter (opcional).

Fins al cim (opcional, anar i tornar pel mateix lloc, s'afegeixen +100m/ -100m).

Durada aproximada: 3 -4 hores per la primera opció (+/-350m); 6 -7 hores per la segona opció (+/- 1100m).

En acabar (per les dues opcions), a mitja tarda, tast de vins a casa de l'enòleg de Chã das Caldeiras, acompanyat de formatge artesanal de Fogo. La presentació serà informal i divertida, però també tècnica i educativa (història del vi a Fogo, processos d'elaboració i destil·lació...). Durada: 1 hora.

Allotjament en Casa d'Hostes a Cha das Caldeiras.

Dia 5, 4/12. Illa de Fogo – Descens a Mosteiros. São Filipe.

Sortim a peu del nostre allotjament i anem baixant des del peu del volcà en direcció cap al mar. Boscos d'eucaliptus i mimoses, tarongers i plantacions de cafè i fruiters ens acompanyaran durant l'itinerari. Arribats a Mosteiros, trasllat en vehicle privat fins a Sao Filipe.

Desnivells: +100 m, -1200 m. Durada aproximada: 6 hores.

Allotjament en Hotel a São Filipe.

Dia 6, 5/12. Illa de Fogo – De Zambujeiro a Sao Lourenço. Ferry a l'illa de Santiago.

Trasllat a San Lourenço, des d'on començarem una caminada pel paisatge característic de Fogo, amb petites granges de pedra i sostres de teula, envoltades de seus cultius d'hortalisses, nous de cajou, tamarius, pomes, magranes... veureu com n'és de fèrtil aquesta terra volcànica!

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



Desnivell: – 350m, Durada aproximada: 3 hores i mitja.

A la tarda, ferry cap a Santiago i allotjament a l'hotel Santa Maria a Praia.

Dia 7, 6/12. Illa de Santiago. Al cor de Serra Malagueta – Ribeira Principal – Tarrafal.

Trasllat a la Serra Malagueta, el massís escarpat del nord de l'illa que ofereix paisatges únics i vertiginosos esquitxats de petits pobles, des de les seves crestes verdes sovint atrapades entre els núvols, fins a les seves àmplies valls tropicals que baixen cap a l'oceà. Recorregut circular des de les carenes baixant a la vall principal i tornant al punt d'inici.

En acabar, trasllat a Tarrafal, un petit poble de pescadors enclavat per una bonica platja de sorra blanca, a on ens quedarem dues nits.

Desnivells: +200 m, -900 m. Durada aproximada: 5 hores.

Allotjament en Hotel a Tarrafal.

Dia 8, 7/12. Illa de Santiago – Ribeira da Barca – Aguas Belas i tornada en barca. Tarrafal.

Trasllat fins a Ribeira da Barca, un petit poble de pescadors de la costa oest, sota Tarrafal. Per arribar-hi, cal passar per les muntanyes del nord-oest de l'illa i baixar a una altra vall. El paisatge és grandios amb les seves muntanyes nues i les seves gorges torturades. Caminada fins a Aguas Belas. Retorn en barca de pesca, seguint la costa entre els dos pobles. Dinar a Ribeira da Barca i temps pel bany.

Desnivells: +250, -250 m. Durada aproximada: 3 hores.

Allotjament en Hotel a Tarrafal.

Dia 9, 8/12. Tarrafal. Vol de retorn a Barcelona.

Despertar a Tarrafal i trasllat a l'aeroport de Praia.

Per tal de garantir la seguretat dels participants i el correcte desenvolupament de l'activitat, Bonviure es reserva el dret de modificar els itineraris si les condicions atmosfèriques o l'estat del terreny o qualsevol altra causa així ho requereixen.

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



FITXA TÈCNICA

Preus

1289 € sense vols

1669€ amb vols i sense taxes

Suplement grup 12-13 pax: 20€

Suplement grup 9-11 pax: 35€

Suplement grup 8 pax: 50€

Suplement habitació individual (totes les nits): 150€ (places limitades, si us plau, consulta'ns disponibilitat).

