

SUR LES HAUTEURS

RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED

v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

LE SUD DU PORTUGAL : L'ALGARVE EN LIBERTÉ

Randonnées en Liberté, en semi itinérant, avec location de véhicule

Séjours 7 jours, 6 nuits

En hôtel et en Pension, en formule Twin

Difficulté :				Saison	Départ garanti 
Moyen	En Hôtel et en Pension	Semi itinérant	Avec transfert de bagages	J F M A M J J A S O N D	A partir de 2 personnes



Plus longue côte sud atlantique en Europe, à une latitude qui génère un climat privilégié (plusieurs époques de floraison).

Protégée par les massifs de **Monchique** et du **Caldeirão** au Nord et bordée par l'océan Atlantique au Sud. **L'Algarve** bénéficie d'un climat doux tout au long de l'année.

L'Algarve offre une belle diversité de paysages : avec ses longues plages, sa côte sauvage, ses falaises colorées, ses criques ocre, ses villages de pêcheurs et son arrière-pays montagneux avec le massif granitique de **Monchique**.

Marquée par l'influence des Maures, elle fut aussi le point de départ de nombreuses caravelles initiant l'étonnante et faste époque des Grandes Découvertes.

Un séjour entre mer et montagne chargé d'histoire !

NOS POINTS FORTS

Un petit paradis méconnu pour les amateurs de randonnée : **l'Algarve avec ses différents paysages**
Un trek le long de l'océan, entre falaises, criques, forêts de chênes-lièges
Le patrimoine historique des villes de Silves, Sagres, et Lagos
Un pays où il fait bon vivre, avec une bonne cuisine locale

DATES & TARIFS 2025

DEBUT	2 personnes	3 personnes	4 personnes	5 personnes	Sup Single
01/01 au 25/03/2025	895 €	725 €	625 €	595 €	265 €
26/03 au 19/04/2025	1015 €	845 €	755 €	700 €	390 €
20/04 au 28/05/2025	975 €	795 €	695 €	655 €	340 €
29/05 au 26/06/2025	1015 €	845 €	775 €	755 €	395 €
27/06 au 15/07/2025	1075 €	900 €	795 €	810 €	410 €
16/07 au 31/08/2025	1145 €	965 €	875 €	855 €	430 €
01/09 au 27/09/2025	1075 €	915 €	795 €	815 €	410 €
28/09 au 31/10/2025	985 €	795 €	695 €	675 €	340 €
01/11 au 16/12/2025	895 €	735 €	645 €	595 €	285 €

Single obligatoire en base 3 et 5 personnes.

LE TARIF COMPREND

- La location d'un véhicule
- 6 nuits en chambre Double ou Twin avec salle de bain privative
- 6 nuitées avec le petit déjeuner
- les vouchers,

LE TARIF NE COMPREND PAS

- vol international sur Faro A/R,
- les taxes d'aéroport,
- les boissons,
- l'essence pour le véhicule de location,
- les assurances,
- tous les repas du midi et du soir,
- les visites de monuments (forteresses de Silves et Sagres ou autres),

LOCATION DE VOITURE

Compris dans la location :

7 jours de location de voiture en KM illimités
Prise et retour à l'aéroport de Faro
Assurance responsabilité civile aux tiers
Protection vol-collision (sans franchise)
Conducteur supplémentaire
Sunpass Toll (pass péage)

IMPORTANT : Le conducteur doit être titulaire de son permis de conduire depuis au moins 1 an et d'une carte crédit.

Non compris dans la location :

Une surcharge est facturée pour les jeunes conducteurs de moins de 29 ans.

Les péages

Le carburant

Les options complémentaires non prévu dans la location

REGLEMENT

A l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

LES ASSURANCES

Nous vous proposons 3 formules d'assurances :

Assurance Annulation + bagages + extension pandémie et épidémie (**3,4%** du montant du séjour).

Assurance Assistance Rapatriement + RC + pandémie et épidémie (**2%** du montant du séjour).

Assurance Multirisques : Annulation, Assistance Rapatriement, bagages, Retard transport + interruption séjour + extension pandémie et épidémie : (**4,8%** du montant du séjour).

Si vous avez votre assurance, il nous faudra une photocopie de votre attestation.

