Portogallo & Spagna – Pedalando lungo l'oceano in direzione Santiago de Compostela
Un viaggio in bicicletta di 8 giorni

Codice tour: PT01C

Questo tour vi permetterà di vedere due bellissimi paesi in un unico viaggio, il Portogallo e la Spagna! Esplorerete l'incantevole costa atlantica da Porto, Patrimonio Mondiale dell'Unesco, a Santiago de Compostela in bicicletta: attraverserete i tradizionali porti di pesca dove sosterete ad assaggiare i migliori pesci e crostacei d'Europa. Il Portogallo sarà una piacevole sorpresa; i suoi bellissimi itinerari scelti per voi vi condurranno attraverso borghi costieri, lungo spiagge sabbiose e sentieri di campagna, attraversando vigneti e borghi medievali ricchi non solo di stile romanico, ma anche di architettura barocca e neoclassica. Questo percorso è una variante del tradizionale Cammino portoghese a Santiago, che solo di recente è stato approvato come Cammino di Santiago ufficiale, anche se, potrebbe essere il più antico di tutti i percorsi di pellegrinaggio che portano al luogo sacro dove si trovano i resti dell'apostolo San Giacomo, portato lì da Gerusalemme. Sarà possibile includere deliziose cene a base di pesce, deliziose degustazioni di vini sia in Portogallo che in Spagna. La sistemazione sarà sempre in hotel di charme ed in posizione strategica oppure si potrà scegliere di dormire in boutique hotel storici e di lusso… (i tipici Paradores: situati in castelli, manieri e dimore signorili). I Paradores sono famosi per i loro alti standard di ospitalità e per la loro eccellente cucina tradizionale. Che siate religiosi o meno, questo viaggio vi ispirerà, vi affascinerà e sicuramente rimarrete toccati dalle forti emozioni che, per secoli, i pellegrini hanno vissuto percorrendo questa rotta, nonostante le tante sfide che hanno incontrato lungo il loro cammino. La vostra pedalata inizierà a Porto, dove trascorrerete la prima notte. Quindi pedalerete per circa 40 chilometri al giorno, seguendo il famoso Camino de Santiago, oltre ai vari punti di riferimento come

Viana do Castelo e Caminha in Portogallo, Baiona, Pontevedra, Cambados e Arousa in Spagna. Alla fine, avvicinandovi a Santiago de Compostela, una delle pietre miliari della cristianità, proverete una sensazione di appagamento, gradimento e vera gioia. Una bella visita alla magnifica cattedrale, un luogo pieno di storia, fede e speranza, sarà il momento clou finale di questo suggestivo tour in bicicletta.

Date del tour: tutti i lunedì dal 1° marzo al 30 novembre 2024. Su richiesta e con supplemento (minimo 2-3 persone) sarà possibile iniziare in un altro giorno.

Partecipanti: minimo due persone, viaggiatore singolo su richiesta

Livello: 2,5 (il giorno 4 è più un livello 3)
Le prime tappe di questo tour saranno facili e prevalentemente pianeggianti. Poi si pedalerà in un paesaggio leggermente collinare con alcune brevi salite non impegnative. Il giorno 4 c'è un tratto impegnativo lungo un piccolo sentiero in ripida salita. Qui devi camminare e spingere la bici ed il livello è più impegnativo. Le distanze giornaliere saranno brevi e quindi avrete tempo per riposarvi in punti di interesse lungo il percorso e godervi la fantastica costa atlantica e la campagna del Portogallo, o per prendervi un po'di tempo per esplorare le città portoghesi e spagnole e scoprirne la cultura locale ed il loro buon cibo.
Pedalerete una media di 40 Km al giorno, con alcuni chilometri su dolci pendii. È richiesta una certa esperienza in bicicletta.

