




De l'Alentejo à l'Algarve à pied et à vélo ^(AT6YD)

Portugal Continental - Portugal

8 jours (dont 6 jours : Vélo Rando)

Prix à partir de 875.00 EUR p.p.

Niveau	
Type	Individuel
Age minimum	18 ans
Portage	Affaires pour la journée
Hébergement	Hôtel
Groupe	de 2 à 10 personnes
Repas	Selon programme
Encadrement	En liberté



Les points forts de ce voyage

- Une région d'Europe restée sauvage, offrant un parcours côtier splendide et varié.
- Les joyaux de l'Alentejo et de l'Algarve, dont les caps Sardão et Saint-Vincent.
- La location et le rapatriement du vélo inclus dans les prestations.
- La possibilité de prolonger le plaisir jusqu'à Lagos.



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

Ce voyage alterne randonnées à pied et à vélo dans le sud-ouest du Portugal, au littoral grandiose et sauvage de falaises escarpées survolées par de nombreuses espèces d'oiseaux.

Ce voyage alterne randonnées à pied et à vélo dans le sud-ouest du Portugal, au littoral grandiose et sauvage de falaises escarpées survolées par de nombreuses espèces d'oiseaux. Les haltes dans les villages de pêcheurs sont l'occasion de se régaler de fruits de mer cuits en cataplana. A l'arrivée au cap Saint-Vincent, c'est un phare perché qui salue les visiteurs des terres et de l'Océan... Un circuit dépaysant et ressourçant.

Jour 1 ACCUEIL À VILA NOVA DE MILFONTES

Hébergement : hôtel. Repas libre.

Depuis Faro ou Lisbonne (aéroport), accès en bus public, navette privée ou train à Vila Nova de Milfontes. En fonction de l'heure d'arrivée, vous pourrez découvrir la ville et ses environs. Accueil sur place par notre correspondant qui vous donnera quelques explications sur l'organisation du circuit.

NB : nous vous conseillons de privilégier une arrivée par Lisbonne et de profiter de cette ville de charme en y passant une ou plusieurs journées.

Jour 2 PORTO COVO - VILA NOVA DE MILFONTES (À PIED)

Dénivelée positive : 150 m. Dénivelée négative : 150 m. 6 h de marche.

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

Départ de Porto Covo, joli petit village de pêcheurs aux rues pavées et dont les maisons blanches ont des fenêtres aux contours bleus, rappel des couleurs océanes. La vue sur la côte s'ouvre au loin, jusqu'à Sines. La randonnée qui mène jusqu'à Vila Nova de Milfontes est surprenante : plages de sable fin invitant à la baignade, larges dunes, falaises dont le cortège de couleurs constitue la toile de fond d'un environnement peu fréquenté, si ce n'est par les oiseaux, très nombreux.

Jour 3 MILFONTES - ALMOGRAVE (À PIED)

Dénivelée positive : 100 m. Dénivelée négative : 100 m. 5 h de marche.

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

Après le petit déjeuner, courte marche jusqu'au sentier côtier : forêt de pins, dunes et plages sauvages rythment l'itinéraire jusqu'à la plage de Largo. En fin d'après-midi, vous rejoignez le village de pêcheurs d'Almogrove, où les traditions liées à l'Océan et à la pêche sont encore très vivaces.

Jour 4 ALMOGRAVE - ZAMBUJEIRA DO MAR (À PIED)

Dénivelée positive : 200 m. Dénivelée négative : 200 m. 6 h 30 de marche.

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

Plage d'Almogrove, direction le sud... Petit détour par le port traditionnel de Entrada da Barca, caché dans la roche, où les marins peuvent trouver refuge en cas de forte tempête. Tout au long du parcours, vous pourrez observer le vol incessant de nombreuses espèces d'oiseaux nichant dans les falaises (surtout de janvier à mai). Le phare du cap Sardão, qui signale aux marins les dangers de la côte, vous indiquera aussi le moment de rejoindre Zambujeira do Mar, où vous pourrez déguster poissons et crustacés fraîchement ramenés par les pêcheurs de cette charmante bourgade. La vue depuis le cap laisse rêveur, et les contrastes des couleurs entre la terre ferme et le bleu de l'Océan offrent un spectacle unique.

Jour 5 ZAMBUJEIRA - ODECEIXE - ALJEZUR (À VÉLO)

Distance : 41 km - Dénivelée positive : 500 m

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

Vous récupérez vos vélos et descendez toujours plus vers le sud, par un large chemin sablonneux sur la plage de Zambujeira puis jusqu'à la plage de Carvalhal. Petite montée au village de Brejão puis jusqu'au centre

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

d'Odeceixe, célèbre pour ses belles plages et le bel estuaire de la rivière Ceixe. La route continue jusqu'à Aria Vinagre pour arriver enfin à Aljezur, joli village typique.

