

CAP-VERT

Cap sur le Vert !

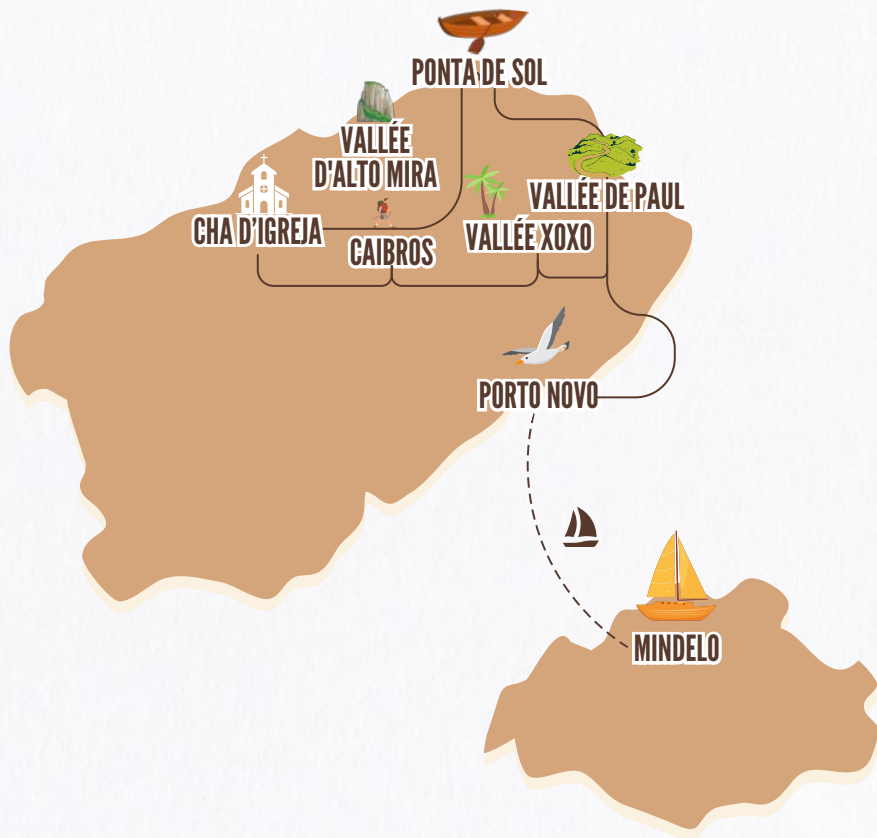
8 jours

Les **C**oyageurs.com

Des voyages à partager entre solos

CAP-VERT

Itinéraire de 8 jours



Randonnée (niveau intensif)



Barlavento, Sotavento, îles au vent, îles sous le vent...

Embarquez pour une aventure inoubliable au Cap-Vert, archipel sauvage niché au cœur de l'Atlantique, au large de l'Afrique, où des trésors naturels vous attendent.

Explorez Santo Antão, aux reliefs spectaculaires et aux côtes escarpées. La montagne y dévoile toute sa splendeur, avant de plonger abruptement dans la mer. Terre de marcheurs mais aussi paradis des pêcheurs et des plongeurs, Santo Antão séduit par sa biodiversité, ses paysages contrastés et sa végétation très diversifiée. Au cœur des villages pittoresques, savourez l'accueil chaleureux des habitants, une expérience humaine authentique.

Vous apprécierez également São Vicente, l'île de Césaria Evora, et sa ville Mindelo, qui vous plongera au cœur de la culture locale. La musique envoûtante, les danses passionnées et la cuisine savoureuse vous feront vivre une immersion totale dans la vie capverdienne.

Deux îles que tout oppose mais unies par la fascination qu'elles suscitent et qui fait du Cap-Vert une destination irrésistible.



Les points forts

- ✓ Les paysages aux contrastes saisissants
- ✓ Les randonnées hors des sentiers battus
- ✓ L'immersion dans la culture locale
- ✓ La ville de Mindelo avec ses maisons coloniales très colorées

CAP SUR LE VERT !

