

SEJOUR AU CAP VERT

Programme 2025



Jour 1 : Arrivée à São Vicente

Accueil à l'aéroport par votre guide, transfert vers notre hébergement à Mindelo. Installation dans une Pension au centre-ville. Temps libre à Mindelo. Possibilité également de profiter de la plage : baignade et détente. Dîner au restaurant Compris.

Jour 2 : Cap vers Tarrafal - Dénivelé : – 500m

Transfert matinal au port de Mindelo et traversées en ferry (environ 1 h) vers île Santo Antão. Transfert vers Tarrafal (petit village de pêcheurs et d'agriculteurs oublié du monde, lové dans une grande baie de sable noir où les plantations de canne-à-sucre descendent jusqu'à la plage) par une route offrant un panorama unique sur le sommet de l'île. Arrivée au village à pied depuis un petit col suivi d'une balade dans les cultures du vallon de Tarrafal où les habitants rivalisent d'ingéniosité pour construire leurs terrasses et irriguer leurs plantations. Installation pour 2 nuits dans un Residencial (petit hôtel). Pique-nique en cours de randonnée. Dîner compris.

Jour 3 : Tarrafal – Monte Trigo – Tarrafal - Dénivelé : + 400m –400m

Nous poursuivons notre randonnée côtière sous le sommet de l'île, volcan 1979 mètres d'altitude qui plonge dans l'océan, jusqu'à Monte Trigo, village de pêcheurs coupé du monde, uniquement accessible à pied ou en bateau. Déjeuner chez l'habitant. Baignade et retour en cabotage avec les pêcheurs (45mn) à Tarrafal pour une deuxième nuit.

Attention, ce retour en bateau pourra être annulé sans préavis en cas de mauvaise mer ou si votre accompagnateur juge que les conditions de sécurité ne sont pas réunies. Dîner compris.

Jour 4 : Tarrafal - Plateau de Norte - Ribeira das Patas - Dénivelé : +200 – 850m

Transfert vers le village de Bolona. Nous découvrons un paysage propre à cette partie ouest de l'île : le plateau d'altitude où trône le sommet. Lande minérale aux reliefs volcaniques battus par les vents et parsemés de maigres cultures et de quelques troupeaux de chèvres. Cette randonnée offre un panorama sur le reste de l'île jusqu'aux îles voisines et emprunte à la descente ce qui est certainement le plus bel ouvrage pavé du pays, le sentier de Ribeira de Norte. Pique-nique en cours de route. Dîner et nuit dans une pension.

Jour 5 : Ribeira das Patas - Alto Mira - Dénivelé : + 500m – 500m

Nous cheminons sur les contreforts sud de Santo Antão, paysages désertiques déchirés par le canyon de Ribeira das Patas, et prenons de l'altitude vers les crêtes dominées d'aiguilles basaltiques semblables à des titans. Le chemin serpente entre oasis de verdure et dykes, ces impressionnants murs de lave pouvant atteindre plusieurs mètres de haut. Descente dans la vallée agricole d'Alto Mira. Retour à l'hébergement de la veille après le déjeuner.

Jour 6 : Cratère de Cova- Vallée de Paúl - Dénivelé : + 100m – 700m

Transfert jusqu'au Cratère de Cova pour une très belle journée de marche dans une grande variété de paysages. Nous débutons par le cratère de Cova, aux crêtes acérées. De douces forêts d'eucalyptus, de pins et de mimosas en habillent les rebords, tandis que son cœur est tapissé d'une mosaïque de cultures. Descente à pied dans le cratère pour ensuite grimper sur le versant opposé dominant toute la vallée de Paul jusqu'à la mer. Il n'y a plus qu'à descendre vers la Ribeira do Paul. Visite d'une rhumerie.

Piquenique en cours de randonnée. Diner et nuit à Ponta do Sol.

Jour 7 : Sentier côtier: Cruzinha - Fontainhas - Ponta do Sol - Dénivelé : + 750m – 750m

Petit déjeuner suivi d'un transfert (1h) jusqu'à Cruzinha. Jolie randonnée côtière sur un impressionnant chemin taillé dans la montagne. Nous passons par les villages accrochés à la montagne qui répondent aux noms de Formiguinhas, Corvo et Fontainhas, village perché célèbre pour ses maisons colorées, avant de rejoindre Ponta do Sol. Déjeuner chez l'habitant en cours de route. Possibilité de prendre un transfert à Fontainhas pour ces qui ne peuvent pas continuer à pied. Diner compris.

Jour 8 : Vallée de Ribeira da Torre - Dénivelé + 500m – 500m

Vallée de Ribeira da Torre Départ depuis Paúl jusqu'à Ribeira da Torre, profonde vallée volcanique entourée de falaises et semée de pitons, où nous passons la journée à la découverte de la vie rurale et des cultures. Passage par la Ribeira de Vinha avec sa magnifique cascade de 150 mètres de hauteur et village de Lombo de Pico avec son neck volcanique spectaculaire. Le sentier passe et les canaux d'irrigation nous mènent jusqu'au village de Rabo Curto où les habitants nous accueillent pour le repas. Redescente à travers champs de canne à sucre et d'ignames. Transfert retour à Ponta do Sol. Diner compris.

Ou autre OPTION selon niveau

Ribeira da Torre - XôXô - Chã de Mato - Dénivelé : + 1000m

Court transfert (0h20) vers la vallée de Ribeira da Torre où nous commençons notre ascension à travers les cultures de canne à sucre et d'ignames pour rejoindre le hameau de Chã de Mato. Chemins pavés, cultures en terrasse, vue impressionnante sur la vallée de Ribeira Grande ponctuent notre journée. Transfert à Ponta do Sol en bus par la route de la Corda, ouvrage historique et spectaculaire qui déroule son pavage en d'improbables courbes, suspendues au relief déchiqueté de l'île. Piquenique en cours de randonnée. Diner compris.

Jour 9 : Les 3 Vallées - Dénivelé : +500m –500m

Randonnée dans les vallons de la large vallée de Ribeira Grande entourée de pitons et crêtes majestueux. Les chaumières, les terrasses cultivées (bananiers, canne à sucre, manioc et patates douces) et les canaux d'irrigation ponctuent notre marche. Déjeuner traditionnel (Catxupa) chez l'habitant. Transfert retour à l'hébergement. Diner au restaurant compris.

Jour 10 : Découverte de São Vicente

Retour à Porto Novo et bateau pour Mindelo. Après l'installation nous partons à la découverte du Monte Verde, le sommet de l'île de São Vicente. Vaste vue sur les côtes environnantes, la Baia das Gatas, la baie de Mindelo et autres sommets alentour. Retour à Mindelo. Après le déjeuner nous visitons la ville de Mindelo, le marché aux poissons, le marché aux fruits et légumes, les ruelles animées aux maisons coloniales. Possibilité également de profiter de la plage : baignade et détente. Diner au restaurant compris.

Jour 11 : Fin de votre voyage au Cap Vert. Transfert à l'aéroport. Repas libre. Bon voyage !

PS. Ce programme est donné à titre indicatif et pourra être modifié en fonction de la météo ou sur décision de notre guide local.