



## **Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.**

---

Cabo Verde és un paradís per als caminants i de visita obligada pels amants de la natura.

L'illa de Santo Antao és la perla del senderisme a Cabo Verde. Espatarrants paisatges volcànics, vistes impressionants, terrasses cultivades que formen mosaics de diferents colors, valls que s'enfonsen en el blau de l'oceà, .... un paradís per als senderistes !

I a l'illa de Sao Vicente, Mindelo, la capital cultural de Cabo Verde. Sempre animada, cosmopolita i colorida, però on també trobarem la calma de les seves fantàstiques platges d'aigües blaves i tranquil·les.

Amb inici del viatge a Lisboa.

## **Punts Forts**

- Itineraris de trekking equilibrats entre el verd de les valls i el blau de l'oceà.
- Unes vacances d'estiu a l'hivern enmig de l'oceà i entre muntanyes, allunyat de rutes convencionals i submergit en una cultura rica i amable.
- La Badia de Mindelo, capital musical de Cabo Verde. La seva cultura criolla barreja africana, europea i brasilenya i la càlida hospitalitat dels capverdians.
- Una manera gustosa i tranquil·la d'estrenar-se a l'Àfrica negra si es el teu primer viatge i de continuar gaudint d'ella si ja la coneixes.
- I per començar, visitem Lisboa.



**Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil:  
autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors  
camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.**

---

## **Dia a Dia**

### **Dia 1, 12/04.**

#### **Vol de Barcelona a Lisboa. Visita de Lisboa.**

Vol a Lisboa. Visita del centre de la ciutat amb guia local. Tastet d'aquesta interessant ciutat per començar el viatge.

Nit en hotel a Lisboa.

### **Dia 2, 13/04. Barcelona – Illa de Cap Verd de São Vicente- Mindelo.**

Arribada a migdia a l'aeroport de Mindelo, a l'illa de São Vicente. Trasllat fins al nostre hotel a Mindelo per instal·lar-nos-hi. Mindelo és la capital cultural i musical de l'illa amb influències del Brasil, Àfrica i Portugal. Visita de Mindelo amb el nostre guia local.

Allotjament en hotel a Mindelo.

### **Dia 3, 14/04. Ferry a l'Illa de Santo Antao. Tope Coroa 1980m – Tarrafal de Monte Trigo.**

Després d'esmorzar, trasllat al port i viatge en ferry (1 hora) per arribar a l'illa de Santo Antão. Des de Porto Novo, trasllat en vehicle privat a l'extrem oest de l'illa, a l'espectacular altiplà àrid i multicolor del Nord. Des d'allà, pujarem a peu fins al cim de l'illa, serpentejant entre els antics volcans. Després de baixar uns quants pendents d'escòria i resseguir el fons d'una vall, ens retrobem amb el nostre conductor. Seguim en vehicles per la nova carretera asfaltada que porta al pintoresc poblet de Tarrafal. Ens esperen dos dies de postes de sol al mar...

Desnivell: + 500 m / – 500 m . Uns 10km. Unes 4 hores i mitja - 5 hores de caminada.

Allotjament en hostel a Tarrafal.

### **Dia 4, 15/04. Illa de Santo Antao. Per la costa fins a Monte Trigo i retorn en barca a Tarrafal.**

Monte Trigo és un poblet de pescadors de la costa Oest és només accessible a peu o en vaixell. Nosaltres sortirem a peu de Tarrafal per un camí que, vorejant la costa, ens portarà fins a Monte Trigo. Preciós camí gairebé lunar sota el volcà Tope Coroa, penya-segats, platges, barrancs i finalment, aquest recòndit indret. Retorn a Tarrafal en barca de pescadors (si les condicions del mar no ho impedeixen).

Desnivell: + 500 m / – 500 m . Uns 11km. Unes 3 hores i mitja - 4 hores de caminada.

Allotjament en hostel a Tarrafal.



