



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Valdagno

Gruppo Escursionistico "Gabriele e Paolo"



DA SABATO 25 APRILE A SABATO 2 MAGGIO 2020

TREKKING IN PORTOGALLO

(Alentejo e Algarve sulla "Rota Vicentina")

Trekking naturalistico sulle scogliere dell'Atlantico

PROGRAMMA DEFINITIVO

Introduzione

"**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, lunga 120 km, è quella denominata "Costa Alentejana" o "**Costa 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.

Vi sono vigneti, sughereti, vaste coltivazioni di patata dolce, arachidi, su terreni attraversati da un diffuso ed efficiente **sistema di irrigazione** composto da numerosi canali. La biodiversità di questa 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** e il falco pellegrino.

Il territorio presenta una **densità residenziale** tra le più basse d'Europa: 24 abitanti per km² (la media in Italia è di 200 per km²), tra una comunità di residenti cordiali e disponibili, un mix di ingredienti più che sufficienti per un trekking interessante, percorrendo una parte della "**Rota Vicentina**", un percorso a tappe che parte da **Santiago do Cacém, nell'Alentejo**, e arriva a **Cabo de São Vicente, nell'Algarve**.

Informazioni generali

- **Organizzazione trekking:** *Naturaliter Soc. Coop.* di Condofuri (RC) – www.naturaliterweb.it
- **Durata:** n. 8 giorni, n. 7 notti.
- **Soggiorno itinerante:** n. 3 notti a *Vila Nova de Milfontes*, n. 4 notti a *Odeceixe*.

Informazioni sul trekking

- **Percorsi:** sulla "Rota Vicentina" è presente una nutrita e mantenuta rete sentieristica di complessivi 350 km, con percorsi che si incrociano e diventano modulabili, distinguibili 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;
 - i "**percorsi circolari**".
- **Difficoltà:** Le escursioni 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. Sono comunque richiesti **sufficienti preparazione e allenamento** (la guida Naturaliter potrà escludere uno o più partecipanti dalle escursioni che riterrà più impegnative).
- **Tempi di percorrenza:** indicativi poiché riferiti ai tempi medi impiegati dai gruppi precedenti.

- **Ordine escursioni:** per motivi logistici e/o organizzativi la guida Naturaliter potrà eventualmente modificare l'ordine di svolgimento di una o più escursioni.
- **Bagaglio:** Il transfer delle valigie da una struttura all'altra è a carico dell'organizzazione, consentendo di camminare tutti i giorni senza zaino pesante in spalla.
- **Vitto:** Non è previsto un servizio di pranzi al sacco e bottiglie d'acqua durante le escursioni, ma ci si potrà servire presso i market dei villaggi.
- **Materiale indispensabile:** scarponcini da trekking, zaino solo per le escursioni (il bagaglio verrà trasportato dall'organizzazione), pronto soccorso personale, borraccia o bottiglia min. 1 l, giacca impermeabile e/o ombrello pieghevole.

1° GIORNO sabato 25 aprile

Arrivo a Lisbona

- Partenza **ore 03.30** da **Valdagno (Palazzetto dello Sport)** e transfer all'aeroporto di **Bergamo**.
- Volo **Bergamo – Lisbona** (*compagnia Ryanair*), partenza **ore 07.35**, arrivo **ore 09.30**.
- Incontro con la guida *Naturaliter* e la guida turistica portoghese all'aeroporto di **Lisbona**.
- Transfer al **Monastero dos Jerónimos** per visita guidata alla chiesa e al chiostro.
- Tempo libero per il pranzo.
- Transfer di circa ore 2.15 a **Vila Nova de Milfontes (Alentejo)**. Sistemazione in hotel.
- Cena e pernottamento a **Vila Nova de Milfontes**.

2° GIORNO domenica 26 aprile

Il "percorso dei pescatori"

- Prima colazione, abbigliamento da trekking.
- Transfer di ore 0.20 da Vila Nova de Milfontes a **Praia do Malhão**.
- **Trekking: da Praia do Malhão a Porto Covo.**

Peculiarità del percorso: la diversità delle spiagge si trova proprio su questa sezione della **Rota Vicentina**. Spiagge come **Aivados**, con i 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 (chiamate localmente "palheirões") che si incontrano 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 in orizzontale** e quindi sono le specie più adatte a queste **condizioni difficili**. Alcune di queste specie vegetali sono endemiche e non si trovano in nessun'altra parte del mondo.

Scheda tecnica: lunghezza **12,5 km**, dislivello in salita **150 m**, dislivello in discesa **110 m**, quota massima **51 m**, quota minima **0 m**, durata **ore 4.30** soste escluse.

