

Le Portugal entre mer et montagne

Du vendredi 9 mars au lundi 19 mars 2018

niveau : ▲▲ - Moyen +

Nombre de personnes : 10 avec organisateurs compris

Début de validation des inscriptions : vendredi 17 novembre 2017

L'Algarve est une région administrative située au sud du Portugal continental. La ville de Faro en est la capitale ; elle possède de très belles plages et un patrimoine historique intéressant. A l'est, le fleuve Guadiana est la frontière entre l'Espagne et le Portugal. L'Alentejo est au nord de l'Algarve. Le point culminant est le Pico da Foia, 902 m, dans la Serra de Monchique.

Le Sud-Ouest du Portugal bénéficie de l'un des meilleurs climats au monde et ceci depuis des milliers d'années... Pour preuve, la région fut, durant les dernières glaciations, un refuge pour de nombreuses espèces de la faune et de la flore. Nombre de ces espèces vivent encore aujourd'hui, les populations les plus proches se trouvant à des centaines de km de distance. Nous rencontrons également dans le Sud-Ouest du Portugal de nombreuses espèces endémiques que l'on ne voit nulle part ailleurs dans le monde.

Les hivers sont courts et jamais très froids, mais offrent une pluie suffisante pour fertiliser la terre pendant les neuf mois où le Soleil est roi. L'harmonie avec laquelle la nature et l'homme cohabitent depuis la préhistoire, est partout visible.

Nous traverserons la serra de Monchique qui nous permettra d'atteindre la côte ouest que nous suivrons jusqu'au cap Saint-Vincent. Ce cap est le point le plus à l'ouest de l'Europe. Les romains l'appelaient le promontoire sacré. Ses falaises s'élèvent à 75 m au-dessus de la mer. Transport des bagages par voiture.



PROGRAMME

Jour 1 – Vendredi 9 mars 2018 : Paris-Faro-Silves

Avion conseillé : 12h25 – 14h10 (Compagnie Transavia) depuis Paris Orly. 80 euros.

Easy jet a également des vols réguliers - 12h45 – 14h35 depuis CDG - sur Faro. 51 € sans bagage de soute, 82 € avec bagage de soute au 9 novembre 2017.

Il est possible de prendre le train de Paris à Lisbonne, puis de Lisbonne à Faro.

Transfert par bus 16 (le plus fréquent) ou 14 à Faro (2,25 € en 2017).

À Faro, la gare de bus est également le terminus de la ligne. Le bus s'arrête dans la toute nouvelle gare, "Proximo", qui est pour les bus locaux. La gare de train est l'avant-dernier arrêt de la ligne de bus numéro 16 et n'est située qu'à 200 m au nord de la gare de bus (à gauche en sortant de la gare de bus).

Prendre le train de 16h19 pour Silves, arrivée à 17h28, 5,15 euros.

Silves, autrefois capitale de l'Algarve, est située sur la rive droite de l'Arade et son château maure, construit avec des murs de bois recouvert de plâtre et de grès de Silves est le principal centre d'intérêt.

Nuit à l'hôtel. Dîner au restaurant.

Supermarché.

Jour 2 : Samedi 10 mars - Silves - Cortes route 1077 - Monchique

4h ; 14,8 km ; +650 m ; - 480 m

L'étape du jour commence près de la rivière Enxerim, sur la route principale, du côté opposé au moulin à vent. Le parcours est vallonné et le paysage est dominé par des cistes, des eucalyptus et des plantations de pins. La végétation est plus diverse auprès des cours d'eau (lavande, thym et autres).

Après une série d'ondulations, le chemin arrive près de la rivière Odelouca et des ses affluents, qui traversent des petits hameaux et où on peut observer des traces d'agriculture de subsistance.

Transfert en taxi à l'hébergement.

Nuit dans une pension.

Restaurant.

Ravitaillement.

Jour 3 : dimanche 11 mars – Cortes route 1077 - Monchique

4h30 ; 15 km ; + 739 m ; 476 m

Transfert en taxi depuis l'hébergement.