## **Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.**

---

### **Dia 5, 16/04. Illa de Santo Antao. Tarrafal – Bolona – Plateau du Norte – Chã de Morte.**

Una jornada espectacular. Trasllat en vehicels des de Tarrafal a Bolona, a on comencem a caminar en mig de l'altiplà volcànic, entre petites cases de pastors i pagesos, colors terrosos com en mig d'un quadre. Pugem a la Bordeira i ens abalconem a la vista espectacular de la Ribera das Patas. Passem pel cràter del Covao i per un camí preciós de llambordes, una obra mestre d'enginyeria de camins, arribem al fons de vall, a Chã de Morte. Gaudirem d'espatarrants vistes de tot el circ i les crestes de Santo Antao, passarem per petits llogarets agrícoles i entremig de cultius de mango, papaia i plàtan. Trasllat a Porto Novo.

Desnivell: + 200 m / – 900 m . Uns 9 km. Unes 4 hores de caminada.

Allotjament en hotel a Porto Novo.

### **Dia 6, 17/04. Illa de Santo Antao. Porto Novo – Les Crestes – Cràter de Cova – Pedra Rachada – Ponta do Sol.**

Curt trasllat per la carretera de les crestes cap al Cràter de Cova, entre els paisatges lunars dels contraforts meridionals, fins a la part més alta, punt de partida de la nostra caminada. Itinerari pel careners plantats de pins i mimoses. El camí serpenteja per aquesta zona semi muntanyosa, desert d'altitud, entre camps de blat de moro, moniato i mongetes i petits boscos, i ofereix quan el temps és clar, panoràmiques de les dues vessants de l'illa. Al final de la ruta, trasllat a Pont do Sol, antic port de l'illa que mereix passejar pels seus carrers, pel petit port de pescadors, ...

Desnivell: + 400 m / – 450 m . Uns 9km. Unes 4 hores - 4 hores i mitja de caminada.

Allotjament en hotel a Ponta do Sol.

### **Dia 7, 18/04. Illa de Santo Antao. Ribeira Grande i Garça – Cruzinha- Vallon de Corvo – Fontainhas – Ponta do Sol.**

Trasllat en vehicle a través dels paisatges muntanyosos de les Valls de Ribeira Grande i Garça, fins al llogaret de pescadors de Cruzinha. Amb impressionants vistes de l'oceà, l'itinerari d'avui ens portarà per un camí vora mar, passant per poblets com el de Zaranhas (abandonat), Forminguinhas i Corvo. Els deixarem i continuarem cap a Fontainhas, famosa per les seves cases de colors, entre terrasses cultivades de mil i un colors. A partir de Fontainhas, gaudirem de les vistes a l'oceà i poc a poc arribarem a peu a Ponta do Sol.

Desnivell: + 700 m / – 740 m . Uns 14km. Unes 5 hores - 5 hores i mitja de caminada.

Allotjament en hotel a Ponta do Sol.

### **Dia 8, 19/04. Illa de Santo Antao. Ribeira de Paul – Villas das Pombas. Ferry a l'illa de Sao Vicente.**

Curt trasllat per carretera per remuntar la Vall de Paul, considerada la més verda i conreada de de l'arxipèlag capverdès. Deixem la costa per anar cap a l'interior, seguint un camí on trobarem una vall amb vegetació densa,



## **Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.**

cultius i cases del camperols. Terrasses de plataners, plantes de cafè, canya de sucre, arbres fruiters tropicals i altres cultius ens ofereixen una visió de la vida rural de l'illa. Petites cases amb sostres de palla que anem trobant com esquitxades aquí i allà flanquegen el nostre camí, al final del qual ens espera el nostre minibus que ens durà al port de Porto Novo.

Desnivell: + 450 m / – 700 m . Uns 10km. Unes 5 hores de caminada.

A la tarda, trasllat en ferry de tornada a Sao Vicente.

Sopar a chez Tchicau amb la deliciosa cuina capverdiana i música local en directe.

Allotjament en hotel a Mindelo.

### **Dia 9, 20/04. Vol a Barcelona. Arribada de matinada (21/04).**

Al matí, trasllat a l'aeroport de Mindelo per agafar el vol de tornada a Barcelona (vía Lisboa).

*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.*



## Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.