✈ Jours 1 : Vol pour le Cap-Vert

À votre arrivée à l'aéroport de Sao Vicente, vous serez transférés à l'hôtel situé dans la charmante capitale culturelle du Cap-Vert : Mindelo. Vous pourrez vous installer dans votre chambre puis profitez des heures suivantes pour découvrir la ville et même vous baigner à Praia da Laginha.

Le soir, vous serez invités à faire connaissance avec votre guide autour d'un dîner de bienvenue.

🏠 Hôtel Residencial

🍴 Dîner

🚗 20 min



📍 Jour 2 : Mindelo - Vallée d'Alto Mira - Cha de Morte

Après une traversée en bateau jusqu'à l'île de Santo Antão, vous serez conduits jusqu'à la vallée d'Alto Mira, point de départ de votre première randonnée. Vous évoluerez à travers un relief semi-aride, puis traverserez des oasis verdoyantes où les cultures prospèrent à perte de vue. Pas après pas, vous lèverez les yeux vers de spectaculaires lames basaltiques dressées vers le ciel, véritables cathédrales minérales. Votre chemin vous mènera jusqu'au charmant village de Chã de Morte, où une pension familiale vous accueillera dans une ambiance simple et chaleureuse. Ce sera votre première immersion au plus près de la vie locale, un moment privilégié pour savourer l'authenticité et partager la convivialité capverdienne.

🏠 Hôtel Residencial

🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

🚗 1h environ

🏔 1h

🚶 3h30 environ (dénivelés : +380m / -490m)

📍 Jour 3 : Vallée de Paul - Ponta Do Sol

Après un magnifique parcours le long de la route côtière, vous rejoindrez la vallée de Paul, véritable écrin de verdure niché entre les montagnes. On y cultive de la canne à sucre pour la fabrication du fameux "grogu" (aguardente), eau-de-vie très alcoolisée ressemblant au rhum agricole. C'est la boisson nationale du Cap Vert, dont elle constitue l'un des symboles culturels.

Vous apprécierez votre promenade entre caféiers et arbres fruitiers, et vous vous imprégnerez de la douceur de vivre des habitants de l'île. Vous aurez l'occasion de déguster un plat traditionnel chez l'habitant et de visiter un pressoir à canne à sucre traditionnel tout en bois, vieux de 300 ans.

Vous partirez en direction de Ponta do Sol, village de pêcheurs dont les chemins descendent en lacets vers la mer, où vous passerez la nuit.

🏠 Hôtel Residencial

🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

🚗 30 min pour la Vallée du Paul

🚶 2h30 environ (dénivelés : +300m / -200m)



📍 Jour 4 : Ponta Do Sol - Cha d'Igreja

Aujourd'hui, vous longerez l'océan grâce à un impressionnant chemin taillé dans la montagne. Durant votre marche, vous pourrez observer les vagues hautes de plusieurs mètres, jusqu'à atteindre les villages pittoresques de Formiguinhas et Corvo Fontainhas, parmi les plus beaux du Cap-Vert.

Attention : certains passages peuvent être vertigineux.

Les maisons colorées semblent suspendues à la montagne, créant une atmosphère unique. Vous rejoindrez ensuite le village de Cha d'Igreja, installé sur un plateau surplombant la rivière et entouré de cultures en terrasse.

🏠 Hôtel Residencial

🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

🚶 6h30 environ (dénivelés : +800m / -800m)



📍 Jour 5 : Cha d'Igreja - Caibros

Vous poursuivrez votre chemin dans les vallées de Cha d'Igreja et de Caibros, qui vous permettront de prendre un peu de hauteur afin de découvrir la région sous un autre angle ! La descente le long de la rivière, à travers les plantations de canne à sucre, vous ramènera à votre maison d'hôtes, où vous serez chaleureusement accueillis pour la nuit.

🏠 Hôtel Residencial 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner - Dîner

👤 4h environ (dénivelés : +600m / -800m)

📍 Jour 6 : Vallée Xoxo - Mindelo

Après un délicieux petit-déjeuner, vous partirez en randonnée à travers la vallée verdoyante de Ribeira da Torre, avec une pause rafraîchissante à la cascade de Vinha. Vous traverserez des plantations exotiques avant de savourer un déjeuner typique au cœur du vallon. L'après-midi, la mythique "Route de la Corde" vous offrira des panoramas spectaculaires en serpentant à travers les montagnes. Enfin, vous rejoindrez Porto Novo pour un retour en ferry vers Mindelo, des souvenirs plein les yeux.