Km giornalieri: min. 30 km e max. 48 km
Km totali del tour: 240 km

Programma in breve:
Giorno 1 Arrivo individuale a Porto
Giorno 2 Porto - Caminha (47,9 km)
Giorno 3 Caminha - Baiona (37,4 km)
Giorno 4 Baiona - Pontevedra (32,6 km)
Giorno 5 Pontevedra - Cambados (30,2 km)
Giorno 6 Cambados - Carril (40 km)
Giorno 7 Carril - Santiago de Compostela (48 km)
Giorno 8 Fine del tour

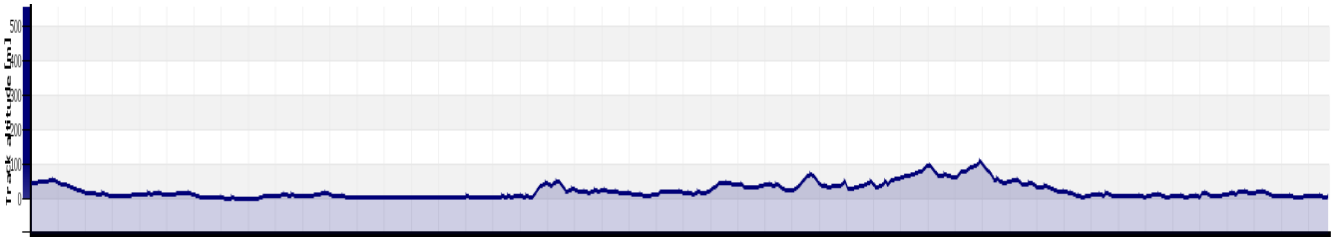
Programma giornaliero
Giorno 1 Arrivo individuale a Porto
Il vostro viaggio inizierà a Porto, una città Patrimonio Mondiale dell'UNESCO, famosa nel mondo per il suo vino, il Porto. Oggi avrete tempo per visitare la città, visitare una delle sue storiche cantine, scoprendo le numerose specialità gastronomiche che la città ha da offrire. Passeggia per il centro storico nel quartiere medievale lungo il fiume Ribeira, visita del ponte Dom Luis, con le sue tradizionali barche Rabelo ormeggiate nel fiume Douro. La cittadina è ricca di monumenti e punti di riferimento, un vero gioiello!
Se sceglierete il pacchetto opzionale “Wine Experiences”, avrete una visita guidata ed una degustazione di vini in una delle storiche cantine di Porto.

Pernottamento e prima colazione a Porto.

Giorno 2 Porto - Caminha
La mattina sarete portato al noleggio bici ed alle 9.30 un breve transfer all'inizio della pedalata. Lascerete Porto e pedalerete per gran parte della giornata lungo l'Oceano Atlantico fino alla vostra destinazione, l'antica e pittoresca città di Caminha, attraverso la famosa regione vinicola Vinho Verde piena di vigneti che producono un noto bianco secco. Pedalando lungo l'Oceano Atlantico sarà un'esperienza straordinaria; attraversando incantevoli villaggi di pescatori tradizionali. Una volta giunti a Viana do Castelo, la pace e la tranquillità della vostra corsa sarà sostituita dai suoni di questa vivace città all'estuario del fiume Lima. Risalente all'epoca romana, Viana fu in seguito il porto principale del nord dell'Iberia, un luogo molto importante durante le scoperte portoghesi del XVI secolo. Il percorso proseguirà lungo la spiaggia di Afife, una delle più famose spiagge per il surf nel nord del Portogallo, passando davanti allo storico faro di Montedor che veglia su tutti i marinai. Successivamente, Vila Praia de Ancora, un villaggio di pescatori situato sul fiume Ancora, delizia i visitatori con la sua grande bellezza naturale. Stasera, soggiornerete a Caminha, un'elegante cittadina medievale strategicamente situata sull'estuario del fiume Minho, la cui storia risale all'epoca preromana.

