

Randonnée au Portugal

Parc national de Peneda-Gerês

Du 13 au 20 septembre 2016



A l'extrême nord-ouest du Portugal, entre le nord de la région Minho et Trás-os-Montes, la Serra da Peneda ainsi que celle du Gerês constituent l'unique aire protégée portugaise classée Parc National. C'est un monde à part où l'activité humaine s'intègre de façon harmonieuse dans la nature, tout en préservant des valeurs et des traditions très anciennes encore existantes dans les villages. Les terrains montagneux, sont traversés par des fleuves et des rivières qui s'écoulent rapidement et se précipitent en cascades, en traversant les sereines lagunes de barrages. Une forêt

de houx, unique dans le pays et certaines espèces endémiques comme le lis du Gerês sauront ravir les amoureux d'une nature authentique.



Logé dans le même établissement pendant tout le séjour, avec des parcours différents chaque jour, ce séjour-

randonnée ouvert à tous est le meilleur moyen pour découvrir cette superbe région du Portugal !

Voyages C  pératifs

Association de tourisme IM056120015
1 rue Edouard Beauvais 56100 LORIENT Tél. 02 97 21 51 29
info@voyagescooperatifs.com
www.voyagescooperatifs.com

Mardi 13 septembre : Rendez-vous à l'aéroport de Lorient vers 11h00 pour le vol Ryanair vers Porto. Déjeuner libre. Arrivée à Porto vers 13h00, accueil par votre guide puis transfert vers Castro Laboreiro. Installation à l'hôtel. Dîner et nuit.

Mercredi 14 : Soajo : chemins du pain - chemins de la foix

Ce sentier explore divers endroits liés à la culture du maïs et du vin. On y confectionnait également le pain, trois éléments essentiels pour nourrir la population de Soajo. Il croise également un grand nombre de chemins qui ont conduit, en procession, pèlerinage ou tout simplement à pied, vers des lieux de culte comme le Seigneur de la Paix, Notre-Dame de Peneda, S. Bento de Cando, et même à Saint-Jacques-de-Compostelle. On y fait la transhumance du bétail et la population y vit encore au rythme des ressources saisonnières.

Jeudi 15 : Campos do Gerês : aguia do sarilhao

C'est un sentier balisé, relativement court avec des pentes douces. En plus d'une vue sur la Albufeira de Vilarinho das Furnas, il passe par les différentes étapes de la Geira Romana, la Fraga do Sarilhão et traverse d'agréables bois de chênes. Cette voie romaine reliait deux importantes villes du nord-ouest de la péninsule Ibérique : « Bracara Augusta », l'actuelle ville de Braga, au Portugal et « Asturica Augusta », l'actuelle ville d'Artorga, en Espagne, un parcours d'environ 318 Km.

Vendredi 16 : Castro Laboreiro

Le parcours se développe sur la pente qui relie Castro Laboreiro au plateau, nous donnant une idée générale de l'ingéniosité humaine lors de l'occupation de ce territoire. Castro Laboreiro est un village remarquable pour les ruines de son château du XVI^e siècle, construit en 1505 sur les fondations d'un château maure du XII^e siècle. Vous y croiserez, ponts et églises médiévales, fours communautaires et moulins ... Dans les zones les plus isolées du parc, quelques loups vivent encore, ainsi que des sangliers, des blaireaux, des loutres, des chevreuils et des poneys sauvages.

Samedi 17 : Tourem : contrabando

Cette route relie les deux villages frontaliers - Tourém et Ramdin, ancien Couto Mixto - où, jusqu'au milieu des années 70, se faisait la contrebande de produits. Le sentier passe aussi par des paysages naturels marqués par des chemins bordés de murs, des petits champs cultivés et des chênes centenaires.

Dimanche 18 : Route des Brandas

Ce sentier se distingue par le paysage et la possibilité de visiter quelques "brandas" de la Gavieira, y compris la Branda Bosgalinhas et celle de S. Bento de Cando, un village connu pour le culte du pèlerinage à Saint-Benoît. Une alternance toute particulière et locale des lieux de vie utilisés par une même population entre hiver et été. Architecture tournée vers le pastoralisme, les brandas font la particularité et le charme de la région. Vers le Rio Grande, vous suivez la rivière qui façonne le paysage jusqu'à la place du village.

Lundi 19 : Sobreiral Ermida Geres

Randonnée vers ces village de montagne couverts de chêne-liège, qui font la particularité du paysage et ont été les éléments de l'économie locale. Poursuite par les sentiers et chemins forestiers, permettant au visiteur de passer par des endroits pittoresques, comme des enclos de bergers, vers la vallée do Arado et la cascade du même nom, qui est l'une des plus fameuses chutes d'eau du parc. Elle est située à environ 900 mètres d'altitude. Transfert vers Porto pour le dîner et la nuit.

Mardi 20 : départ matinal vers l'aéroport pour le vol de 9h15 à destination de Lorient. Arrivée à 11h55.

Niveau de la randonnée

Ce programme ne présente pas de difficultés techniques particulières mais nécessite une bonne condition physique et une habitude de la marche. Durée des étapes : 3/5 heure de marche par jour. Les bagages ne sont pas à porter. L'objectif n'est pas d'accumuler des kilomètres mais de découvrir un pays par la marche. Peu de dénivelé.
Niveau facile/moyen.

Nombre de participants maximum : 15

Se munir de :

- Veste imperméable
- Chaussures de randonnée
- Sandales pour le soir (confort)
- Bâtons de randonnée
- Chapeau ou casquette, lunettes de soleil, crème solaire
- Privilégier un sac de voyage plutôt qu'une valise
- Petit nécessaire de pharmacie

Notre prix comprend :

- ◆ les vols Lorient/Porto/Lorient sur vols réguliers Ryanair
- ◆ les taxes d'aéroport
- ◆ les transferts et déplacements sur place en bus
- ◆ l'hébergement en hôtel 3* (normes locales), en pension complète (déjeuner sous forme de pique-nique)
- ◆ les boissons
- ◆ les visites prévues au programme
- ◆ la présence d'un accompagnateur de l'association
- ◆ un guide local agréé accompagnateur de randonnée
- ◆ l'assurance assistance-rapatriement

Notre prix ne comprend pas :

- ◆ les dépenses personnelles
- ◆ les éventuels pourboires
- ◆ l'assurance annulation facultative (38€)
- ◆ le supplément en chambre individuelle (185€) limité

Prix : 1250 €

Acompte de 375 € le jour de l'inscription, le solde pour le 23 août

Pièce d'identité (en cours de validité), nous fournir la photocopie avec photo dès l'inscription