🏠 Hôtel Residencial 🍴 Petit-déjeuner - Déjeuner 🕒 3h30 environ (dénivelés : +400m / -400m)

🚗 2h en véhicule pour Porto Novo (embarquement pour le bateau à destination de Mindelo) 🚢 1h

📍 Jour 7 : Mindelo

Journée libre sans guide. Vous pourrez visiter Mindelo, capitale de l'île des artistes et de la musique. Partez explorer ses marchés, ses ruelles colorées et ses maisons coloniales. Vous pouvez également organiser un tour en véhicule sur l'île de Sao Vicente, une sortie en mer pour nager avec les tortues ou simplement profiter de la plage.

🏠 Hôtel Residencial

🍷 Petit-déjeuner



📍 Jour 8 : Retour en France

Selon vos horaires de vol, vous aurez un peu de temps libre pour effectuer vos derniers achats souvenirs, avant le transfert à l'aéroport pour votre vol retour en France.




Cet itinéraire peut être modifié en fonction des conditions climatiques, des capacités des participants et de la disponibilité des hébergements. En cas d'imprévu, le guide reste seul juge du programme. Les aléas font partie intégrante de tout voyage; une attitude ouverte et positive contribuera à la réussite de votre expérience.

Possibilité d'extension libre sur l'île de Sal

📍 Jour 8 : Sao Vicente - Sal

Transfert à l'aéroport pour votre vol intérieur en direction de l'île de Sal. À votre arrivée à l'île de Sal, vous serez accueilli par notre équipe locale et transféré à votre hôtel à Santa Maria. Le reste de la journée est libre pour que vous puissiez vous installer et commencer à profiter de l'île à votre rythme.

 Pension ou appartement


 Petit-déjeuner

 1h

 Vol intérieur (50 min)

📍 Jours 9 et 10 : Sal


Ici, aucun programme imposé. Vos journées s'écoulent au rythme que vous choisissez, entre plages immaculées, couchers de soleil flamboyants et ambiance décontractée. Farniente, baignades ou balades en toute liberté... À vous de décider. Pour ceux qui souhaitent explorer davantage, plusieurs excursions optionnelles s'offrent à vous : tour de l'île en 4x4, sortie en buggy, quad ou vélo, croisière en catamaran, snorkeling ou plongée sous-marine (activités non incluses).

 Pension ou appartement

 Petit-déjeuner

📍 Jour 11 : Sal - Retour en France

Après le petit-déjeuner, et selon vos horaires de vols, transfert à l'aéroport et retour vers la France.

 Petit-déjeuner

 30 min

TARIF

→ EXTENSION LIBRE (à partir de 4 personnes, sans guide) :

 **600 €** / personne en chambre twin partagée

 **800 €** / personne en chambre single

Possibilité d'extension libre sur l'île de Sal

L'extension est à demander lors de votre réservation. Le prix de l'extension sera ajouté au prix du voyage lors du traitement de votre réservation. **Certains suppléments peuvent s'appliquer** lors de périodes spéciales ou lors de forte demande.

LE PRIX COMPREND

Le prix comprend les nuits en pension ou appartement, les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire, les transferts aéroport-hôtel-aéroport, le vol intérieur entre Sao Vicente et Sal.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Le prix ne comprend pas la chambre individuelle (200€), les boissons et pourboires, toutes prestations non mentionnées au programme.



INFOS

ATTENTION, SI NOUS SOMMES DANS L'IMPOSSIBILITÉ DE COMPLÉTER VOTRE CHAMBRE DANS LE CAS D'UNE DEMANDE **D'EXTENSION EN CHAMBRE PARTAGÉE**, VOUS DEVREZ RÉGLER LE **TARIF DE L'EXTENSION EN CHAMBRE SINGLE**.

