



Federazione
Italiana
Escursionismo

GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO
Associazione Affiliata F.I.E.

Il gruppo El Capel organizza un trekking in Portogallo La Rota Vicentina - Sentiero dei pescatori Dal 17 al 24 Maggio 2024

IL percorso si sviluppa principalmente su spiagge e scogliere affacciate sull' oceano Atlantico

17/5 Verona Parona sede El Capel 5.30 Bergamo Orio al Serio 7.00 Bus Privato Scopa euro 50,50
andata e ritorno

17/5 Bergamo Orio al Serio 9.05 Lisbona aereo porto 11.00 Aereo Bagaglio in stiva max. 20kg.

17/5 Aereo Porto Lisbona 12.00 Porto Covo 14.30 (Bus privato euro 140 persona il trasporto consiste da Lisbona aereo porto – Porto Covo : Il ritorno 22 magg. da Odeceixe a Lisbona Hotel Rossio In : il giorno 24 magg. Dall' Hotel Rossio In all' aereo porto di Lisbona). Purtroppo non è stato possibile prenotare il bus di linea da Lisbona a Porto Covo e il ritorno da Odeceixe a Lisbona

Pernottamento: Hotel Casa de Porto Covo euro 44,00 con prima colazione. in varie strutture vicine.

18/5 Porto Covo Vila Nova de Milfontes Km. 18,6 su m.180 giù m.180

Trasporto Bagagli a cura di "Vicentina Tranfer Bagagli" Euro 20 x 4 giorni per bagaglio Max 15 Kg.

Si lascia **Porto Covo** per entrare nella costa dell'Alentejo, il cammino si svolge tra piccole spiagge e lungo il profilo di costa a 10 - 20 metri di altezza . Quando si raggiunge la praia da ilha "spiaggia dell'isola" lunga quasi un km, si può scorgere al largo l'ilha do Pessegueiro " isola della Pesca". A pochi passi troviamo il forte Do Pessegueiro , un bel posto panoramico, si prosegue su un bassopiano dove il sentiero si discosta un po' dalla costa, la quale in tempi recenti ha avuto numerose frane, su un pinnacolo si può scorgere un nido di cicogne bianche. Più avanti la costa si abbassa per sfiorare l'oceano, dove incontriamo un porticciolo " porto de pesca", proseguendo dopo un breve tratto asfaltato si cammina su sentiero che conduce al Paese di Vila Nova De Milfontes.



Pernottamento "Duna Parque Beach" Euro 26,6 solo Pernotto

19/5 Vila Nova de Milfontes Almograve
Km. 11,3 su m.160 m.155

Partendo da Vila Nova De Milfontes , passando sotto il Forte Sao Vincente, si prende un traghetto che attraversa il rio Mira, questo per evitare un lungo giro su strade asfaltate e trafficate. Scesi dall'imbarcazione, si sale sul colle sovrastante andando verso la costa che si snoda con scogliere scure orlate da piccole spiagge ghiaiose e altre più lunghe e sabbiose. Ora il percorso segue dei campi coltivati, poi si inoltra in un fitto bosco di acacie, è una zona paludosa, dei ponticelli ci aiutano ad attraversarla. Oltrepassata questa zona si incontrano le Dune di Almograve e sotto si stende la



ALMOGRAVE. Impressionanti falesie dai sorprendenti colori.

bella "praia De Brejo Largo". Giunti all' estuario di un piccolo fiume, si segue il sentiero verso l'interno e poco dopo si arriva al paese di Almograve.

Pernottamento Hi Almograve Pausada de de Juventus (ostello) Euro 15,00 solo Pernotto



Federazione
Italiana
Escursionismo

GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO
Associazione Affiliata F.I.E.

