



LE SPÉCIALISTE DE LA RANDONNÉE EN LIBERTÉ

LE PORTUGAL L'Algarve, terre de soleil



A L'extrême Sud du Portugal Continental, l'Algarve est un territoire aux températures idylliques : en hiver, le thermomètre descend rarement au-dessous de 12 °C et aux mois de juillet et août, il atteint souvent les 28 ou 30°C.

Toute la zone côtière est une vaste étendue de plages fabuleuses entre les rochers sablonneux sculptés par l'érosion.

D'Odeceixe, premier village de l'Algarve après la région de l'Alentejo, à Sagres, « la pointe de l'Europe », le séjour que nous vous proposons permet d'explorer à la fois la côte et l'intérieur des terres d'une région encore épargnée par le tourisme de masse.



8 jours, 7 nuits et 6 jours de marche.

JOUR 1 : ZAMBUJEIRA DO MAR

Accueil et installation à votre premier hébergement.

Vous pourrez récupérer vos documents de voyage à l'accueil.

JOUR 2 : ZAMBUJEIRA – ODECEIXE :

18,5 km 6h de marche D+ 300m / D-300m

Le long de la côte, il est intéressant de regarder les falaises : remarquez les formations géologiques et la manière dont les couches sédimentaires se sont pliées au fil du temps ! Sur ce tronçon, vous pourrez également trouver de nombreux signes de présence de mammifères vivant dans les dunes, et vous pourrez observer des cigognes blanches nichant dans les falaises.

OBSERVATIONS : vous suivrez le chemin des pêcheurs de la Rota Vicentina dont le balisage est vert et bleu.

JOUR 3 : ODECEIXE – ALJEZUR : 19,5 km

19,5 km 6h de marche D+ 200m / D-200m

Vous empruntez les petites rues du village d'Odeceixe, direction le moulin. Vous marchez à travers les paysages campagnards et sauvages de l'Algarve puis traversez le petit village de Rogil avant d'arriver au village maure : Aljezur. Profitez-en pour explorer le quartier historique, près du château.

OBSERVATIONS : vous suivrez le chemin historique de la Rota Vicentina dont le balisage est rouge et blanc.

Vous pouvez emprunter le Chemin Historique ou le Chemin des pêcheurs.



JOUR 4 : ALJEZUR – ARRIFANA BEACH :

12km (chemin historique)

D+ 250m / D-200m

Deux choix s'offrent à vous : une option courte ou une option plus longue. L'option longue passe par une vallée, près de la rivière Amoreira ; l'option courte emprunte un chemin direct par l'intérieur des terres jusqu'à Arrifana Beach.

OBSERVATIONS : vous suivrez soit le chemin historique de la Rota Vicentina dont le balisage est rouge et blanc ou vous combinerez les deux chemins avec aussi le chemin des pêcheurs.

JOUR 5 : ARRIFANA BEACH – CARRAPATEIRA :

24 km 7h de marche D+ 500m / D- 550m

Vous suivez les bords de falaises de Canal Beach avant d'entamer un chemin ondulant à l'intérieur des terres en direction de Bordeira Village et du petit village côtier de Carrapateira. Carrapateira est devenu un endroit incontournable de la randonnée proche de l'océan avec 4 circuits en boucles. Si vous souhaitez passer une journée de plus dans la région c'est une bonne étape.

OBSERVATIONS : vous suivrez le chemin historique de la Rota Vicentina dont le balisage est rouge et blanc.

JOUR 6 : CARRAPATEIRA – VILA DO BISPO : 22 km

16 km 5h de marche D+ 500m / D- 420m

Une véritable mosaïque d'habitats se présente tout le long de la journée : rochers, coteaux, ruisseaux, plaines, vallées...

OBSERVATIONS : vous suivrez le chemin historique de la Rota Vicentina dont le balisage est rouge et blanc.

JOUR 7 : VILA DO BISPO – SAGRES (via le Cap Saint Vincent)

14 km 4h de marche D+ 100m / D- 120m

Cette dernière journée de randonnée vous conduit dans la partie la plus au Sud-Ouest de l'Europe. Un lieu spécial non seulement à cause de sa position géographique mais aussi parce qu'il fut un lieu d'inspiration pour le développement des techniques nautiques durant les grandes découvertes maritimes portugaises. Le Cap Saint Vincent est aussi un lieu d'observation de nombreuses races d'oiseaux.



OBSERVATIONS : vous suivrez le chemin historique de la Rota Vicentina dont le balisage est rouge et blanc et le chemin des pêcheurs jusqu'au Cap Saint Vincent. Attention car les 6 derniers kilomètres ne sont pas balisés mais il est facile de se repérer car vous longez la falaise jusqu'au village de Sagres.

JOUR 8 : SAGRES

Fin du séjour après votre petit déjeuner.



- Des températures élevées
- Du soleil toute l'année
- Des paysages côtiers sublimes

> DATES

A partir de 2 participants.

Départ possible toute l'année **(sauf juillet et aout)**.

Un départ est possible pour les trois premières semaines de Juin et la deuxième quinzaine de septembre. **Nous consulter pour les tarifs.**

> LE PRIX COMPREND


- L'hébergement en hôtel et chambre d'hôte en formule nuit + petit déjeuner.
- Le transfert des bagages.
- Le carnet de route que vous allez récupérer au premier hébergement.

> LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances.
- Les pique-niques du midi.
- Les dîners.
- Les boissons et dépenses personnelles, les pourboires, les vivres de course.
- L'avion et les transferts pour vous rendre à Zambujeira do Mar.
- Les prestations supplémentaires.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "le prix comprend".
- Les frais d'inscription et les frais d'envoi à l'étranger.



> NIVEAU

 En moyenne : marche de 4 à 7 heures par jour sur chemin, piste, sentier ou parcours vallonné.

IMPORTANT : Selon la météo, votre forme ou vos envies, et grâce au topo guide, ainsi qu'aux conseils de la personne qui vous accueillera, aménagez votre séjour à votre guise. Les courses en taxi ne sont pas chères et cela peut vous permettre de découvrir en plus quelques petites boucles proposées dans le topo qui vous sera donné.

> ACCES

*ALLER :

- En bus : de Lisbonne, vous avez la possibilité de prendre un bus (Rede Expressos) direct pour Zambujeira do Mar.

Nous consulter pour un taxi .

*RETOUR :

En bus et train :

- Bus direct pour Lisbonne avec la compagnie (Rede Expressos)

> HEBERGEMENTS

Chambres d'hôtes confortables, auberges de jeunesse et petits hôtels dans les villages (chambre double).

Les hébergements sont choisis pour leur confort, leur taille humaine et la qualité de l'accueil.

> RESTAURATION

Le petit déjeuner (type continental) est servi par vos hôtes.

Les pique-niques de midi ainsi que les dîners sont à votre charge, vous trouverez de nombreuses petites épiceries pour vous ravitailler.



> TRANSPORT DES BAGAGES

- Pas de transferts prévus au cours de cette randonnée.
- Vous retrouvez vos bagages le soir à chaque hébergement.
- Une assistance logistique est prévue par notre représentant sur place : si vous rencontrez des difficultés sur le parcours, il peut intervenir à tout moment.

> FORMALITES

- **Pour les ressortissants de l'Union européenne et de la Suisse** : carte d'identité ou passeport valide.

Vous voyagez avec des enfants :

Les enfants sont soumis aux mêmes obligations que les adultes, décrites ci-dessus. A noter : les inscriptions de mineurs sur les passeports des parents sont désormais impossibles, les mineurs doivent être titulaires d'un passeport individuel ou d'une carte d'identité individuelle. La possession de ce document, en cours de validité, est suffisante pour permettre au mineur de sortir du territoire français.

- *S'il est accompagné d'une personne titulaire de l'autorité parentale*, le mineur peut quitter le territoire français avec sa carte nationale d'identité. Dans ce cas, les autorités douanières peuvent exiger un document prouvant que l'accompagnant est bien le parent (livret de famille ou acte de naissance par exemple). L'enfant devra sinon être titulaire d'un passeport individuel en cours de validité.

- *S'il voyage seul ou avec un tiers*, le mineur devra présenter, en plus de sa carte d'identité en cours de validité, une attestation de sortie du territoire français, délivrée à la demande du titulaire de l'autorité parentale par le maire de la commune de résidence ; ou être titulaire d'un passeport individuel en cours de validité.

- **Pour les autres nationalités**, veuillez-vous renseigner auprès des autorités consulaires portugaises dans votre pays.



Vaccins

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Vaccin contre l'hépatite : à recommander.

Dentiste et médecin

Nous vous recommandons d'effectuer une visite de contrôle avant votre départ.

Carte européenne d'assurance maladie (CEAM)

Au cours de votre séjour en Europe, la carte européenne d'assurance maladie vous permet de bénéficier, si nécessaire, d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation en vigueur. Nominative et individuelle, elle est valable un an.

Pour en faire la demande, remplissez le formulaire prévu à cet effet. Attention ! un formulaire doit être rempli pour chaque membre de votre famille, y compris les enfants de moins de 16 ans. Vous recevrez votre carte, par courrier, sous 15 jours. Pour obtenir la carte, consulter le site internet www.ameli.fr ou prendre directement contact avec votre caisse d'assurance maladie.

› LISTE DES AFFAIRES À EMPORTER

Un petit sac à dos pour le pique-nique et les affaires de la journée.

Une petite pharmacie individuelle (sparadrap, double peau, éosine, alcool...).

Une paire de chaussures de marche « moyenne montagne » (attention aux chaussures neuves).

Lunettes, crème et chapeau pour le soleil.

Des vêtements de pluie.

Des chaussures légères pour le soir.

Une gourde : il est important de boire 1,5L à 2L d'eau par jour.

Un couteau.

Une lampe de poche (pas indispensable).

Une paire de jumelle (facultatif).

Mouchoirs en papier.

Une aiguille, un petit peu de fil et une ou deux épingles de sûreté.

FICHE TECHNIQUE PLUS DETAILLÉE AU MOMENT DE L'INSCRIPTION.

LA PELERINE Randonnées et Voyages à pied

32 Place Limozin 43170 SAUGUES

Tél : +33 (0)4 71 74 47 40 | contact@lapelerine.com | www.lapelerine.com