Après la traversée de la rivière Odelouca, le chemin aborde la rude montée du Picota (774 m). A Fonte Santa se trouve un ancien petit complexe thermal appartenant à la municipalité de Monchique. Le Picota offre une vue à 360 ° sur l'Algarve. Belles vues sur les collines à l'est et au sud ainsi que sur la mer. Le chemin pénètre ensuite une magnifique forêt dense de chêne-liège avant d'arriver à Monchique.

Nuit dans la pension.

Restaurant.

Ravitaillement.

Jour 4 : lundi 12 mars : Monchique - Marmelete

4h30 ; 15 km ; + 696 m ; - 761 m.

L'étape débute par une montée de 3km puis passe au couvent en ruines « Convento Desterro ». Au sud de ce couvent se trouve un très vieux magnolia, que l'on pense avoir été apporté d'Inde en 1631. Ensuite le chemin traverse un beau bosquet de chêne-liège, et descend dans une plantation dense d'eucalyptus. Après une traversée de route, le chemin continue à travers d'autres eucalyptus et un paysage typique de montagne apparaît bientôt (peu d'arbres, des buissons denses et de nombreux pitons rocheux). Les buissons sont dominés par les cistes, les ajoncs, les genévriers et les rhododendrons Pontian, indigènes de la serra de Monchique. L'antenne de Foia marque le point le plus haut de la Serra de Monchique et de l'Algarve (902 m).

A Foia il y a un snack-bar.

Après Foia, le chemin traverse une remarquable ravine et une petite digue, avant de parcourir une jolie vallée, avec d'anciennes terrasses agricoles et où des animaux paissent. Avant d'arriver à Marmelete, une dernière colline à grimper qui s'aperçoit de loin.

Nuit dans un hébergement collectif. Petit déjeuner et dîner au restaurant. Pas de ravitaillement.

Jour 5 – mardi 13 mars : Marmeleite – Aljezur

5h ; 18,6 km ; + 364 m ; - 742 m

On suit d'abord la Cerca, rivière qui offre beaucoup d'ombre. Cistes et chênes-lièges sont toujours présents. Après une dernière traversée du Cerca et après le moulin de l'évêque le sentier chemine vers le nord et devient plus difficile. Du repère géodésique de Corvo, on peut apercevoir Aljezur et ses environs et à l'opposé Foia.

Aljezur est une petite ville de la côte vicentina aux maisons caractéristiques de l'architecture rurale de l'Algarve, où les plates-bandes et les croisées des fenêtres colorées rehaussent les façades blanches.

Du haut du tertre, les murailles du château rappellent son passé historique, symbole de luttes entre maures et chrétiens. Sur la colline, les maisons blanches pareilles à une cascade coulant vers la rivière donnent sur la plaine, dans laquelle cette ville séculaire a su trouver son expansion et son futur.

Nuit dans une hostel.

Grande variété de restaurants.

Un supermarché.

Jour 6 - Mercredi 14 mars Aljezur – Arrifana

14 km, + 161 m, - 190 m, 5h

A partir de ce jour l'Atlantique sera tout près. Nous pourrons admirer les falaises et les plages du sud-ouest du continent.

Nous ferons un grand tour par le sentier des pêcheurs et longerons la mer jusqu'à la pointe da Atalaia. La végétation dunaire comprend des arbustes aromatiques comme le thym, l'amarante, le romarin et la myrte, des plantes médicinales et comestibles comme les asperges sauvages, les cistes roses, les *Cytinus hypocistis*, les camarines ou l'ajonc et des plantes endémiques et rares comme le *Ciste palhinhae*, le *Thym camphoratus* ou le *Linaria ficelhoana*.

Les bernacles sont aujourd'hui encore l'une des ressources essentielles. Ils constituent un élément de la gastronomie locale incontournable pour tous ceux qui visitent la côte du Sud-Ouest (excepté de septembre à décembre, période pendant laquelle la pêche est interdite). La côte rocheuse, frappée par les vagues, constitue un habitat nécessaire à cette espèce.

Nuit dans une hostel.

Grande variété de restaurants.

Un supermarché.

Jour 7 - Jeudi 15 mars Arrifana – Carrapateira

24 km ; + 430 m ; - 500 m ; 7h

Dans cette étape, la présence simultanée de la mer et de la montagne est constante ainsi que la nature vierge.