Déroulement du trek

Jour 1 : FARO



Récupération du véhicule à l'aéroport de Faro et route pour Silves.

Installation à votre hôtel

Nuit à Silves

Jour 2 : SILVES – ODELOUCA – SILVES



Court transfert (15 min) vers la vallée d'Odelouca. Randonnée le long d'une « levada », canal d'irrigation qui traverse le « barrocal », zone fertile avec ses cultures de figuiers, amandiers, grenadiers, caroubiers, oliviers et les fameuses orangeries de Silves. Les fleuves d'Odelouca puis d'Arade qui attirent cigognes, hérons et ibis noirs sont le fil conducteur de cette randonnée jusqu'à la ville médiévale de Silves, l'une des mieux préservées d'Algarve et ancienne capitale de la région. Ses ruelles mènent à la cathédrale puis à la forteresse maure de grès rouge. Retour à Silves. 3h de rando, 10 km, +/-150 m

Repas inclus : Petit déjeuner. Nuit à Silves

Jour 3 : SILVES – CARRAPATEIRA PAR LE MASSIF DE ESPINHAÇO DE CÃO – SAGRES



La vallée de Carrapateira vers le littoral du Parc Naturel de la côte Vincentine : falaises ocre et plages de Bordeira et d'Amado.

3h de rando, 11 km, +/-150m

Repas inclus : Petit déjeuner

Nuit à Sagres

Jour 4 : SAGRES – VILA DO BISPO – CAP SAINT VINCENT



Transfert en taxi à Vila do Bispo pour une randonnée au milieu de landes multicolores ou au bord de falaises impressionnantes jusqu'au cap Saint-Vincent et à la pointe de Sagres, où la visite de la forteresse s'impose. C'est de là, à la proue de l'Europe, qu'Henri le Navigateur aurait pensé et planifié les explorations maritimes portugaises vers les autres continents. Nuit à Sagres.

Nuit et petit déjeuner

Jour 5 : SAGRES – FIGUEIRA – SAGRES



Cette randonnée côtière permet de découvrir les criques et plages lovées dans les falaises calcaires. Des figuiers, Des amandiers, oliviers témoignent du défi de l'agriculture et de l'irrigation, initiées dans cette région par les romains puis perfectionnées par les maures.

5h de rando, 17 km, +/- 300 m

Repas inclus : Petit déjeuner

Nuit à Sagres

Jour 6 : SAGRES – LAGOS – FARO



Trajet en véhicule vers Lagos (45 minutes de trajet).

Après une visite de la “ville qui a découvert le monde”, vous prenez la route pour Faro.

Hébergement : nuit et petit déjeuner

Jour 7 : VOL RETOUR





Fin de votre séjour après le petit-déjeuner. Vous devez rendre votre véhicule à l'agence Guérin de l'aéroport. Vol retour vers la France.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

Info trek

NIVEAU : MOYEN

Pour randonneurs en bonne forme, étapes de 4h30 minimum à 5h maximum sur sentier bien marqué, sentier en montagne bien tracé et sans aucune difficulté.

	NIVEAU	Dénivelé	Temps de marche
	FACILE	300 à 500 m	4 à 5h
	MOYEN	500 à 800 m	5 à 6h
	MODÉRÉ	800 à 1200 m	6 à 6h30
	SOUTENU	1200 à 2000 m	6h30 à 8h

HEBERGEMENT

6 nuits en chambre double/triple en hôtel et en Pension.

REPAS

Tous les repas du midi ainsi que les dîners ne sont pas compris dans le tarif

TRANSPORTS AERIENS

Vols réguliers (TAP Air Portugal, SATA International, Air France) ou autre compagnie selon les disponibilités au moment de votre réservation (Easy Jet, Transavia, Ryan Air ou compagnie Low cost)...

TRANSFERT ET TRANSPORT DES BAGAGES

Véhicule privé (voiture ou minibus, selon la taille de votre groupe), pour toute la durée du trek.

GROUPE

Départ avec 2 personnes minimum

ENCADREMENT

Pas d'Accompagnateur portugais francophone sur les séjours Liberté

Le Portugal

CARTE D'IDENTITE

Capitale : Lisbonne

Superficie : 92 000 km²

Population : 10 millions d'habitants

Langue nationale : Portugais

Langues comprises : l'anglais, parfois le français.