Jour 6 ALJEZUR - CARRAPATEIRA (À VÉLO)

Distance : 43 km - Dénivelée positive : 500 m

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

Vous quittez Aljezur en croisant certains des plus beaux spots de surf de la côte, comme les plages d'Arrifana et d'Amado. Passage par le village de Carrapateira, aujourd'hui connu pour le surf, mais qui reste avant tout un traditionnel port de pêche.

Jour 7 CARRAPATEIRA - LE CAP SAINT-VINCENT - SAGRES (À VÉLO)

Distance : 41 km - Dénivelée positive : 300 m

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

Après une courte montée, vous atteindrez Vila do Bispo où vous pourrez goûter aux *percebes* (ou "pousse-pieds"). Puis vous atteignez le fameux cap Saint-Vincent, la perle de l'Algarve. Les paysages sont magnifiques, et de nombreuses espèces d'oiseaux aiment fréquenter la pointe la plus occidentale de l'Europe, jadis considérée comme le bout du monde. Les vagues de l'océan Atlantique viennent sauvagement frapper les gigantesques falaises, surplombées de leur phare. Puis fin d'étape tranquille pour rejoindre Sagres. En fin de journée, vous pourrez profiter de la plage et visiter la jolie ville de Sagres

Jour 8 FIN DU CIRCUIT À SAGRES OU JOURNÉE SUPPLÉMENTAIRE VERS LAGOS (À VÉLO)

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

Fin du séjour à Sagres.

Extension possible vers Lagos (tarifs, nous consulter) :

Nous pouvons vous réserver une nuit supplémentaire à Lagos, afin de poursuivre votre périple à vélo entre Sagres et Lagos.

Une belle étape de 42 km et 450m de dénivelé sur des petites routes goudronnées permettant de découvrir des paysages différents.

A Lagos, il y a de bonnes connexions pour rejoindre les aéroports de Lisbonne ou Faro en bus / train.

Cette extension inclut : 1 nuit supplémentaire à Lagos en hôtel 4* avec petit déjeuner, le transfert des bagages, et la location de vélo si vous avez choisi de louer votre vélo par notre intermédiaire.

NB : le rapatriement des vélos en fin de séjour est inclus dans nos prestations.

- Les distances et dénivelées sont données à titre indicatif.

ACCÈS

IMPORTANT : prévoir un vol avec une arrivée à Lisbonne avant 12 heures.

Vol pour Lisbonne

- De Paris : vols directs depuis Orly (TAP, Aigle Azur, Transavia), CDG (Air France, EasyJet) et Beauvais (Ryanair).

- La TAP dessert aussi les aéroports de Bordeaux, Lyon, Marseille, Nantes, Nice, Toulouse, Bruxelles et Genève (vols directs).

- Vols low cost : avec EasyJet depuis Bordeaux, Lyon, Nantes, Nice, Bâle Mulhouse et Genève ; avec Transavia depuis Lyon et Nantes.

Vous prenez ou pas l'avion avec Trek Aventure

- Arrivée à Faro ou Lisbonne : transfert à Vila Nova de Milfontes par vos propres moyens (bus ou taxi depuis l'aéroport).

Rejoindre Vila Nova de Milfontes depuis Lisbonne

Nous vous conseillons de vous rendre à Vila Nova de Milfontes en bus direct.

- En train

Depuis Lisbonne jusqu'à Funcheira (à 40 min de Milfontes), puis navette jusqu'à l'hôtel à Milfontes (3 h,



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

demander à votre conseiller en voyages les horaires de la navette au moment de l'inscription). L'idéal est de réserver la navette auprès de votre conseiller en voyages avant le départ. Lisbonne-Funcheira en train : compter 13 € l'aller simple (à régler sur place). Puis Funcheira-Milfontes (aller simple : 60 € par véhicule, quel que soit le nombre de participants, à réserver au moment de l'inscription).

• Rejoindre la gare ferroviaire Oriente : bus ligne 44 (1,40 €) ou aérobis (3,50 € ; il passe également au centre-ville et le ticket est valable toute la journée, vous pouvez donc faire une halte dans le centre de Lisbonne si votre vol arrive tôt le matin) pour la gare ferroviaire Oriente (ou si vous avez le temps, à pied, environ 20 minutes en descendant toute l'Avenida de Berlim, en face en sortant de l'aéroport).

- En navette

Depuis Lisbonne ou Faro : navette de l'aéroport à l'hébergement, à réserver au moment de l'inscription (voir la rubrique "Services plus").

- En bus direct

Depuis Lisbonne jusqu'à Vila Nova de Milfontes (3 à 4 h, compagnie de bus Rede Expressos, 00 351 21 358 14 60, <http://www.rede-expressos.pt/>, plusieurs départs quotidiens, tous les jours). La gare routière se trouve à Sete Rios, s'y rendre en taxi depuis l'aéroport (10 € environ), ou avec l'aérobis (3,50 € ; il passe également au centre-ville et le ticket est valable toute la journée, vous pouvez donc faire une halte dans le centre de Lisbonne si votre vol arrive tôt le matin).