- A fine escursione visita di **Porto Covo**, grazioso villaggio sulla costa.
- Transfer di ore 0.30 da Porto Covo a **Vila Nova de Milfontes**.
- Cena e pernottamento a **Vila Nova de Milfontes**.

3° GIORNO lunedì 27 aprile

Il "percorso dei pescatori"

- Prima colazione, abbigliamento da trekking.
- Transfer di 14 km da Vila Nova de Milfontes ad **Almograve**.
- **Trekking: da Almograve alla Baia Furnas.**

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 (che si nutrono di invertebrati tra cui vermi, crostacei e molluschi) 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 pianta di **piantaggine** (*plantago alomr avensis*) e i vasti campi agricoli che si estendono fin quasi al 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; si attraversano due ponticelli in legno e, superata una casa disabitata dopo un altro ponticello, si prosegue lungo la spiaggia di **Brejo Largo** con un susseguirsi di piccole insenature fino a **Foz dos Ouricos**, quando il percorso si dirige verso l'interno fino al villaggio di **Almograve**.

Scheda tecnica: lunghezza **11 km**, dislivello in salita **88 m**, dislivello in discesa **116 m**, quota massima **53 m**, quota minima **0 m**, durata **ore 5.00** soste escluse.

- A fine escursione transfer **in barca** dalla Baia Furnas a **Vila Nova de Milfontes** (ore 0.10).
- Cena e pernottamento a **Vila Nova de Milfontes**.

4° GIORNO martedì 28 aprile

Il "percorso dei pescatori"

- Preparazione dei bagagli. Prima colazione, abbigliamento da trekking.
- Transfer di 14 km da Vila Nova de Milfontes ad **Almogrove**.
- **Trekking: da Almogrove a Entrada do Barca.**

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 di arenaria i **cambiamenti climatici** succedutisi nel tempo, quando il mare si trovava ritirato di almeno 100 m 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 di ossido di ferro.

Scheda tecnica: lunghezza **18 km**, dislivello in salita **203 m**, dislivello in discesa **193 m**, quota massima **203 m**, quota minima **193 m**, durata **ore 7.00** soste escluse).

- A fine escursione transfer di ore 0.30 ad **Odeceixe**.
- Cena e pernottamento a **Odeceixe**.

5° GIORNO mercoledì 29 aprile

Il "percorso dei pescatori"

- Prima colazione, abbigliamento da trekking.
- Partenza **a piedi** da **Odeceixe**.
- **Trekking: da Odeceixe a Zambujeria do Mar.**

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, ecc.).

Scheda tecnica: lunghezza **18 km**, dislivello in salita **263 m**, dislivello in discesa **283 m**, quota massima **283 m**, quota minima **263 m**, durata **ore 6.30** soste escluse.

- A fine escursione transfer di ore 0.20 a **Odeceixe**.
- Cena e pernottamento a **Odeceixe**.

6° GIORNO giovedì 30 aprile

Il "percorso dei pescatori"

- Prima colazione, abbigliamento da trekking.
- Transfer di ore 1.20 da Odeceixe a **Carrapateira**.
- Visita al **Museo del mare e della terra**.
- **Trekking: anello di Carrapateira.**

Peculiarità del percorso: questo percorso circolare parte dal villaggio di **Carrapateira** e, dopo 1 km 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.

Scheda tecnica: lunghezza 5 km circa, durata ore 3.00 circa soste comprese.

- Dopo l'escursione ad anello breve sosta al villaggio di **Carrapateira**.
- Transfer di ore 0.30 a **Cabo de S. Vicente** (estrema punta sud-ovest del continente europeo).
- Sosta per **visita turistica**.
- Transfer di ore 1.40 per rientro a **Odeceixe**.
- Cena e pernottamento a **Odeceixe**.

7° GIORNO venerdì 1° maggio

Il "percorso storico" e il "percorso dei pescatori"

- Prima colazione, abbigliamento da trekking.
- Partenza **a piedi** da **Odeceixe**.
- **Trekking: anello di Odeceixe.**

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; 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, ecc.). La vegetazione protegge le dune dall'assalto del vento, impedendo 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.

Scheda tecnica: lunghezza **10 km**, dislivello in salita **104 m**, dislivello in discesa **17 m**, quota massima **93 m**, quota minima **2 m**, durata **ore 3.00** soste escluse.

- Dalla Praia di Odeceixe transfer di ore 0.20 ad **Alyezur**, per visita al **Museo archeologico**, alla **Chiesa Madre**, e passeggiata al **Castello**.
- Successivamente, seguirà transfer di ore 0.20 per il rientro a **Odeceixe**.
- Cena e pernottamento a **Odeceixe**.