Religion principale : catholique

Institutions politiques : république parlementaire

A LA DECOUVERTE DU PAYS

Pays d'Europe du sud-ouest, le Portugal est membre de l'Union Européenne depuis 1986. Cette adhésion lui a permis de dynamiser et diversifier son économie. Des investissements étrangers ont dopé la croissance dans des secteurs porteurs tels que l'automobile, l'industrie textile, celle du papier, du liège et du vin... Les subventions européennes ont servi au développement de l'agriculture et des PME. Cependant le pays connaît une situation de récession ou de très faible croissance depuis les années 2000. Les devises provenant du tourisme sont très importantes pour le pays.

PROUE DE L'EUROPE

A l'époque romaine et surtout avec l'arrivée des Maures, les terres de l'ouest, "Al Gharb", étaient très bien considérées pour leur productivité agricole ; la capitale Silb, l'actuel Silves, était un foyer intellectuel réputé et rayonnant. L'Algarve resta maure durant plus de 5 siècles, 100 ans de plus que le reste du pays qui une fois reconquis entièrement par les chrétiens, se nomma royaume du Portugal et d'Algarve.

Dans l'élan de la Reconquête, les Portugais se lancèrent dans l'aventure des Grandes Découvertes. Henri le Navigateur, gouverneur de la région basé à Lagos fonda une Ecole maritime pour laquelle il fit construire la forteresse de Sagres. Cette école de Sagres réunit géographes, cartographes, marins etc, et projeta méticuleusement l'expansion maritime, dans un objectif tout à la fois stratégique, économique et religieux. La position géographique et le rôle historique convergent pour faire de l'Algarve la proue du continent européen.

SUR LES CHEMINS

Long d'environ 560 kms sur 220 kms, le Portugal occupe l'ouest de la péninsule ibérique et est de ce fait la partie la plus occidentale d'Europe. Délimitée au nord et à l'est par l'Espagne et au sud et à l'ouest par l'océan atlantique, la géographie du Portugal continental se divise en deux parties : au sud et au nord du Tage. Dans la zone nord s'élèvent les montagnes de la Meseta, où les trois fleuves principaux prennent leur source : le Douro (meseta espagnole), le Tage et le Guadiana. Dans la zone sud s'étend le bas plateau de l'Alentejo adossé au contrefort montagneux de l'Algarve.

Les paysages du nord nous présentent des vignobles et cultures de maïs et de pommes de terre alors que le sud nous offre des vues sur les champs d'oliviers, de chêne-liège, d'orangers, de figues et d'amandiers. Dans les provinces ensoleillées de l'Algarve et de l'Alentejo, les fleurs méditerranéennes embrasent le paysage notamment de nombreuses espèces d'orchidées.

PASSE HISTORIQUE

Le Portugal a subi les différentes vagues d'invasions de la péninsule ibérique, les celtes puis les arabes. Au XIIème siècle les portugais expulsent les Maures et fondent leur royaume qui devient aux XV et XVIème siècles un véritable empire qui s'étend au-delà des océans : en Afrique, en Asie et au Brésil. Le déclin de l'empire débute fin XVIème avec l'occupation du pays par les espagnols. Début XIXème les

forces napoléoniennes sont repoussées par les troupes de l'alliance anglo-portugaise. La révolution de 1910 aboutit à la proclamation de la république mais le putsch de 1926 met fin à la démocratie. La dictature de Salazar dure jusqu'en 1968 et la révolution des œillets de 1974 met fin à l'empire colonial.

ENVIRONNEMENT

1 - Politique générale

Le Portugal est confronté à la désertification due au réchauffement climatique imputable aux variations naturelles mais aussi aux activités de l'homme. Le groupe de défense de l'environnement WWF a demandé au Portugal d'étendre ses forêts de chêne-liège afin qu'elles servent de barrière protectrice contre la désertification qui s'accélère dans le sud du pays.

Le Portugal a réalisé d'importants progrès dans la désignation de sites pour la protection de l'environnement.