Pernottamento e prima colazione a Caminha
Distanza: 48,1 km
Altitudine: min. 0 e max. 107m
Dislivello: + 332m
Terreno: asfalto 99% / sterrato 1%

Altimetria:



Giorno 3 Caminha – Baiona
Oggi lascerete il Portogallo ed entrerete in Spagna.
Ci sono 2 opzioni:

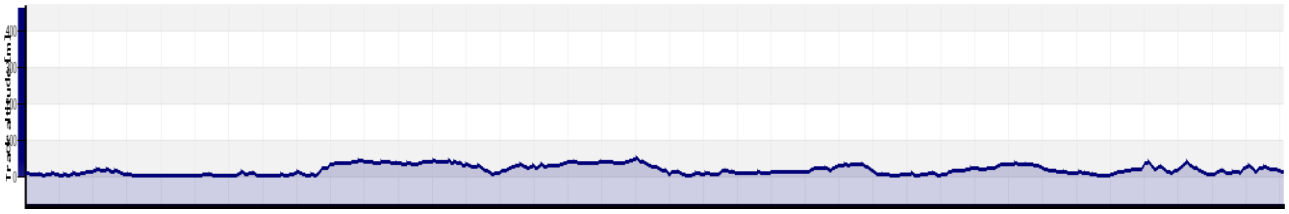
- prendere il traghetto o il taxi boat attraverso il fiume Minho da Caminha per arrivare in Spagna (non incluso nel prezzo e nei giorni festivi non sempre barche disponibili)
- oppure attraversate in bicicletta il Ponte dell'Amicizia "Ponte da Amizade" che collega i due paesi. La corsa fino al ponte rende il percorso più lungo di 13 km

Inoltre potrete scegliere se iniziare il vostro itinerario prendendo il traghetto attraverso il fiume Minho, da Caminha alla Spagna, o trasferendovi a Vila Nova de Cerveira e attraversando in bicicletta il Ponte dell'Amicizia che collega i due paesi. Una volta in Galizia, pedalerete lungo la costa atlantica, ai piedi della Sierra de Argalo e della Sierra de

la Grova, oltrepassando l'affascinante e vivace città portuale di Baiona, famosa per il suo pesce fresco ed i frutti di mare. Una volta arrivati a Baiona, si avrà la possibilità di passeggiare lungo il porto o lungo le mura dell'imponente Monterreal Fort, oppure semplicemente rilassarvi, godendovi un magnifico tramonto con un drink ed alcune tapas in uno dei numerosi caffè terrazzati sul lungomare. Il pacchetto opzionale Wine & Dine include una deliziosa Parrillada de Marisco, una gustosa selezione di 7 diversi tipi di frutti di mare, accompagnata dal fresco vino bianco galiziano locale.

Pernottamento e prima colazione a Baiona
Distanza: 37,4 km + 13 km se pedalate al ponte
Altitudine: min. 0 e max. 64 m
Dislivello: + 305m
Terreno: asfalto 90% / sterrato 10%

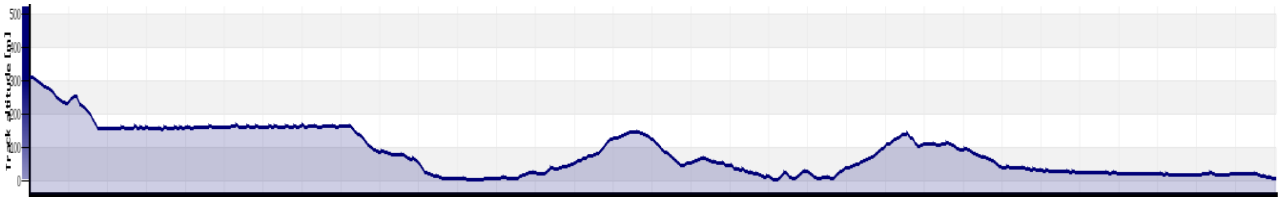
Altimetria:



Giorno 4 Baiona a Pontevedra
Una tappa molto bella vi attenderà oggi: pedalerete attraverso i lussureggianti corsi d'acqua interni delle Rias Bajas. Pedalerà verso nord lungo la valle del fiume Louro, attraverso fitte pinete e l'ambiente magico delle colline galiziane. Lungo la strada, pedalando più a nord verso Vilaboa, avrete una splendida vista sull'oceano. Attraverserete il villaggio di pescatori di Arcade, nota per essere la capitale delle ostriche della Galizia. Oggi c'è un tratto impegnativo lungo un sentiero in ripida salita. Dovete camminare per un po' e spingere la bici in salita. Successivamente, raggiungerete l'antica città di Pontevedra, la vostra destinazione odierna. Pontevedra si trova in una posizione pittoresca sul fiume Lerez e merita assolutamente di essere visitata.