---

### Fitxa Tècnica

#### Preus

1359 € sense vols

1945 € amb vols i sense taxes

Suplement si el grup és de 11 o 12 persones: 30€

Suplement si el grup és de 9 o 10 persones: 50€

Suplement si el grup és de 8 persones: 75€

Suplement habitació individual (totes les nits): 200€(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 5 d'octubre del 2024.*

#### Inclou

- Els vols d'anada i tornada entre Barcelona i Lisboa + entre Lisboa i Mindelo (Sao Vicente), sense taxes aèries, de carburants i d'emissió (només per l'opció amb vols inclosos, places amb vols inclosos limitades, consulta'ns disponibilitat). Vols amb equipatge de mà i maleta facturada inclosa.
- Allotjament de tots els dies (8 nits).
- Àpats: els esmorzars entre el Dia 2 i el Dia 9 (ambdós inclosos) , els dinars i els sopars a Cabo Verde, entre el Dia 3 i el Dia 8 (ambdós inclosos). Amb productes locals. Aigua dels àpats a Cabo Verde inclosa. Un sopar amb música en directe a Mindelo.
- 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.
- Els dos trasllats entre l'aeroport i l'hotel de Lisboa.
- El guia turístic professional a Lisboa.
- Tots els trasllats a Sao Vicente i Santo Antao necessaris per seguir el programa indicat en el Dia a Dia. En transport privat.
- Els dos viatges en ferry entre Sao Vicente i Santo Antao.
- El trajecte en barca a Tarrafal.
- Assegurança d'accidents a muntanya.
- Assegurança bàsica de viatge i trekking.



## Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.

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

### No Inclou

- Les taxes aèries, de carburants i d'emissió (269€ a 8/05/2024).
- La taxa d'entrada al país i la seva tramitació (cal pagar-lo en metàl·lic a l'arribada a Cabo Verde), uns 35€.
- Els àpats que no estan indicats com a inclosos.
- Les begudes dels dinars i els sopars (l'aigua, a Cabo Verde, sí que està inclosa).
- Les propines.
- Tot el no especificat en l'apartat "Inclou".

### Nivell

Bons camins ben perfilats, senzills, sense cap dificultat tècnica, tot i que a estones poden ser predregosos. Cal tenir hàbit i habilitat a l'hora de caminar per camins de muntanya. Alguns trams estan pavimentats amb llambordes. Desnivells mitjans diaris de +470m i -630m. Màxim desnivell de pujada un dels dies de +700m i de baixada un altre dia, de -900m. Horaris de topoguia entre 4h i 5h30, apart cal comptar els temps de les aturades. Veure més detalls en el 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 participant abans d'apuntar-se i durant l'activitat, ja que el vostre nivell físic i de salut s'ha d'adaptar bé al les necessitats dels itineraris previstos i anunciats. Alhora s'accepta que qualsevol possible rescat o assistència en un 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.

### Allotjaments

La primera nit, en hotel de 5 estrelles a Lisboa, en habitacions dobles amb bany.

La segona i la vuitena nits, en hotel a Mindelo (São Vicente), en habitacions dobles amb bany.

La tercera i quarta nits, en hostel a Tarrafal, en habitacions dobles amb bany.

La cinquena nit, en hotel a Porto Novo, en habitacions dobles amb bany.

La sisena i la setena nits, en hotel a Ponta do Sol, en habitacions dobles amb bany.



## **Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.**

---

Possibilitat d'habitació individual (consultar disponibilitat).

*Si voleu més informació sobre els allotjaments, no dubteu en consultar-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**

Inclores 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'inclogui 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.

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'inclogui 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".



## **Setmana Santa a Cabo Verde. Entre l'Àfrica i el Brasil: autèntica terra mestissa en el paradís perdut... Els millors camins de Santo Antao i Sao Vicente. Nit a Lisboa. 9 dies.**

---

### **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](mailto: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 ingrés d'una bestreta de 350 € per persona al compte corrent que us indicarem.

Fet l'ingrès, envieu un mail a [bonviure@bonviure.com](mailto: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-llei 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