




## De Valença à Porto en vélo <sup>(AT6YC)</sup>

### *Portugal Continental - Portugal*

**7 jours** (dont 6 jours : Vélo Rando)

*Prix à partir de 1265.00 EUR p.p.*

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	16 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Chambre d'hôtes Hôtel
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	En liberté



### *Les points forts de ce voyage*

- La découverte des montagnes de l'Alto Minho et du parc national de Peneda-Gerês.
- Les pistes cyclables le long de la côte et de ses plages de sable blond.
- La dégustation du vinho verde et des fruits de mer frais.
- La location du vélo incluse dans nos prestations et la possibilité de louer un vélo électrique.
- Tous les transferts inclus au départ de l'aéroport de Porto.



#### **TREK AVENTURE**

Agence trekking (Licence 191913)  
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Votre voyage

**Une itinérance à vélo facile et variée, des montagnes de l'Alto Minho jusqu'à Porto, en passant par les villages de pêcheurs et les vignobles de la côte portugaise.**

Ce séjour à vélo est une expérience fantastique par la variété des paysages traversés. Au départ des montagnes de Peneda-Gerês, vous descendez à travers un écrin de verdure jusqu'à la côte Atlantique. Cette terre, bénie par les fleuves Minho, Lima et Douro, est fière de son histoire maritime, de ses forteresses médiévales et de sa cuisine régionale. Prenez le temps de faire connaissance avec les habitants, les pêcheurs, les vigneron et les vendeurs des petits marchés locaux. Pédalez sur l'ancien pont romain de Ponte de Lima, lieu important pour les pèlerins qui parcouraient autrefois le chemin sacré entre Porto et Saint-Jacques-de-Compostelle. Un séjour authentique à la découverte des trésors du nord du Portugal.

**Départ le dimanche. Départ possible les autres jours de la semaine avec un supplément.**

### **Jour 1 Porto - Valença Do Minho**

Hébergement : hôtel. Repas libre. Transfert : 2h.

Transfert de l'aéroport ou de la gare de Porto vers Valença Do Minho. Village situé en rive gauche du fleuve Minho, il s'agit d'un joyau d'architecture militaire. Installation pour deux nuits à votre hôtel où vous seront remis vos documents de voyage ainsi que vos vélos avec un briefing (en anglais) par notre partenaire local. Partez à la découverte des ruelles animées de la vieille ville sans oublier de visiter la célèbre forteresse !.

### **Jour 2 Boucle à vélo autour de Valença do Minho**

Distance : 45 km - Dénivelée positive : 500 m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Prenant sa source en Espagne et se jetant dans l'océan Atlantique au Portugal, le magnifique fleuve Minho a toujours servi de frontière entre ces deux pays. Vous commencez votre journée en suivant une petite partie de ses 340 km de long en admirant l'incroyable panorama qui s'offre à vous. Faites une pause à Monção et prenez le temps de visiter son château, vestige du passé défensif de la ville. Sur le chemin retour vers Valença, admirez les maisons traditionnelles du nord et prenez le temps de visiter le Palais de Brejoeira, domaine viticole, à Pinheiros.

### **Jour 3 Des rives du Minho jusqu'à l'océan**

Distance : 41 km - Dénivelée positive : 300 m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Laissez-vous glisser dans la pente qui redescend de la forteresse de Monção et rejoignez en douceur la rive du fleuve Minho jusqu'au village pittoresque de Vila Nova de Cerveira. Connue pour l'organisation de la biennale d'arts plastiques il séduit par son atmosphère artistique, sa diversité, et ses traditions ancrées. Prenez le temps de découvrir son centre attrayant, son château et ses étroites rues qui l'entourent. Votre continue en passant par la ville de Caminha, juste avant d'arriver enfin à l'océan Atlantique. Installation à votre hôtel de Praia de Âncora.