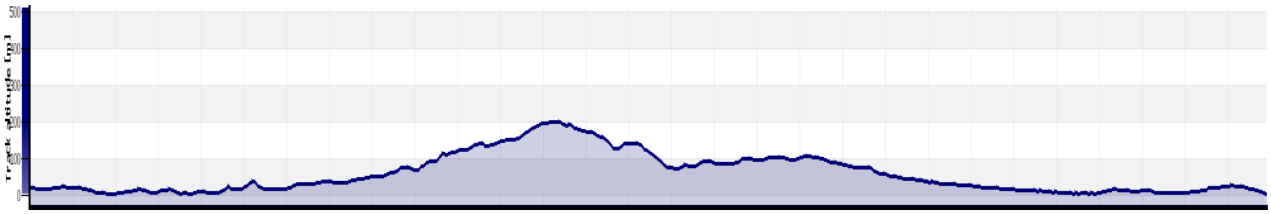
Pernottamento a Pontevedra
Distanza: 32,5 km
Altitudine: min. 0m e max. 311m
Dislivello: 370m
Terreno: 70% asfalto / sterrata 30%

Altimetria:



Giorno 5 Pontevedra - Cambados
Oggi godrete di viste mozzafiato sull'Oceano Atlantico, poi pedalerete attraversando foreste e costeggiando ampi vigneti delle Rias Baixas, la regione vinicola in cui viene prodotto l'Albariño, considerato uno dei migliori vini bianchi al mondo.
Questa sarà una destinazione eccellente grazie al verde dei boschi e dei vigneti, alle acque blu scintillanti del corso d'acqua di Arousa, ai vini di qualità e, non ultimi, deliziosi crostacei e frutti di mare. Cambados sarà oggi la destinazione finale: essa si trova vicino alla foce dell'estuario dell'Arousa, ed è una delle città galiziane più attraenti in assoluto. La sua particolare architettura del quartiere dei pescatori di Santo Tomé merita assolutamente una visita, in particolare le case le cui facciate sono ricoperte di conchiglie di capesante.
Anche a Cambados (su richiesta), potrete scegliere un'esperienza di pesca con una famiglia locale di pescatori artigianali, che seguono ancora il metodo tradizionale di pesca, pescando vongole e cozze dai banchi di sabbia a mano.
Ecco alcune opzioni tra cui scegliere: un pacchetto di degustazione di vini includendo una visita guidata ed una degustazione di vini presso una premiata azienda vinicola tradizionale. Il pacchetto opzionale Wine & Dine includerà una meravigliosa cena a base di pesce in un ristorante locale molto popolare accompagnata dal vino Albariño. Lo chef vi delizierà con modi nuovi e moderni di preparare una varietà di frutti di mare, che stuzzicheranno il vostro palato.

Pernottamento e prima colazione a Cambados
Distanza: 30,2 km
Altitudine: min. 1m / max. 202 m
Dislivello: + 277m
Terreno: asfalto 85% / sterrato 15%

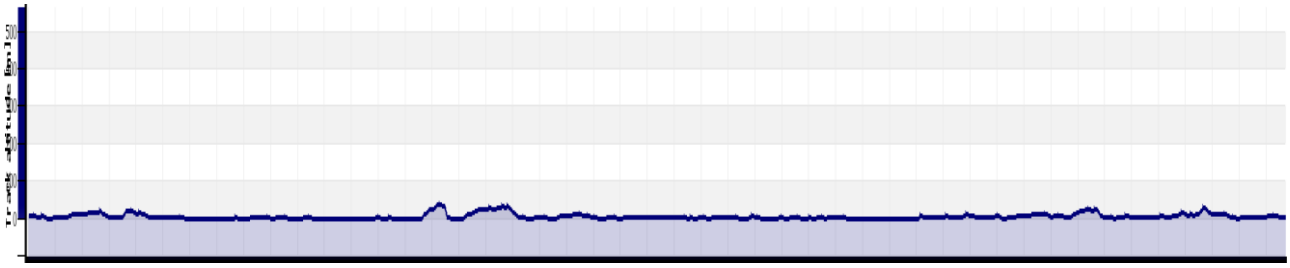
Altimetria:


Giorno 6 Cambados - Carril
Il vostro bellissimo percorso panoramico proseguirà nell'ambiente marittimo e naturale dell'estuario di Arousa. Lascerete Cambados, passando per dei mulini ad acqua di mare fino a raggiungere un ponte che conduce a Illa de Arousa, un'incantevole penisola con villaggi di pescatori circondati da bellissime spiagge ed il Parco Naturale di Carreirón, una riserva di uccelli.
La destinazione odierna sarà il villaggio di pescatori di Carril, famoso per le sue cozze ed i suoi molti ristoranti che servono deliziosi frutti di mare. Se lo desiderate, avrete tempo per fare un bagno salutare e rilassarvi in una delle spiagge incontaminate di sabbia bianca attorno alla città o noleggiare un kayak od una barca per la piccola isola di Cortegada, di

fronte a Carril (non inclusa nel prezzo), famosa per la più grande foresta di alloro d'Europa, alberi secolari che attirano ammiratori da tutto il mondo.
In alternativa, potrete fare una crociera in barca di un'ora sull'estuario di Arousa dove vedrete le piattaforme di legno galleggianti utilizzate per allevare le cozze. Sarà inclusa una degustazione di cozze accompagnate da vino bianco a bordo. Questa crociera opera da giugno a metà ottobre e lascerà il porto di Vilanova tutti i giorni alle 12:30 ed alle 17:00.
Una giornata piena di opzioni, ma... qualunque cosa sceglierete, non dimenticate la fotocamera, ci sarà molto da vedere e da fotografare!

Pernottamento e prima colazione a Carril.
Distanza: 39,2 km
Altitudine: min. 0m e max. 38m
Dislivello: + 305m
Terreno: asfalto 73% / sterrato 27%

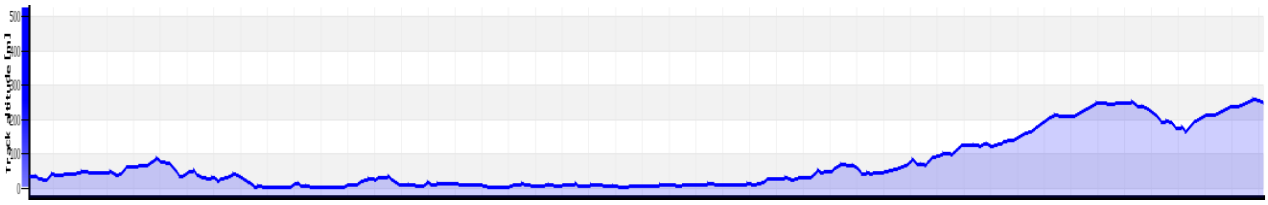
Dislivello:



Giorno 7 Carril - Santiago de Compostela
Oggi sarà il giorno in cui raggiungerete la vostra destinazione finale, Santiago de Compostela. Considerata una delle più importanti città sante della cristianità, si dice che sia il luogo di riposo delle reliquie dell'apostolo San Giacomo, patrono di Spagna. Si lascerà Carril e si pedalerà attraverso un paesaggio verde ricco di foreste e zone umide. Attraverserete Padrón, una graziosa cittadina sulle rive del fiume Sar. Secondo la leggenda, il corpo di San Giacomo sarebbe stato trasportato qui in barca da Gerusalemme. Fu solo alla fine del IX secolo che il vescovo locale affermò di aver scoperto il luogo di sepoltura di questo santo, in un luogo chiamato Compostela che divenne rapidamente un luogo di pellegrinaggio religioso. Potrete iniziare la vostra visita di questa antica e storica città con la sua magnifica cattedrale e la sua imponente Pórtica de la Gloria. Notando la bellezza dei diversi stili architettonici degli edifici che caratterizzano le strade acciottolate medievali e le piazze Obradoiro, Quintana e O Toural. Turisti e visitatori apprezzano il contrasto tra la parte cristiana e la parte universitaria della città, potrete fermarvi per una pausa o per un pasto in uno dei tanti deliziosi ristoranti e bar presenti in città.