CLIMAT

ALGARVE

Une région privilégiée

La pointe sud-ouest du continent bénéficie d'un climat doux toute l'année grâce à l'influence de l'océan. C'est une région particulièrement riche de par sa diversité de paysages. Une chaîne de basses et moyennes montagnes culminant à 902m parcourt l'intérieur des terres, s'étalant sur plusieurs massifs, Caldeirão, Monchique, Espinhaço de cão qui permettent la formation naturelle ou artificielle de nombreux lacs. La zone de transition avec le littoral s'appelle le Barrocal, dont les sols particulièrement riches ont permis le développement d'une agriculture prospère et diversifiée.

L'Algarve se développe mais reste une région de traditions qui a su garder son âme.

Le massif granitique de Monchique ainsi que le Parc Naturel de la côte vincentine avec son littoral sauvage sont des lieux privilégiés pour découvrir cette richesse naturelle et culturelle.

FORMALITES

Carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité.

SANTE

Aucun vaccin n'est obligatoire, nous vous conseillons d'être à jour de toutes vos vaccinations classiques (diphtérie, tétanos, typhoïde, polio). Pour faciliter la prise en charge d'éventuels soins sur place, se munir de votre carte d'assurance européenne (en vigueur depuis juin 2004), délivrée par votre Caisse d'Assurance Maladie.

DEVISES

Le Portugal fait partie de la zone euro.

Sur place il est facile de retirer de l'argent ou d'effectuer des paiements avec une carte bancaire internationale

DECALAGE HORAIRE

Quand il est midi à Paris, il est 11 heures au Portugal.

SOUVENIRS

Côté gastronomie : vin, le Porto évidemment et les liqueurs, miel, huile d'olive, biscuits... L'artisanat concerne surtout les broderies et les céramiques.

Nécessaire et Indispensable

ÉQUIPEMENT INDIVIDUEL À PRÉVOIR : (Liste exhaustive)

La météo peut vite changer en montagne. Un équipement adéquat vous permettra de passer ce séjour dans les meilleures conditions.

Pour l'hôtel

- Un sac ou une valise pour vos affaires des 8 jours
- Vos affaires de rechange
- Une trousse de toilettes
- Un maillot de bain
- Une paire de chaussures légères pour le soir
- Pour les lunettes de vue, pensez à prendre une paire de rechange.

Équipement vestimentaire pour la randonnée

La technique des 3 couches permet de rester au chaud et au sec.

1. Couche respirante
2. Couche isolante
3. Couche protectrice

Pour appliquer cette méthode, il vous faut

- Tee-shirts manches longues ou courtes et respirants (pas de coton)
- Veste ou sweat polaire type Polartec
- Gilet sans manche coupe-vent
- Veste imperméable, respirante et coupe-vent avec capuche. (Le Gore-tex reste le matériau de référence)
- Un pantalon de randonnée léger et stretch ou un pantalon transformable
- Un short
- Paires de chaussettes semi montantes ou basses
- Casquette
- Bonnet
- Gants légers ou sous-gants en soie.

Pour la randonnée

- Un sac à dos de 30/40 litres avec une ceinture ventrale
- Une housse de protection du sac à dos (souvent intégrée dans celui-ci)
- Une paire de chaussures imperméables avec un bon maintien de la cheville
- Une pochette étanche pour vos papiers, téléphone etc...
- Une poche plastifiée pour protéger vos affaires à l'intérieur du sac à dos
- Protection solaire (crème et stick à lèvres)
- Lunettes de soleil catégorie 2, 3 ou 4
- Une gourde
- Couverts, couteau et gobelet
- Petit tapis de sol (pour vous asseoir pendant la pause déjeuner)
- Papier toilette avec une petite poche (*pour ne pas le laisser dans la nature*)
- Couverture de survie
- Une paire de lacets de rechange.

Une petite pharmacie personnelle (votre guide a une pharmacie pour le groupe)

- Vos médicaments si traitement
- Médicament antalgique (douleurs et fièvre), anti diarrhéique, anti-inflammatoire et un