### **Jour 4 Villages de pêcheurs et villes historiques**

Distance : 53 km - Dénivelée positive : 400 m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

La piste cyclable longe l'océan Atlantique, que vous pouvez admirer ainsi que les nombreux villages de pêcheurs, restés inchangés au cours des siècles. A votre arrivée à Viana do Castelo, la paix et la tranquillité laissent place à l'effervescence de cette ville animée. Datant du XIXe siècle, cette ville considérée comme la « Mecque de l'architecture » avec la basilique de Santa Luzia, au sommet de la colline qui surplombe la ville, est un arrêt obligatoire. Vous traverserez alors à nouveau les villages, en remontant le fleuve Lima en jusqu'à Ponte de Lima, bourg le plus ancien du Portugal, célèbre pour son joli pont romain en arc.

### **Jour 5 Sur le chemin de Saint Jacques de Compostel jusqu'à la mer**

Distance : 54 km - Dénivelée positive : 400 m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Vous suivez aujourd'hui la route médiévale portugaise vers Saint-Jacques-de-Compostelle. Ce parcours suit le fleuve Cávado à travers champs, vignobles et collines. La ville de Barcelos, berceau de l'industrie céramique,

#### **TREK AVENTURE**



Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

est connue pour les carillons de ses différentes paroisses qui résonnent toutes les heures. Vous arrivez dans une station balnéaire avec un magnifique front de mer, un phare et un fort datant du XVIIe siècle. Un endroit idéal pour profiter d'un après-midi ensoleillé et se détendre...

### **Jour 6 Des dunes au fleuve du Douro jusqu'à Porto**

Distance : 61 km - Dénivelée positive : 400 m

Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Il s'agit de la plus grande étape à vélo de votre circuit! Débutez votre trajet depuis Esposende en empruntant un pont en direction de Fão. Vous arrivez dans le parc naturel du Littoral Nord. En longeant les dunes, vous serez captivés par la sérénité, la quiétude et la splendeur de ces terres. Une fois arrivé au front de mer, traversez les charmants villages de Póvoa do Varzim et Vila do Conde. Le port de pêche de Póvoa est le plus actif du nord du Portugal, tandis que Vila do Conde, bien que dotée d'un port plus modeste, porte l'héritage historique d'avoir été un site de construction navale lors des grandes découvertes aux XIVe et XVe siècles. Vous vous rapprochez de Porto, par l'estuaire du fleuve Douro. Cette ville, fameuse pour le vin de Porto, est considérée comme l'une des plus belles d'Europe. La ville, inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco, abrite dans son centre historique plus de 150 joyaux classés monuments historiques.

### **Jour 7 Fin du séjour à Porto**

Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Fin de séjour à Porto après le petit-déjeuner.

*NB : le rapatriement des vélos est inclus dans nos prestations.*

## **ACCÈS**

Vol pour Porto

Nombreux vols directs depuis Paris Orly (TAP, Aigle Azur, Transavia, Vueling), Paris CDG (EasyJet) et Beauvais (Ryanair).

En région, départs de :

– Bordeaux, Carcassonne, Clermont-Ferrand, Marseille, Strasbourg, Bâle-Mulhouse, Bruxelles et Charleroi : Ryanair.

– Lyon : Transavia et EasyJet.

– Nantes, Toulouse et Genève : EasyJet.

– Nice et Bruxelles : Vueling.

## **L'HÉBERGEMENT**

Logement dans des hôtels 3 ou 4 étoiles (ou maisons d'hôtes équivalentes), hôtels accueillants, le plus souvent de petite capacité.

## **LES REPAS**

– Les petits déjeuners sont compris dans le prix et pris dans les hébergements, du J 2 au J 8.

– Les repas de midi et du soir restent à votre charge.

– Vous pouvez opter pour l'option demi-pension.

## **LE TRANSPORT DES BAGAGES**

Les bagages sont transportés en véhicule entre les étapes, vous pédalez avec un sac léger.



### **TREK AVENTURE**

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## ITINÉRAIRES

Les itinéraires ont été conçus par notre équipe et ne sont pas toujours balisés. Vos documents de voyage, mis à jour régulièrement (roadbook et cartes ou extraits de carte), permettent d'effectuer le programme en toute sérénité.

## A SAVOIR

Départ le dimanche (transfert à 15h). Départ possible les autres jours de la semaine, avec un supplément de 80 € par personne pour 2 à 3 personnes, sans supplément à partir de 4 personnes.

- Les baignades, possibles certains jours de ce programme, sont sous votre propre responsabilité.

