



NATURALITER
TREKKING ED OSPITALITÀ MEDITERRANEA

Un profumo inatteso

a SW del Portogallo: **Alentejo ed Algarve** Ruta Vicentina

trekking naturalistico sulle scogliere dell'Atlantico

Os fruttos: " *Assim eu queria o poema: fremente de luz, áspero de terra, ramosoro de águas e de vento* " –

I Frutti: " *Così io vorrei la poesia: fremente di luce, aspra di terra, rumoreggiante di acque e di vento* " . (Eugénio de Andrade, poeta -1923 Póvoa da Atalaia - 13 giugno 2005 Oporto)

Arrivo e partenza: Lisbona

introduzione: non ci troviamo di certo nel Mediterraneo (meta da sempre preferita da noi Naturaliter), ma si cammina lungo la costa con "vista mare", un aspetto per noi importante che ha catturato da subito il nostro interesse. La biodiversità è la peculiarità di quest'Area Protetta, per la presenza di numerose piante endemiche (p.es. lo *Stauracanthus spectabilis vicentinus*), nonché numerose specie faunistiche (p.es. la Cicogna Bianca). Si percorrono sentieri che si affacciano su alte e spettacolari scogliere, che giungono su immense spiagge dorate solcate da ampi fiumi, che lambiscono campi coltivati e villaggi tipici rurali. Le camminate non presentano particolari difficoltà se non nella lunghezza dei percorsi (dai 15 ai 20 km al giorno), e in alcuni tratti il dover camminare sulla sabbia che il vento atlantico spazza sulle alte scogliere. Si soggiorna in gradevoli e accoglienti villaggi dalle case basse e colorate (qui non esiste la speculazione edilizia !). Ci troviamo in un territorio che presenta una densità residenziale tra le più basse d'Europa: 24 abitanti per kmq (la media in Italia è di 200 per kmq), tra una Comunità cordiale e disponibile. Questi, e non soltanto questi, hanno rappresentato per noi il mix ideale a far sì che la Ruta Vicentina divenisse a pieno titolo una meta Naturaliter.

presentazione: " 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 è quella denominata costa alentejana (120 km) o "vicentina" da "Cabo de São Vicente" (punta estrema del Continente europeo). A Nord, nella punta settentrionale 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. Vigneti, sughereti, vaste coltivazioni di patata dolce; i terreni sono attraversati da un diffuso ed efficiente sistema composto da numerosi canali d'irrigazione. E' presente una nutrita e varia rete sentieristica, distinta tra: "il percorso dei pescatori" che scorre lungo la costa con affacci mozzafiato sulle scogliere dell'Atlantico e giunge nei piccoli porti; e "il percorso storico" che attraversa i campi coltivati dell'interno e i piccoli villaggi, per essere a contatto con l'attività rurale alentejana. Ambedue i percorsi a volte si incrociano e sono modulabili, in totale 350 km di sentieri.

Il Bagaglio: a carico dell'organizzazione il transfer delle valigie da una struttura all'altra, consentendo di camminare tutti i giorni senza zaino pesante in spalla.

Il Soggiorno: semi-itinerante, 2 notti presso Hotel a Vila Nova de Milfontes; 4 notti in albergo ad Odeceixe.

NATURALITER Soc. Coop.

via Amendolea

89030 Condofuri (RC)

P.IVA 01555100807

capitale sociale i.v. Euro 6.000,00

Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria

n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it





Un profumo inatteso

Il Vitto: le cene saranno consumate con menu fissi. Non è previsto un servizio di pranzi al sacco e bottiglie d'acqua durante le camminate (ci si potrà servire c/o i market dei villaggi).

Programma 2018 – sabato 06/ sabato 13 OTTOBRE

Note: *l'indicazione di arrivo e partenza di alcune camminate potrà essere invertito.*

1°G.sa.06/10. itinerario: Arrivo a Lisbona h16:10 (FlyTap da Venezia). Trasferimento all'Hotel Dom Alfonso Henriques. Cena in albergo – serata libera -

2°G.do.07/10. Colazione in albergo – appuntamento ore 9,00 -con Guida per visita alla città in bus – pranzo libero - Alle ore 16:00 transfer di 2h 15' circa, dalla città di Lisbona a Vila Nova de Milfontes (Alentjo). Sistemazione in Hotel al centro città. Cena in ristorante. **Pernottamento a Vila Nova de Milfontes.**

3°G.lu.08/10 Itinerario trekking – traversata: "percorso dei pescatori": **Praia do Malhao/Porto Covo. (SCHEDE TECNICHE: km 12,500 – dislivello in salita: 150 m.- dislivello in discesa: 110 m. - max/min altitudine: 51/01 m. - tempi: 4,30' h) Peculiarità del percorso:** la diversità delle spiagge si trova proprio su questa sezione della Rota Vicentina. Spiagge come Aivados, coi 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 (chiamato localmente "palheirões") che si incontra 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 orizzontale, e quindi più adatte a queste condizioni difficili. Alcune di queste specie vegetali sono endemiche, e non si trovano in nessuna altra parte del mondo. **Programma del giorno:** Breakfast. Transfer di 20' da Vila Nova de Milfontes a Praia do Malhão. Trekking da Praia do Malhão a Porto Covo. Visita di Porto Covo, grazioso villaggio sulla costa. Transfer di 30' da Porto Covo a Vila Nova de Milfontes. **Cena e pernottamento a Vila Nova de Milfontes.**