La mer se jette sur les falaises anciennes ou sur les plages tranquilles de sable fin. Les buissons qui couvrent une grande partie de cet itinéraire sont riches en fleurs de ciste, en lentisques dont les fruits font le bonheur des oiseaux granivores.

Sur les plages rocheuses, fouettées par la mer, il est fréquent de trouver des cailloux roulés, bien arrondis par l'érosion constante des vagues et des marées. Vers l'intérieur des terres, entre les pins et les eucalyptus parsemés sur des terrains argileux, nous trouvons des chênes lièges, des arbousiers et des terrains agricoles où pâit le bétail. La présence de jardins potagers annonce l'approche d'un village. Après avoir passé le village de Bordeira, la vue sur la vallée de la rivière da Bordeira et, l'estuaire où celle-ci rejoint la rivière de la Carrapateira, souligne une fois de plus la beauté de la région.

Nuit dans une pension.

Au moins un restaurant.

Pas de ravitaillement.

Jour 8 – Vendredi 16 mars Carrapateira –

10 km ; + 99m ; – 71 m ; 3h30.

Cet itinéraire en boucle, au départ du village de Carrapateira, permettra d'observer et de vivre de près la relation si proche que les gens de ce lieu entretiennent avec la mer. Il y a, le long de ce parcours, plusieurs belvédères avec une vue superbe sur les falaises et les plages de Bordeira et de Amado et sur les ruines d'un ancien village islamique saisonnier de pêcheurs.

L'entrelacs des falaises commence à prendre de nouvelles formes car, à partir d'ici et vers le sud, la roche commence à être plus calcaire. Le calcaire se dissout facilement dans l'eau de pluie qui est légèrement acide. Ainsi, l'érosion provoquée par l'action de l'eau de mer sur le bas de la falaise, combinée à la dissolution du son haut causé par la pluie et les eaux infiltrées, forme des trous, des grottes, des arches et des colonnes de roche.

Nuit dans la pension.

Au moins un restaurant.

Pas de ravitaillement.

Jour 9 - Samedi 17 mars Carrapateira – Raposeira

22 km, + 300m, - 206m + 6h.

Le début d'étape nous offre des paysages dans lesquels les falaises glissent jusqu'au littoral et s'évanouissent sur la plage. Falaises, flancs de montagnes, ruisseaux, rivières ou terrains plats dans les vallées profondes, sont quelques-uns des éléments qui composent le paysage et constituent une mosaïque d'habitats aux différentes fonctions écologiques.

Sur le chemin vers l'intérieur, en direction des villages de Vilarinha et de Pedralva nous trouvons, le long des ruisseaux, le tamaris, le saule, le frêne et le chêne portugais. Sur les pentes les plus sèches, le chêne-liège, les pins et les oliviers. Sur les pentes les plus abruptes nous pouvons contempler la végétation naturelle, pratiquement vierge de toute action humaine, avec de denses broussailles à l'abri des chênes. Dans ces bois abondent l'arbousier, la bruyère, les fleurs de ciste, le mastic, les asperges sauvages, l'euphorbe lin, le lentisque et les ajoncs.

Nuit dans une hostel. Cuisine équipée. Possibilité de commander le petit-déjeuner et le dîner.

Un restaurant.

Un supermarché.

Jour 10 – Dimanche 18 mars Raposeira - Vila do Bispo – Cabo de Sao Vicente – Sagres – Lagos

21 km ; +160 m ; - 211 m ; 7h.

Aujourd'hui nous nous dirigeons vers le point le plus au Sud-Ouest de l'Europe, un endroit magique où l'on perçoit l'écho des voix des pèlerins et des navigateurs. Des falaises monumentales, une vue panoramique exceptionnelle sur la côte et un cadre privilégié pour accueillir le phénomène naturel de migration automnale d'oiseaux planeurs.

Nous passerons par la plage de Telheiro. Nous y verrons ces falaises monumentales, des ravins couverts de végétation autochtone, des formations rocheuses millénaires avant d'arriver au Cap St. Vincent par le Sentier des Pêcheurs.

La plage du Telheiro est un géo site, ce qui signifie un endroit avec un extraordinaire intérêt géologique. Ce classement s'explique principalement par l'existence de la plus spectaculaire discordance de la péninsule ibérique. Une discordance est une transition brusque entre les formations rocheuses très très anciennes... comme si, pendant des millions d'années, la terre avait oublié cet endroit, n'y ayant laissant aucun vestige.

