De Minho à Porto en vélo (AT6YC)

Portugal Continental - Portugal

8 jours (dont 6 jours : Vélo Rando)

Prix à partir de 1160.00 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 vignerons 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 CASTRO LABOREIRO
Hébergement : hôtel. Repas libre.

Transfert à 15 heures de l'aéroport de Porto vers Castro Laboreiro, village situé dans le parc national de Peneda-Gerês. Au fur et à mesure que vous sillonnez les collines, vous découvrez les montagnes et les vastes vignobles, parsemés de petits villages. Vous passez la nuit dans un petit hameau, au c½ur des montagnes de la Sierra de Laboreiro.

Jour 2 CASTRO LABOREIRO - MONÇÃO
Distance : 45 à 57 km - Dénivelée positive : 150 à 220 m
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

La première étape de votre itinéraire à vélo est d'une beauté exceptionnelle, avec une agréable descente près de la frontière espagnole, au c½ur du parc national de Peneda-Gerês. Les 72 000 hectares du parc forment le dernier refuge naturel des loups ibériques, des aigles royaux et des chevaux sauvages. Ne vous étonnez pas de tomber nez-à-nez avec un cerf ! Vous continuez à vélo à travers les villages authentiques du Nord du Portugal jusqu'à Monção, ville fortifiée sur la rivière Minho.

Jour 3 MONÇÃO - CAMINHA
Distance : 48 à 59 km - Dénivelée positive : 135 à 395 m
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Vous pédalez aujourd'hui le long du fleuve Minho, vers l'océan Atlantique. Vous traversez la région de production du *vinho verde*. Prenez le temps de visiter le joli palais de Brejoeira, encore habité par la famille et premier producteur de *vinho verde*, et de déguster ce fameux vin. Vous retrouvez tout au long du parcours des traces des conflits entre le Portugal et l'Espagne, dont l'impressionnante forteresse du XVIIe siècle de Valença. Vous passez la nuit à Caminha, charmante ville stratégiquement située sur l'estuaire du Minho et dont l'histoire débute à l'époque préromaine.

Jour 4 CAMINHA - PONTE DE LIMA
Distance : 52 à 62 km - Dénivelée positive : 95 à 125 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, la basilique de Santa Luzia, au sommet de la colline qui surplombe la ville, est un arrêt obligatoire. Il vous faudra fournir un certain effort mais vous serez récompensés par une vue époustouflante. Vous traverserez alors à nouveau les villages, en remontant le fleuve Lima jusqu'à Ponte de Lima, bourg le plus ancien du Portugal, célèbre pour son joli pont romain en arc.

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

Jour 5 PONTE DE LIMA - BARCELOS
Distance : 32 à 41 km - Dénivelée positive : 300 à 350 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, est connue pour les carillons de ses différentes paroisses qui résonnent toutes les heures. Vous avez la possibilité de raccourcir votre étape en réservant un transfert depuis l'hébergement de Ponte de Lima jusqu'à Tamel, en haut de la colline. Ce service doit être demandé la veille au propriétaire de l'hébergement.

Jour 6 BARCELOS - VILA DO CONDE
Distance : 35 à 43 km - Dénivelée positive : 165 à 205 m
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Aujourd'hui, vous pédalez vers l'Atlantique. Ce parcours facile vous permet de prendre le temps de profiter d'un long repas à la portugaise afin de déguster la cuisine locale. Vila do Conde est fameuse pour son passé de construction navale, comme en atteste la réplique d'une caravelle des grandes découvertes dont l'original a été construit ici. Le centre est dominé par des maisons seigneuriales et de somptueux palais. Profitez d'une balade aux arômes d'embruns le long de la plage, avant d'aller vous coucher.

Jour 7 VILA DO CONDE - PORTO
Distance : 34 à 48 km - Dénivelée positive : 105 à 120 m
Hébergement : hôtel. Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

La dernière étape de vos vacances à vélo vous conduira le long de la côte, à travers une réserve ornithologique au milieu des dunes et des villages de pêcheurs. 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 8 FIN DU SÉJOUR À PORTO
Repas inclus : matin. Repas libres : midi, soir.

Transfert retour à l'aéroport de Porto.

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.

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

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.

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.

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

Dates et prix

Promotion | Départs complet | Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Portugal Continental	De Minho à Porto en vélo	30/08/2025	15/12/2025	8 jours	1160.00 EUR

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

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.

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

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'éventue 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.

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 anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- 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 éclaire 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

> 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.

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 sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol 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

- Une paire de chaussures de sport (type basket)
- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- 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.

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