Pernottamento e prima colazione a Santiago de Compostela
Distanza: 48,3 km
Altitudine: min. 0m e max. 263m
Dislivello: + 517m
Terreno: asfalto 95% / sterrato 5%

Altimetria:



Giorno 8 Fine del tour
Prima colazione a termine dei nostri servizi. Transfer per l'aeroporto di Porto.

Hotel: *** e **** stelle viaggio standard

Biciclette:
Biciclette ibride ed E-bike. Dotate di portapacchi, borsa laterale e casco; borsa da manubrio (una ogni due biciclette), lucchetto (uno ogni due biciclette).

Dimensioni del telaio
Bici standard (E-bike e ibride)
XS 35 cm / S 38 cm / M 43 cm / L 48 cm / XL 53 cm
Bici con telaio basso
M 45 cm / L 48 cm

I telai delle biciclette sono attribuiti secondo i seguenti aspetti:
• Altezza dei clienti
• Richieste specifiche

Nota: ai clienti verrà assegnata una bicicletta a telaio alto standard a meno che non richiedano diversamente (bici a telaio basso soggette a disponibilità).

NON ESISTONO telai bassi XS (<160 cm), né XL (>180 cm). In questi casi verrà assegnata una bici standard a telaio alto o e-bike.

Uso GPS
È incluso un dispositivo GPS, ma si consiglia di utilizzare l'app Ride with GPS per il vs. smartphone:
• Facile da usare, tutte le informazioni sul tour in un unico App.
• Inizia ad esplorare i percorsi due settimane prima dell'inizio del tour
• Schermo più grande, i percorsi segnalati sono meglio da seguire / vedere
• Contiene più informazioni sul tour (mappe, distanze, elevazione).
• Include i dettagli dell'itinerario: punti di interesse, alloggi, ristoranti.
• Funziona offline una volta scaricato.

• Disponibilità di navigazione vocale turn-by-turn.
• Fornisce notifiche se si va fuori rotta.

Prezzi 2024 per persona hotel standard con inizio Lunedì
2 a 5 persone

Media stagione (01/03/2024 to 30/04/2024 and 01/10/2024 to 30/11/2024)

In camera doppia € 1.175
In camera singola € 1.550

Alta stagione (01/05/2024 to 30/09/2024)
In camera doppia € 1.325
In camera singola € 1.755

6 a 10 persone

Media stagione (01/03/2024 to 30/04/2024 and 01/10/2024 to 30/11/2024)
In camera doppia € 1.100
In camera singola € 1.475

Alta stagione (01/05/2024 to 30/09/2024)
In camera doppia € 1.250
In camera singola € 1.680

Viaggiando da solo su richiesta
Inizio tour su un'altra giorno che lunedì ha un supplemento di € 230 p.p.

Prezzi per persona 2023 pacchetto hotel con 3 notti a Paradores inizio lunedì
2 a 5 persone

Media stagione (01/03/2024 to 30/04/2024 and 01/10/2024 to 30/11/2024)
In camera doppia € 1.515
In camera singola € 1.985

Alta stagione (01/05/2024 to 30/09/2024)
In camera doppia € 1.565
In camera singola € 2.095

6-10 persone

Media stagione (01/03/2024 to 30/04/2024 and 01/10/2024 to 30/11/2024)
In camera doppia € 1.440
In camera singola € 1.910

Alta stagione (01/05/2024 to 30/09/2024)
In camera doppia € 1.490

In camera singola €2.020

Viaggiando da solo su richiesta
Inizio tour su un'altra giorno che lunedì ha un supplemento di € 230 p.p.