Dernier bus au cap St Vincent à 15h05.

Il reste 6 km sur route pour rejoindre Sagres.

Sagres – Lagos. 18 bus dans la journée.

Le dernier bus pour Lagos part à 19h35 – 3,90 euros.

Nuit dans une hostel.

Dîner en ville.

Jour 11 – Lundi 19 mars Lagos – Faro - Paris

Bus Lagos – aéroport de Faro 6h20- 8h30 7,30 euros

Bus Eva transportes Lagos – Faro 6h50 – 9h / 8h30 – 10h40 / 10h30 – 12h40 – 12h35 – 14h 45 5,95 euros.

Train Lagos – Faro 6h16 – 7h59 / 6h59 – 8h37 / 7h48 – 9h34 / 11h14 – 12h54 / 13h10 – 14h59 7,30 euros.

Transfert à l'aéroport par la ligne 16 (direction plage de Faro) 2,20 € en 2017 ou en taxi : 10 à 12€ + supplément bagages.

Avion conseillé : Faro – Paris Orly 17h15 – 23h05 via Lisbonne - Compagnie TAP - 59 euros sans bagages de soute et 79 euros avec bagage au 9 novembre.

Il est également possible de rentrer par Lisbonne pour visiter cette ville.

Jour 11 bis – Lundi 19 mars - Lagos – Lisbonne

Train Lagos – Lisbonne 6h16 – 10h39 / 7h48 – 12h19 / 13h10 – 17,39 23 euros ou 16,60 euros si acheté à plus de 5 jours.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. Les organisateurs se réservent le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Coût prévisionnel : 350 € comprenant les nuitées, les 6 petits déjeuners, le transport des bagages, la contribution aux frais de fonctionnement du CAF, les frais de transport en train ou en bus, les frais d'organisation (courrier, téléphone, cartes, etc...), mais ne comprenant ni les repas de midi ni ceux du soir, les en-cas et boissons diverses, ni le transport en avion.

RENSEIGNEMENTS

Niveau technique ▲ ▲ : Randonnée sur chemins ou sentiers. Quelques passages un peu vertigineux.

Niveau physique : Seules les affaires de la journée sont portées, le transport des bagages étant organisé. Avoir une forme physique permettant de marcher 9 jours de suite.

Horaires de train :

Aller : Lundi 9 mars – Rendez-vous à la gare ferroviaire de Faro à 16h. Prévenir l'organisatrice pour toute arrivée plus tardive.

Retour : au choix du randonneur à partir du lundi 19 mars.

Repas du midi : à tirer du sac et à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain.

Hébergement : Hôtel - 1 nuit / Pension – 4 nuits / Hostel 5 nuits.

Équipement et matériels à emporter : un sac à dos pour la journée et un sac de voyage pour les affaires transportées.

Prendre des vêtements chauds (le temps est changeant et un vent du nord froid peut souffler) et des vêtements légers pour les beaux jours. Polaire, pantalon, veste goretex, T shirts, sous-vêtements, éventuellement cape de pluie, chapeau de pluie. Nécessaire de toilette et de soins, crème solaire. Chaussures montantes. Chaussures ou sandales et vêtements pour le soir. Chargeurs. Gourde. Couverts. Lampe frontale. **Carte CAF + papier d'identité + CEAM** (à demander à votre caisse d'assurance maladie). N'oubliez pas de voyager léger même si le transport d'un bagage sera assuré par la route.

Inscription : La demande d'inscription est possible en ligne ou auprès du secrétariat dès parution de la fiche technique. Elle n'est prise en compte qu'après votre règlement de 350 €, et sera validée à partir du vendredi 17 novembre 2018, selon les règles de priorité définies par le Club si la demande est supérieure aux places disponibles.

Vous pouvez consulter les [règles de remboursement en cas d'annulation](#), et souscrire une assurance annulation lors de votre inscription. Date limite d'inscription le 28 février 2018.

Pour en savoir plus : Nous randonnerons sur la partie est de la via Algarviana et sur la partie sud de la Rota Vicentina.