4°G.ma.09/10 Itinerario trekking – traversata: "percorso dei pescatori": **Almograve/ Vila Nova de Milfontes – (SCHEDE TECNICHE: km 11 – dislivello in salita: 88 m.- dislivello in discesa: 116 m. - max/min altitudine: 53/0 m. – tempi di effettivo cammino: 3h 45')** **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 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 Plantago Alomravensis e il vasti campi agricoli che si estendono fino a quasi il 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. **Programma del giorno:** Breakfast. Transfer di 14 km da Vila Nova de Milfontes ad Almograve. Trekking da Almograve alla baia Furnas. Transfer in barca (tempi 8') dalla Baia Furnas a Vila Nova de Milfontes. Transfer da Vila Nova ad Odeceixe. **Cena e pernottamento ad Odeceixe.**

NATURALITER Soc. Coop.

via Amendolea

89030 Condofuri (RC)

P.IVA 01555100807

capitale sociale i.v. Euro 6.000,00

Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria

n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it





NATURALITER
TREKKING ED OSPITALITÀ MEDITERRANEA

Un profumo inatteso

5°G.me.10/10 Itinerario trekking – traversata: "percorso dei pescatori": **Almogrove / "Entrata do barca (Zambueria do Mar) (SCHEDE TECNICHE: km 18,700 – dislivello in salita: 203 m.- dislivello in discesa: 193 m. - max/min altitudine: 203/193 m. – tempi di effettivo cammino: 5h 20')**. **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 d'arenaria i cambiamenti climatici succedutesi nel tempo, quando il mare si trovava ritirato di almeno 100 mt 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 d'ossido di ferro. **Programma del giorno:** Breakfast. Seguirà transfer da Odeceixe ad Almogrove. A fine camminata, transfer di circa 30' da "Entrata do barca" ad Odeceixe. **Cena e pernottamento ad Odeceixe.**

6°G.gi.11/10 Itinerario trekking – traversata: "percorso dei pescatori": **Odeceixe/ Zambueria do Mar (SCHEDE TECNICHE: km 19 – dislivello in salita: 263 m.- dislivello in discesa: 283 m. - max/min altitudine: 263/283 m. – tempi di effettivo cammino: 5h 30')**. **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, etc.). **Programma del giorno:** Breakfast. Partenza a piedi da Odeceixe. Da Zambueria do Mar transfer di 20 km a Odeceixe. **Cena e pernottamento ad Odeceixe.**

7°G.ve.12/10 Itinerario trekking - anello: "percorso dei pescatori": **anello di Carrapateira (SCHEDE TECNICHE: km 5 circa- tempi: 3h circa soste comprese)**. **Peculiarità del percorso:** questo percorso circolare parte dal villaggio di Carrapateira e, dopo 1km 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. **Programma del giorno:** Breakfast. Transfer di 60 km da Odeceixe a Carrapateira. Dopo la camminata ad anello, sosta breve al Villaggio. Seguirà il transfer di 30 km a Cabo de S. Vincente (punta estrema sud/ovest del Continente europeo). Sosta per visita turistica. Seguirà transfer di 66 km per rientro ad Odeceixe. **Cena e pernottamento ad Odeceixe.**

8°G.sa.13/10: Transfer a Lisbona. Programma del giorno: breakfast. Alle ore 09:00 trasferimento coi bagagli da Odeceixe alla Praia di Odeceixe per breve sosta. Seguirà transfer a Lisbona aeroporto (**volo in partenza alle ore 15:35**). Stop servizi Naturaliter.

Quota individuale di partecipazione: € 1.220,00

NATURALITER Soc. Coop.

via Amendolea

89030 Condofuri (RC)

P.IVA 01555100807

capitale sociale i.v. Euro 6.000,00

Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria

n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it





NATURALITER

TREKKING ED OSPITALITÀ MEDITERRANEA

Un profumo inatteso

La Quota individuale di partecipazione comprende: tutti i transfer previsti nel programma. Barca sul fiume Mira a Vila Nova de Milfontes. Alloggio con relative Tasse di Soggiorno: n. 1 notte a Lisbona – hotel Dom Alfonso Henriques -nr. 02 notti a Vila Nova de Milfontes, nr. 04 notti ad Odeceixe. Vitto: nr. 02 cene a Vila Nova de Milfontes, nr. 04 cene ad Odeceixe (bibite comprese: soltanto acqua naturale liscia, e vino della casa). Guida Escursionista Naturaliter sempre al seguito. Guida +bus per visita Città di Lisbona, ½ pensione a Lisbona – transfer Cortina- aeroporto Venezia e ritorno – volo di linea TP – 6 ottobre - Venezia-Lisbona – ore 14h00 – arrivo ore 16h10’
- Lisbona – Venezia – ore 15h35’ arrivo 19h25’ del 13 ottobre 2018

La Quota individuale di partecipazione NON comprende:

Vitto: non sono previsti pranzi (neanche al sacco e bottiglie d’acqua); durante le cene nessun tipo di bibita che non siano solo acqua e vino della casa. Tassa di soggiorno albergo di Lisbona

NATURALITER Soc. Coop.

via Amendolea

89030 Condofuri (RC)

P.IVA 01555100807

capitale sociale i.v. Euro 6.000,00

Iscritta al Reg. Impr. di Reggio Calabria

n.° 01555100807 - REA 138848

www.naturaliterweb.it
info@naturaliterweb.it