LE PRIX

LE PRIX COMPREND

- ✓ Les vols internationaux
- ✓ Les taxes aériennes et la surcharge carburant
- ✓ L'hébergement comme mentionné dans l'itinéraire (en base chambre double partagée)
- ✓ Tous les repas indiqués comme "compris" dans l'itinéraire
- ✓ 1 bouteille d'eau pour 4 personnes au restaurant pour les diners
- ✓ Les transferts terrestres avec chauffeur indiqués dans l'itinéraire
- ✓ Les transferts maritimes indiqués au programme
- ✓ Les taxes de séjour (2€/jour/personne)
- ✓ Un guide-accompagnateur francophone

LE PRIX NE COMPREND PAS

- ✗ Toutes prestations non mentionnées au programme
- ✗ Les repas non compris dans le programme (de 10€ à 18€ par repas)
- ✗ Les boissons
- ✗ Les pourboires
- ✗ Le supplément single éventuel (400€/personne)
- ✗ Les dépenses personnelles
- ✗ Les frais de visa (30€/personne)
- ✗ Les assurances rapatriement, annulation et multirisques
- ✗ Les frais de dossier

LE COCO CONSEIL !

Nous vous conseillons de prévoir un budget d'environ 150 à 300€ afin de couvrir toutes les dépenses sur place (pourboires, souvenirs, boissons, petits extras et activités supplémentaires....)

**Nos prix sont soumis à modifications en fonction des variations de taux de change, du montant des taxes aéroport et de la surcharge carburant, de la disponibilité et tarifs des sites visités, ainsi que des disponibilités et tarifs aériens et hôteliers au moment de votre réservation.*

VOTRE VOYAGE

LE GROUPE

De **4 à 15 participants**.



Sur certaines dates, il sera possible de confirmer le départ dès deux participants

ENCADREMENT

L'encadrement est assuré par **un ou plusieurs guides guide capverdien francophone**. Selon la date de départ, le circuit peut se constituer de plusieurs guides, qui seront alors spécialisés selon l'île.



NIVEAU

Circuit randonnée de niveau **intensif**.
(4,5 jours de marche)



Vous marcherez tous les jours entre 4h00 et 6h30, sur des terrains variés, dont les dénivelés positifs oscillent entre 300 et 900 mètres. Ce circuit nécessite d'être en bonne condition physique, justifiée par une pratique régulière d'une activité sportive et de la randonnée en montagne. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et tiennent compte des temps de pause.

TRANSPORT

Véhicules privés et bateau



REPAS/BOISSONS



Les **petits déjeuners** seront pris dans votre hébergement ou dans de petits **restaurants locaux**.



Les **déjeuners** seront sous forme de pique-nique sur **le terrain** et de repas dans de petits **restaurants locaux**.



Les **dîners** seront pris dans votre **hébergement** ou dans de petits **restaurants locaux**.

HÉBERGEMENT

Vous serez logés en chambre double (deux lits séparés) ou triple (trois lits séparés) avec sanitaires privatifs ou communs, dans un résidentiel ou une petite pension. Bien que le confort soit modeste, ces hébergements sont propres, réputés pour leur accueil et emplacement, idéaux pour les randonneurs. Les connexions internet et wifi peuvent être limitées selon les hébergements.

Veuillez noter que la classification hôtelière est différente de celle en vigueur en France.

INFOS UTILES

FORMALITÉS

Pour les formalités d'entrée, veuillez-vous référer au document "Topo pays" ou au site du Ministère des Affaires Étrangères.

Veuillez noter que lors de votre inscription, vous devez décliner votre identité exacte, à savoir les noms et prénoms figurant sur votre passeport. A défaut, la compagnie aérienne se verra dans l'obligation de refuser votre embarquement.

VOS BAGAGES

Nous vous conseillons, dans la mesure du possible, de prévoir un bagage peu encombrant et facile à transporter. Pour des raisons de logistique nous vous demandons de limiter le poids du sac à 15kg.



Env. 30L



15kg recommandés

Durant les balades, vous ne porterez que vos affaires personnelles pour la journée (eau, pique-nique, appareil photo...). Vos autres bagages seront transférés d'un hébergement à l'autre.

AÉRIEN

✈ Les vols internationaux s'effectuent sur des compagnies régulières ou des charters. Vous recevrez votre convocation aéroport avec vos horaires d'avion définitifs quelques jours avant le départ.