8° GIORNO sabato 2 maggio

Visita di Lisbona e... partenza

- Preparazione dei bagagli. Prima colazione, abbigliamento turistico.
- Transfer di ore 3.00 dall'Alentejo a **Lisbona**, con sosta lungo il percorso.
- Sosta pranzo e **visita guidata** alla città di **Lisbona** fino alle **ore 17.30**.
- Transfer all'aeroporto di **Lisbona** per la partenza del volo di ritorno.
- Volo **Lisbona – Bologna** (*compagnia Ryanair*), partenza **ore 20.10**, arrivo **ore 23.55**.
- Transfer a **Valdarno**, arrivo previsto **ore 03.00 circa** (del giorno dopo, domenica 3 maggio).

Quota di partecipazione

- La quota di partecipazione individuale **riservata ai soci CAI** è fissata in **€ 1.250,00** salvo adeguamento carburante e tasse aeroportuali.

La quota individuale comprende

- Transfer per aeroporto di **Bergamo (andata)** e da aeroporto di **Bologna (ritorno)**;
- Voli Bergamo – Lisbona (andata) e Lisbona – Bologna (ritorno), compresi bagagli come indicato alla voce "Limiti bagagli volo aereo";
- Transfer in Portogallo come da programma;
- Alloggio: n. 7 notti in camere doppie, con trattamento di mezza pensione (colazione e cena);
- Vitto: n. 7 prime colazioni e n. 7 cene con menu fisso (solo acqua e vino della casa);
- Guida Naturaliter per tutta la durata del trekking;
- Guida turistica portoghese in lingua italiana solo a Lisbona;
- Assicurazioni CAI.

La quota NON comprende

- Pranzi 1° e 8° giorno;
- Pranzi al sacco durante il trekking (ci si potrà servire presso i market dei villaggi);
- Camera singola (solo se disponibile) con supplemento di € 15,00 a persona a notte;
- Biglietti di ingresso a musei, monumenti, chiese, ecc;
- Consumazioni personali extra;
- Assicurazioni di qualsiasi tipo, eccetto quelle CAI;
- Tutto quanto non espressamente citato alla voce "La quota individuale comprende".

Limite partecipanti

- Massimo **n° 20 partecipanti**, limite imposto dall'ente gestore della "Rota Vicentina".

Iscrizioni

- Inizio iscrizioni **mercoledì 8 gennaio 2020 ore 20.45** in Sede CAI con serata di presentazione (**apertura Sede CAI ore 20.30 e inizio distribuzione numeri in ordine d'arrivo**).
- Eventuali iscrizioni successive presso la sede CAI **solo il giovedì** negli orari di apertura, fino al raggiungimento del n. massimo di 20 partecipanti.
- Presentare fotocopia **documento d'identità valido per espatrio in corso di validità** (di persona o inviata via e-mail ai direttori di escursione, vedi indirizzi e-mail indicati in calce).

Pagamenti

- Caparra: **€ 800,00** a conferma iscrizione (*contanti o bonifico*);
- Saldo: **€ 450,00** entro **giovedì 19 marzo 2020** (*solo con bonifico*);

- **Bonifico** in c/c intestato al Club Alpino Italiano – Sezione di Valdagno presso la Cassa Rurale e Artigiana di Brendola, filiale di Valdagno;
- **Codice IBAN: IT|53|S|08399|60820|000000251626;**
- **Causale:** cognome e nome, acconto/saldo trekking Portogallo per n. ... persone;
- Presentare **ricevute contabili dei bonifici** (di persona o inviate via e-mail ai direttori di escursione agli indirizzi e-mail indicati in calce).

Limiti bagagli volo aereo

- Bagaglio in stiva: **n. 1 “bagaglio grande”**, peso max **20 kg**, dimensioni max **119x119x81 cm** (da registrare e imbarcare al banco del check-in);
- Bagagli in cabina: **n. 1 “bagaglio piccolo”**, peso max **10 kg**, dimensioni max **55x40x20 cm** (da posizionare sulle cappelliere);
n. 1 “borsa piccola”, dimensioni max **40x20x25 cm** (da posizionare sotto alla poltrona davanti e non sulle cappelliere).

Nota Bene

- Il trekking verrà effettuato con un **numero minimo di 15 partecipanti**. In caso di non raggiungimento del numero minimo la caparra verrà rimborsata.
- Il partecipante deve essere munito di **documento d’identità valido per l’espatrio in corso di validità**.
- Il partecipante deve essere in regola col **tesseramento CAI 2020** per motivi assicurativi (rinnovo entro il 31/03/2020).

Valdagno, 23/12/2019



I DIRETTORI DI ESCURSIONE

Laura Montagna

cell: 348/0134775

e-mail: montagna.laura.caterina@gmail.com

Giorgio Romio – ANE

cell: 349/1605263

e-mail: giorgio.romio@libero.it