Nombre mínim de participants: 8

Nombre màxim de participants: 17

Condicions del preu del viatge

**** Com a conseqüència de variables relacionades amb el carburant, les taxes aèries (preu definitiu una vegada emès bitllet) i el canvi de divises, els preus establerts en aquesta programació poden ser revisats fins a 20 dies abans de la data de sortida. Data de càlcul del viatge 3 de maig de 2024.*

Inclou

- Els vols d'anada i tornada entre Barcelona i Lisboa + entre Lisboa i l'illa de Santiago (Praia), sense taxes aèries, de combustible i emissió (només per l'opció amb vols inclosos, places amb vols inclosos limitades, consulta'ns disponibilitat). Vols amb equipatge de mà i maleta facturada incloses.
- Allotjament de tots els dies (8 nits).
- Tots els àpats, entre l'esmorzar del Dia 2 i el del Dia 9 (ambdós inclosos). Amb productes locals.
- El guia local a Cabo Verde.
- El Coordinador de Bonviure amb titulació de guia de muntanya durant el viatge, per un grup de mínim 8 persones.
- El ferry d'anada i de tornada entre Santiago i Fogo.
- Tots els trasllats a Santiago i Fogo necessaris per seguir el programa indicat en el Dia a Dia. En transport privat.
- El tast de vins i formatge a Fogo.
- Els drets d'entrada als PN de Fogo i Serra Malagueta i a la fortalesa de Cidade Velha.
- Assegurança d'accidents a muntanya.
- Assegurança bàsica de viatge i trekking.

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



-
- Direcció i gestió tècnica del viatge. Assessorament tècnic i del material a dur.
 - L'IVA corresponent.

No Inclou

- Les taxes aèries, de combustible i d'emissió (261€ a 22/04/2024).
- La Taxa de Seguretat Aeroportuària i els tràmits per la seva gestió (cal pagar-lo en metàl·lic a l'arribada a Cabo Verde), uns 35€.
- El àpats que no s'indiquen com a "inclosos". Les begudes dels dinars i dels sopars.
- Les propines.
- Tot el no especificat en l'apartat "Inclou".

Nivell

En general, bons camins ben perfilats, senzills, sense cap dificultat tècnica, tret de la segona part de l'ascensió al volcà de Fogo (el camí és més pedregós i dret i el darrer tram -flanqueig curt abans del cim pròpiament dit- és exposat i està equipat amb cadenes per seguretat). En aquest dia, tal i com es descriu al Dia a dia, es pot optar per fer un tram senzill de +/-350m de desnivell per gaudir de la panoràmica sense cap dificultat tècnica.

Desnivells mitjans diaris (tenint en compte l'opció curta del dia de Pico) de +250m i -530m. Veure detall dels desnivells de pujada i baixada a la descripció del Dia a dia.

Us esteu apuntant a un viatge de senderisme i això comporta una gran satisfacció com a viatgers i esportistes, però aquests es desenvolupen en indrets remots i/o de difícil accés, fet que comporta també una exigència de responsabilitat per part dels participants abans d'apuntar-se i durant l'activitat, ja que el vostre nivell físic i de salut s'ha d'adaptar bé a les necessitats dels itineraris previstos i anunciats. Alhora, s'accepta que qualsevol possible rescat o assistència en cas d'accident o malaltia, en zones allunyades, no sempre és fàcil ni còmode. Així com, que en cas d'una possible extracció d'urgència o rescat i la posterior assistència mèdica -malgrat estar molt ben organitzada tant per nosaltres com per la resta d'agents implicats: asseguradora, serveis mèdics i de rescat, etc.- no sempre estarà l'afectat acompanyat per una persona coneguda del grup o pel guia.

Material

- Botes de senderisme.
- Vestimenta per capes amb impermeable o paravent.
- Barret, ulleres de sol.
- Pals per caminar, recomanats.
- Motxilla petita i bossa de viatge on podreu posar la resta de la roba i objectes personals.

Setmanes abans del viatge us enviarem un llistat exhaustiu del material.

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



Documentació, Vacunes, Sanitat i altres

Per entrar a Cabo Verde, cal passaport amb una **validesa mínima de 6 mesos respecte a la data de sortida del país.**

Per fer aquest viatge cal un tràmit d'inscripció previ i el pagament d'una taxa d'entrada a Cabo Verde. Per facilitar aquesta gestió d'entrada al país i estalviar temps a l'arribada, des de Bonviure ens ocuparem d'aquest tràmit per vosaltres abans del viatge. Cost total de la taxa, amb la gestió inclosa: 35€.

Per viatjar a Cabo Verde, no hi ha cap vacuna obligatòria.