🚫 Pour vos réservations de pré et post acheminements, nous vous conseillons d'acheter des prestations (avion, train, hôtels, etc.) modifiables ou remboursables afin d'éviter tous risques de perte financière en cas de modification ou annulation de votre voyage.



Attention, pour les contrôles de sûreté à l'aéroport, vous ne devez pas avoir dans votre bagage à main les objets suivants



Si vous avez des médicaments type inhalateur (asthme), traitements insuline, ou autres, munissez-vous d'une prescription de votre médecin ou de votre pharmacien.



Pour plus de précision, consultez : <http://www.aeroportsdeparis.fr/ADP/fr-FR/Passagers/Formalites-Infos-Pratiques/Bagage/bagagede-cabine/>

LISTE ÉQUIPEMENTS

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

VÊTEMENTS



Chemise légère



Polaire chaude



Short Bermuda



Pantalon de trekking



Tee shirt respirant



Maillot de bain

ACCESSOIRES



Casquette ou chapeau



Tennis pour le soir



Sandales



Lunettes de soleil



Chaussures de randonnée

ÉQUIPEMENTS



Gourde 1L minimum



Protection solaire



Serviette microfibre



Appareil photo



Boules Quies



Sac à dos (30L environ)

EN +

- Linge personnel et pyjama
- Vêtements de rechange
- Batons de marche
- Trousse de toilette

PHARMACIE +

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de premiers secours, mais nous vous conseillons toutefois d'emporter vos médicaments et traitements personnels : Aspirine, pansements et compresses, désinfectant, bande elastoplast, double peau pour les potentielles ampoules, anti diarrhéique, collyre, pastilles pour la gorge, antibiotique à spectre large, anti-inflammatoire, pastilles d'hydroclonazone pour purifier l'eau et répulsifs anti moustiques.

Ils ont aimé, ils en parlent



Lyne31 - 44 ans



Superbe voyage !! Merci à Nany pour la découverte de Santo Antão !! Randonnées magnifiques et variées ! Grâce à notre guide qui est un enfant du pays on a fait de belles rencontres ! Nous avons passé peu de temps à Mindelo, mais là aussi, grâce à Carmen, soirée inoubliable !!!! De très bons souvenirs !!!!



AgnèsL- 59 ans



Déjà 10 jours depuis le retour de ce merveilleux voyage...
Délicieux mélange entre activité physique, splendeurs des paysages et rencontres authentiques. Les habitants sont d'une gentillesse, leur cuisine et incroyable, on s'est régalez. La rencontre avec le punch de mel a fait partie intégrante du voyage... et que dire de tous ces moments partagés, avec des personnes rencontrées ici ou là, des sourires, des regards, des accolades..., et j'entends encore les rires et les moments de complicité de notre petit groupe hyper bienveillant. J'ai gardé le meilleur pour la fin : notre guide Beto, qui par son humanité, sa disponibilité, sa gentillesse et sa sensibilité a magnifié ce voyage, un immense merci à lui...



Hypno46- 62 ans



Le Cap Vert est une destination riche par sa nature variées à l'image de ses habitants métissés et d'une grande gentillesse. Les randonnées étaient très diversifiées donnant un très bon aperçu de de Santo Antao.

L'ambiance était au RDV grâce à notre Guide Michel qui a su nous faire partager sa passion pour ce pays.

Je recommande vivement ce voyage pour les amateurs de la nature...et aux autres

Les p'tits + des Covoyageurs



La garantie de partir avec d'autres voyageurs solos.



Des chambres à partager pour éviter le supplément single.



Des voyages authentiques avec des guides locaux francophones.



Les profils des covoyageurs inscrits visibles sur chaque voyage.



Des conseils d'experts et une assistance 24/24.

TOURISME RESPONSABLE



Depuis leur création, Les Covoyageurs soutiennent un tourisme responsable basé sur des valeurs de respect, de solidarité et de qualité sur un plan humain, environnemental et économique.

Pour connaître l'ensemble de nos valeurs cliquez [juste ici](#) ou flashez ce QR CODE

SCANNEZ - MOI



CONTACT



+33 (0)4 30 96 53 90
www.les-covoyageurs.com

Actualisé en avril 2026