Incluso nel prezzo:

- 7 pernottamenti con colazione nella categoria alberghiera prescelta
- Trasporto bagagli
- Trasferimento dall'aeroporto di Porto a Porto Hotel e da Santiago alla fine del tour per l'aeroporto di Porto o centro Porto. Transfer in auto, furgone o minibus
- Noleggio bici
- Per gruppo / prenotazione: GPS caricato con le tracce ed informazioni dettagliate, kit attrezzi, kit di pronto soccorso, kit di riparazione forature, pompa, camera d'aria di ricambio e telefono cellulare prepagato. Consiglia ai clienti di portare i propri caschi, anche se caschi usati possono essere forniti gratuitamente (disponibilità limitata). Su prenotazione anticipato si possono consegnare nuovi caschi al costo di 65,00 a casco
- Parcheggio notturno delle biciclette presso gli hotel
- Assistenza locale

Non compreso nel prezzo:

- Guida e veicolo a supporto (prezzo su richiesta)
- Pasti, esperienze enologiche ed esperienze culinarie (facoltativo)
- Supplemento E-Bike (185 € / disponibilità limitata)
- Assicurazione di viaggio che raccomandiamo (annullamento, copertura medica e bagaglio)
- Spese personali
- Interventi meccanici sulle biciclette effettuati sulle biciclette senza l'autorizzazione del vs. agente di zona
- Varie altre voci come addebiti per notti aggiuntive
- Tutto ciò non espressamente menzionato sotto "Il prezzo include"
- Danni causati da cattivo uso delle biciclette o incidenti. Saranno a carico dei clienti. L'agente locale fornirà comunque assistenza per risolvere i problemi
- Piccole riparazioni come forature o modifiche della camera d'aria

Extra e supplementi da prenotare in anticipo

Servizio Premium (€ 355 p.p.)

- Trasferimenti privati all'inizio e alla fine del tour
- Briefing completo del percorso e montaggio bici di 30 min
- Assistenza stradale su chiamata
- Accoglienza privata in Portogallo
- Messaggi post-corsa giornalieri sulla tua App

Degustazione di vini: 65 euro a persona.
Compreso nel pacchetto:

Giorno 1 - Visita guidata e degustazione di vini in una cantina di Porto dopo l'arrivo*.
Giorno 5 - Visita guidata e degustazione di vini presso una premiata azienda vinicola tradizionale a Cambados

* Disponibile per i clienti che arriveranno a Porto al massimo nel primo pomeriggio in quanto l'ultima visita possibile alle cantine sarà alle 17h45.

Pacchetto speciale Wine & Dine: 115 euro a persona.
Compreso nel pacchetto:
Giorno 3 - Cena speciale in un ristorante tipico spagnolo, menù di tre portate e vino incluso, a Baiona.
Giorno 5 - Cena speciale a base di pesce in un bel ristorante galiziano, con 3 antipasti, un piatto principale ed un dessert, a Cambados.

Nota bene: tutte le attività aggiuntive, comprese le degustazioni di vino, devono essere programmate alla fine della giornata, dopo che i ciclisti saranno arrivati a destinazione.

Pacchetto picnic: € 115 a persona
6 pranzi leggeri da portare in bici

Quota per partenza in un giorno diverso dal lunedì: € 230 a persona

Supplemento E-Bike: € 185 a bicicletta, 5 giornate di noleggio (soggetto a disponibilità a causa del numero limitato di E-Bike)

Transfer extra da e per Porto dall'aeroporto: € 55,00 fino a 3 persone
Ogni volta che un transfer aeroportuale non sarà diretto, ma con variazione di destinazione, verrà applicato un supplemento come segue:
Transfer di arrivo dall'aeroporto di Porto al centro di Porto e transfer di fine viaggio da Santiago de Compostela all'aeroporto di Porto od al centro di Porto. Su richiesta verrà addebitata una commissione per tutti i trasferimenti verso altre località.

Come arrivare
Inizio / Fine del tour: Porto / Santiago de Compostela

ECOLOGICOTOURS

ECOLOGICO TOURS
Cantonal 41C/19
6565 San Bernardino
Svizzera/Schweiz/Suisse

info@ecologicotours.com
tel. (0039) 3463254167 – (0041)(0) 79 2457505
www.ecologicotours.com
www.meravigliosaumbria.com