## LES VÉLOS

Un vélo vous est fourni pour la durée du séjour, équipé d'un kit de réparation, de sacoches, d'un cadenas et d'un casque. Il vous sera remis lors du rendez-vous du premier jour.

Vous pouvez également réserver un vélo électrique (en option, le demander à l'inscription).

N'oubliez pas de nous communiquer votre taille sur votre bulletin de réservation.

*NB : le rapatriement des vélos est inclus dans nos prestations.*

## Dates et prix

■ Promotion   ■ Départs complet   ■ Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Portugal Continental	De Valença à Porto en vélo	01/01/2026	26/06/2026	7 jours	1265.00 EUR
Portugal Continental	De Valença à Porto en vélo	27/06/2026	15/10/2026	7 jours	1330.00 EUR
Portugal Continental	De Valença à Porto en vélo	16/10/2026	15/12/2026	7 jours	1265.00 EUR

## Info pays



### Portugal Continental

Terres de contrastes, soumis à l'influence océanique, le Portugal enchante le visiteur par la diversité de ses paysages. Du nord au sud, nous traversons des régions sauvages où règne une ambiance rurale et paisible. En séjour accompagné ou en liberté, nous passons la nuit dans de petites auberges familiales propices aux rencontres et goûtons à une cuisine des plus délicieuses. Nos voyages permettent de découvrir des régions tranquilles et très belles. Sur place, nous vous donnons rendez-vous à Porto ou à Lisbonne, des villes de charme où vous apprécierez de prolonger votre séjour.

#### Formalités administratives

##### Portugal

- Pour les membres de l'Union européenne : carte d'identité ou passeport valide. Pensez à vous munir de la carte européenne d'assurance maladie (auprès de la sécurité sociale) nécessaire pour les voyages en Europe.

#### Conseil(s) santé

##### Portugal

Aucun vaccin n'est obligatoire. Nous vous conseillons cependant d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, poliomyélite, fièvre typhoïde.

Vaccin contre l'hépatite : à recommander.

## Infos pratiques

### Votre budget

**NOTE IMPORTANTE :** Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol ( si applicable ) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport ( Bruxelles, Luxembourg, Genève, ... ) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

### Le prix comprend

- L'hébergement tel que décrit.
- Le transport des bagages d'un hébergement à l'autre.
- Les petits déjeuners (J 2 à J 8).
- L'accueil personnalisé et le briefing (en anglais) à votre arrivée.
- La location d'un vélo adapté à cet itinéraire (avec sacoches, cadenas, kit de réparation et casque).
- Une assistance en cas de problème mécanique avec les vélos (hors réparation simple type crevaison).
- Les transferts entre l'aéroport et Castro Laboreiro, et de l'hôtel à l'aéroport de Porto.
- La mise à disposition d'un GPS (Garmin Dakota 10) avec les traces enregistrées.
- Le roadbook avec le descriptif des itinéraires.

### Le prix ne comprend pas

- Les repas du midi et les dîners.
- L'éventuel supplément pour la location d'un vélo électrique.
- L'éventuel supplément pour un départ un autre jour qu'un dimanche.
- La taxe de séjour de 2 eur / personne / nuit à Porto.
- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- Pour toute inscription à moins de 15 jours du départ, les frais de traitement prioritaire du dossier.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'Le prix comprend'.

### Autres dépenses sur place

- Les entrées dans les monuments, musées...
- Les boissons.
- Les pourboires.

### Vous préparer à partir

### Préparation physique

### Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).



### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un antibiotique à large spectre.
  - Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
  - Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
  - Un antiseptique.
  - De la crème solaire et de la Biafine.
  - Vos médicaments personnels.
- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

### Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

\* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

\* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

#### > Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich ( désert )
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison )
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique ( suivant la saison )
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure ( voir rubrique ci dessous )
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO [www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo)

#### > Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.



#### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
 25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
 Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- > Pochette antiviol et documents
- Passeport (ou carte d'identité).
  - Visa selon le pays.
  - Carnet de vaccinations et indications médicales.
  - Devises, carte de crédit.
  - Contrat d'assistance et d'assurance
  - Papiers personnels.

### A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.

### A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Une paire de chaussures de sport ( type basket )
- Le couchage est fournit par l'hébergeur

### Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.