20/5 **Almogrove** **Zambujera Do Mar** Km. 21,7 su m.310 giù m.300

Dal centro di **Almogrove** si scende al piccolo fiume seguendo il quale si arriva alla costa, il sentiero, sabbioso, comincia a salire gradatamente vicino ad una scogliera, che si fa sempre più scoscesa, per raggiungere la sommità di una collinetta di 80 metri. Ora si scende leggermente attraversando un bosco di acacie, pini ed eucalipti, fino a raggiungere **Cabo Sardao**, una potente bastionata di rocce e anfratti che ci fa deviare per raggiungere il paese di **Cavaleiro**. Si ritorna a ritroso verso l'oceano, per poi proseguire lungo la costa. Dopo 7 km. si arriva in un largo piazzale, dove su una falesia c'è un nido di cicogne. Si scende ora ad un piccolo porticciolo "**porto da Barcas**" utilizzando una scalinata di legno. Gli ultimi km. si percorrono a margine di una strada asfaltata, al fianco della quale ci sono numerose coltivazioni in serra, si arriva così a **Zambujeira Do Mar**.



CABO SARDÃO. Un luogo magico: gabbiani, vento, rocce e oceano senza fine.

Pernottamento **Sunset Beach House** e. Euro 36,60 varie strutture vicine Solo Pernotto

21/5 **Zambujera Do Mar - Odeceixe** Km. 18,2 su m.455 giù 435

Da **Zambujeira** si scende alla spiaggia sottostante per poi risalire sul tavolato costiero, camminando tra arbusti alternati da eucalipti e acacie. In questa tappa sarà una costante la discesa e la conseguente risalita, tanto da superare un dislivello di oltre 450m. Nella successiva discesa troviamo una spiaggia con un bar "**praia . carvalho**" e più avanti si passa davanti ad un recinto con Lama e struzzi. Più avanti si trova una zona particolarmente umida, ci sono torrentelli da attraversare, a volte su ponticelli altre volte su pietroni e alcune volte su fango. Poco dopo si aggira in una zona privata, è stata la residenza di **Amàlia Rodrigues** famosa cantante Portoghese. Si rientra sulla sponda dell'oceano scendendo a fianco di un torrentello, si cammina ora in piano tra falesie frastagliate raggiungendo **Azenha do Mar**, piccolo borgo con bar. Seguendo sempre la costa si arriva ad un bel punto panoramico, con la **bella spiaggia di Odeceixe** ed il grande solco del fiume **Seixe**, che sfocia nell'oceano. Si segue ora verso l'interno il corso del fiume fino arrivare ad **Odeceixe**.



PRAIA DE ODECEIXE. Una delle più belle spiagge del Portogallo.

Pernottamento: **Sul Seixe Guest House** Euro 35,72 solo pernotto

22/5 **Odeceixe** 9.50 **Hotel Rossio IN** Lisbona 12.00 **Bus privato**

Arrivati a Lisbona si lasciano le valige all'hotel, poi prima di cena, escursione nei dintorni.

23/5 **Lisbona** : **Capitale del Portogallo** ricca di bellezze, tra le quali : **La torre di Belem, il monastero di Jeronimos, il castello di San Giorgio, L'Alfama, la Baixa** che con l' **elevator de S. Giusta** collega la soprastante piazzetta **lago di Como**. Noi la visiteremo il Mattino con una visita guidata di 3 ore, nel pomeriggio potremo visitare qualche altro punto della città che la guida ci indicherà.

Pernottamento : **Hotel Rossio In** Lisbona

24/5 **Hotel Rossio In -** Lisbona **Aereo Porto** **Bus Privato**

24/5 **Lisbona aereo porto** 11.25 **Bergamo Orio al Serio** 15.10 **Aereo**

24/5 **Bergamo aereo porto** **Verona Parona** **bus privato ditta Scopa**



Federazione
Italiana
Escursionismo

GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO
Associazione Affiliata F.I.E.

Gli organizzatori : Bertani Flavio Tel. 3807895556

e.mail flavio.bertani@gmail.com

Sommacampagna Claudia 3386416286

e.mail claudiamaggi353@gmail.com

Per i non soci e richiesta una quota di 16 euro per l'assicurazione.

Materiale per l'escursionistica : scarponi ,bastoncini(consigliati), cerotti per vesciche, creme per eventuali slogature, trolley per scarpe ciabatte e vestiti eccedenti il cammino.

All'atto dell'iscrizione i partecipanti si impegnano a rispettare il regolamento gite del gruppo El Capel