Rejoindre Vila Nova de Milfontes depuis Faro

• En train

Depuis Faro jusqu'à Funcheira (à 40 min de Milfontes), puis navette jusqu'à l'hôtel à Milfontes (3 h, demander à votre conseiller en voyages les horaires de la navette au moment de l'inscription). L'idéal est de réserver la navette auprès de votre conseiller en voyages avant le départ. Faro-Funcheira en train : compter 13 € l'aller simple (à régler sur place). Puis Funcheira-Milfontes (aller simple : 90 € par véhicule, 8 participants maximum, à réserver au moment de l'inscription).

Retour depuis Sagres (ou Lagos)

Pour le retour, bus direct de Sagres à Lisbonne (5 h de bus environ).

Changement à Lagos pour un vol retour au départ de Faro (4 h de bus environ).

LES DÉPLACEMENTS

- Transfert privé le J 2, le matin.

- Pendant vos journées de vélo et de randonnée, une assistance logistique est prévue par notre représentant sur place : si vous rencontrez des difficultés sur le parcours, il peut intervenir à tout moment.

L'HÉBERGEMENT

- En hôtels 2 ou 3 étoiles choisis pour leur confort, leur taille humaine et la qualité de leur accueil.

- Si vous arrivez la veille ou souhaitez prolonger votre séjour, nous pouvons réserver pour vous une nuit supplémentaire dans l'un de nos hôtels partenaires, voir la rubrique "Options sur place".

LES REPAS

- Les petits déjeuners sont pris dans les hébergements ou au restaurant.

- Les pique-niques de midi sont à votre charge, vous trouverez de nombreuses épiceries où vous ravitailler.

- Les dîners sont libres, auberges et restaurants à toutes les étapes. On mange de très bons produits, variés, frais et issus de la mer, à petit prix.

LE TRANSPORT DES BAGAGES

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

BALISAGE ET SENTIERS

La plupart des sentiers de randonnée ont été balisés, mais l'entretien des marquages n'est pas très régulier. Cependant, les chemins sont bien identifiés et les informations délivrées mises à jour chaque année. Pas de passage difficile, quelques cairns ont été mis en place sur le parcours. Si vous avez un doute, rejoignez le village le plus proche et faites le point.

ITINÉRAIRES

Les itinéraires à vélo sont majoritairement sur des petites routes secondaires avec peu de circulation, même s'il y a des portions sur routes plus fréquentées, et des portions sur pistes non goudronnées. Ces pistes sont



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

majoritairement bien roulantes, même si certaines parties sont moins bien entretenues.

Le J5 : 10% de pistes non goudronnées et 90% de petites routes goudronnées

Le J6 : 20% de pistes non goudronnées et 80% de petites routes goudronnées

Le J7 : 60% de pistes non goudronnées et 40% de petites routes goudronnées

Extension entre Sagres et Lagos : 100% de petites routes goudronnées

A SAVOIR

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

LES VÉLOS

- Vélo fourni : vous disposerez d'un VTC (de marque Scott). Un casque vous sera fourni, ainsi qu'un kit de réparation, un antivol, et une sacoche de 20L par vélo.

Pas de vélo électrique disponible à ce jour sur ce circuit.

Le vélo vous sera remis sur place et une caution vous sera demandée. N'oubliez pas de nous communiquer votre taille sur votre bulletin de réservation.

Nous vous remettons aussi sur place un GPS avec l'itinéraire pré-enregistré pour la partie en vélo (type Garmin Dakota 10).

Le rapatriement des vélos en fin de séjour est inclus dans nos prestations.

Dates et prix

■ Promotion ■ Départs complet ■ Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
Portugal Continental	De l'Alentejo à l'Algarve à pied et à vélo	01/02/2026	31/05/2026	8 jours	875.00 EUR
Portugal Continental	De l'Alentejo à l'Algarve à pied et à vélo	01/06/2026	30/09/2026	8 jours	915.00 EUR
Portugal Continental	De l'Alentejo à l'Algarve à pied et à vélo	01/10/2026	30/11/2026	8 jours	875.00 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.

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, base chambre double.
- Les petits déjeuners.
- L'accueil personnalisé et le briefing (en anglais) à votre arrivée.
- L'intervention de notre correspondant sur place en cas de nécessité et pour réaliser le transfert du J 2, de Vila Nova de Milfontes à Porto Covo.
- La location du vélo et le rapatriement du vélo en fin de séjour.
- Une assistance en cas de problème mécanique avec les vélos (hors réparation simple type crevaison).
- Les transferts des bagages entre les hébergements.
- Le roadbook pour les randonnées et le GPS avec l'itinéraire pré-enregistré pour la partie à vélo (type Garmin Dakota 10).

Le prix ne comprend pas

- Les vols aller et retour depuis la France.
- L'éventuel supplément chambre individuelle.
- 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 déjeuners et les dîners.
- Les entrées dans les monuments, musées...
- Les boissons.

Vous préparer à partir

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivelée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1h30).

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 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

> 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 antivols 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 fourni 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.