Us aconsellem que consulteu la següent web del MAEC per tenir més informació sobre Documentació, Vacunes, Sanitat, Seguretat i altres recomanacions oficials:

<https://www.exteriores.gob.es/Embajadas/Praia/es/ViajarA/Paginas/Recomendaciones-de-viaje.aspx>

Allotjaments

La primera, la segona i la sisena nits en hotel, en habitacions dobles amb bany, a Praia (Santiago).

La tercera i la quarta nits en casa d'hostes a Cha das Caldeiras (Fogo), en habitacions dobles amb bany.

La cinquena nit a Sao Filipe (Fogo), en habitacions dobles amb bany.

La setena i la vuitena nits en hotel a Tarrafal (Santiago), en habitacions dobles amb bany.

Possibilitat d'habitació individual (places limitades).

Si voleu més informació sobre els allotjaments no dubteu en demanar-nos-ho.

A l'hora de compartir habitació òbviament es prioritzaran les preferències personals de compartició (parelles, amics/gues, afinitats sorgides en el primer dia de coneixença, etc...). Si no hi ha cap preferència d'aquesta mena, el guia buscarà el consens dels participants per trobar la millor solució possible a la distribució, podent-se donar el cas d'alguna habitació compartida per persones de diferent sexe.

Assegurances

Incloues en el preu: Bonviure inclou, en aquest viatge una assegurança d'accidents en muntanya, que cobreix únicament els primers auxilis i trasllat de l'accidentat a un centre hospitalari o mèdic (amb quanties de cobertura limitades i sense que s'inclougui a priori l'assistència d'un acompanyant). És una pòlissa de reemborsament que podeu emprar en cas d'accident, primer abonant els diners i després amb les factures i informe mèdic pertinent us retornaran les quanties incloses per l'assegurança.

30 Novembre – 8 Desembre 2024

Cabo Verde: Santiago i Fogo. Volcans, muntanyes i platges tropicals enmig de l'oceà.

www.bonviure.com



En aquest viatge també està inclosa una assegurança bàsica de viatge i trekking per cobrir incidents que puguin succeir durant el viatge i també els accidents i les malalties (amb quanties de cobertura limitades i sense que s'inclouï a priori la assistència d'un acompanyant).

Opcionals: Si voleu ampliar les cobertures (d'accidents i/o de cancel·lació), nosaltres us ho podem gestionar: consulteu-nos les assegurances que us podem oferir.

Podeu consultar les cobertures de cada una de les pòlisses, a l'apartat "Assegurances".

Reserves

Podeu fer-ho clicant al botó **RESERVA** que trobareu dins el viatge.

Per telèfon trucant al **93 823 0527** o bé al **626 887 243**.

Per e-mail escrivint a bonviure@bonviure.com

Contactarem amb vosaltres per e-mail o per telèfon i us direm si disposem de places per aquest viatge.

Un cop sapigueu si disposem de places en aquest viatge i voleu reservar-ne una/es cal fer un ingrès d'una bestreta de 350 € per persona al compte corrent que us indicarem.

Fet l'ingrès, envieu un mail a bonviure@bonviure.com o truqueu-nos per poder confirmar-vos que l'hem rebut. La resta de diners els ingressareu posteriorment, aproximadament un mes abans de la data de sortida. Quan ens apropem a la data del viatge, rebreu per mail les últimes informacions com el lloc i hora de trobada del grup, material que cal dur, el temps que es preveu etc.

A Bonviure realitzem la immensa majoria de viatges, també amb places inferiors a les mínimes. si vols, pots saber el nombre de participants apuntats en el moment de la teva reserva. Per la realització d'aquest viatge és necessita un grup mínim. En cas de no arribar a aquest mínim, o per alguna causa de força major, l'agència podrà a anul·lar el viatge fins a 20 dies abans de la sortida, quan el viatge és de més de 6 dies, i 10 dies abans de la sortida quan el viatge és de 2 a 6 dies. en aquest cas reemborsaríem al participant el total de les quantitats prèviament abonades a Bonviure.

En cas de cancel·lació per part del client s'intentarà ocupar la plaça amb un altre client per reduir al màxim les despeses que se'n puguin derivar. Consulteu les condicions generals de contractació.

Segons el reial decret–lleï 23/2018, els preus establerts en el contracte només es poden revisar, fins a 20 dies abans de la sortida, per incorporar variacions del preu dels transports, inclòs el cost de carburant, les taxes i impostos relatius a determinats serveis i els tipus de canvi aplicats al viatge organitzat.

GC-1829