antispasmodique

- Pansements et double peau type Compeed

LEXIQUE

LES MOTS ELEMENTAIRES

Oui : **Sim**

Non : **Não**

Merci : **Obrigado (Obrigada lorsqu'une femme parle)**

De rien, je vous en prie : **De nada**

S'il vous plaît : **Faz favor**

Pardon, excusez-moi : **Com licença**

Au revoir, Adieu : **Tchau, Adeus**

A bientôt : **Até já; Até logo**

Bonjour : **Bom dia**

Bon après-midi : **Boa tarde**

Bonsoir : **Boa noite**

Bonne nuit : **Boa noite**

Je ne comprends pas : **Não percebo / Não compreendo**

Parlez-vous ... français ? : **Fala ... francês ?**

Comment vous appelez-vous ? : **Como é que se chama?**

Enchanté (de faire votre connaissance) : **Muito gosto.**

Comment allez-vous ? Ça va ? : **Como está?**

Bien, bon : **Bem**

Mal, mauvais : **Mal**

Comme ci comme ça : **Mais ou menos**

Où sont les toilettes ? : **Onde é o casa de banho?**

Quelle heure est-il ? : **Que horas são?**

FAIRE DES ACHATS/MANGER

Combien ça coûte ? : **Quanto custa?**

Change : **Cambio**

Qu'est-ce que c'est ? : **Que é isto?**

Je le prends. : **Vou comprar.**

Je voudrais acheter ... : **Eu queria comprar...**

Avez-vous ... : **O senhor têm ; Tu tens ?**

Acceptez-vous les cartes de credit ? : **Os senhores aceitam cartão de crédito ?**

Ouvert : **Aberto (m), Aberta (f)**

Fermé : **Fechado (m), Fechada (f)**

Carte postale : **Postal**

Timbre : **Selo**

Un peu : **Pouco (m), Pouca (f)**

Beaucoup : **Muito (m), Muita (f)**

Tout (m) toute (f) : **Todo (m), Toda (f); Tudo**

Petit déjeuner : **Pequeno-almoço**

Déjeuner : **Almoço**

Dîner : **Jantar**

Végétarien : **Vegetariano (m), Vegetariana(f)**

À votre santé ! : **Tchim-tchim ! ; Saude!**

L'addition, s'il vous plaît. : **A conta, se faz favor.**

VOYAGER

Où est ...? : **Onde é ...? Onde está ...?**

Quel est le prix du billet ? : **Quanto é que custa o bilhete?**

Autobus : **Autocarro**

Aéroport : **Aeroporto**

Gare routière : **Estação rodoviária**

Départ : **Partida**

Arrivée : **Chegada**

Agence de location de voitures : **Agência de aluguer de carros**

Stationnement, le parking : **Estacionamento**

Hôtel : **Hotel**

Chambre : **Quarto**

Réservation : **Reserva**

Passeport : **Passaporte**

Carte : **Mapa**

Information touristique : **Informações de Turismo**

Poste : **Correios**

Musée : **Museu**

Banque : **Banco**

Gendarmerie : **Polícia**

Hôpital : **Hospital**

Pharmacie : **Farmácia**

Magasin : **Loja**

Restaurant : **Restaurante**

Ville : **Cidade**

Rue : **Rua**

Place : **Praça**

Montagne : **Montanha**

Colline : **Colina**

Vallée : **Vale**

Océan : **Oceano**

Lac : **Lago**

Rivière, Fleuve : **Rio**

Piscine : **Piscina**

Tour : **Torre**

Pont : **Ponte**

Église : **Igreja**

Toilettes : **Quarto de banho; Toilete; Casa de banho**

LES DIRECTIONS

A gauche : **À esquerda**

A droite : **À direita**

Tout droit : **A direito**

En haut : **Para cima; Acima**

En bas : **Para baixo; Abaixo**

Loin : **Longe**

Près, proche : **Perto**

En vous souhaitant un agréable Trek Liberté au Portugal

Si nous n'avons pas entièrement répondu à toutes vos questions sur ce voyage :

- appelez nous au : 05 61 97 66 04
- un e-mail à : info@surleshauteurs.com
- ou bien un courrier à :

SUR LES HAUTEURS
RANDONNÉES ET VOYAGES À PIED
v o t r e t r e k c o m m e n c e i c i . . .

23, Rue Gambetta
31390 CARBONNE
TEL : 05 61 97 66 04

www.surleshauteurs.com
info@surleshauteurs.com

Agence de voyage N° IM031170004
SARL Sur Les Hauteurs au capital de 15 000€
R.C.P : MMA entreprise, MMA BP27 69921 OULLINS
Garantie financière : Groupama caution
Code APE : 9329 Z SIRET : 828 692 442 000 19
TVA intracommunautaire : FR27828692442