

Pedalando da Porto a Coimbra
La Silver Coast Portoghese
Un tour individuale o di gruppo di 7 giorni



Codice Tour: PT02C



Questo rilassante e facile tour in bicicletta lungo la Costa d'Argento (Costa de Prata) collega due bellissime città portoghesi, Porto e Coimbra. La Costa d'Argento è un tratto di terra compreso tra il fiume Douro a Vila Nova de Gaia e Torres Vedras nel distretto di Lisbona. La costa, bagnata dall'acqua rinfrescante dell'Oceano Atlantico e così chiamata per via delle spiagge di sabbia argentea. Pedalerete in tranquillità da una città costiera all'altra con viste mozzafiato sull'oceano. Il tour inizierà nella città originariamente mercantile di Porto e ora nota soprattutto per i suoi eccellenti vini. Visiterete il suo delizioso centro storico circondato da mura medievali, passeggiando per i vicoli del quartiere Ribeira, magari degustando del vino Porto abbinato a stuzzicherie in uno dei tanti accoglienti ristoranti o enoteche.

Pedalando lungo tranquille stradine e strade di campagna, sempre accompagnati da spiagge magnifiche. Attraverserete piccoli paesi come Furadouro, Praia de Mira e Figueira da Foz, foreste nazionali e città costiere che meritano certamente una visita.

Il tour terminerà a Coimbra la "città della conoscenza", famosa per la sua nobile università, costruita su di una collina. Visiterete la biblioteca barocca del re João. La città ha molte influenze arabe, un vivace mercato del pesce, molti monumenti storici e, naturalmente, potrete ascoltare la musica popolare del Fado di Coimbra in uno dei tanti club presenti in città.

Programma in breve:

- Giorno 1 - Arrivo individuale a Porto
- Giorno 2 - Porto - Furadouro (47 km)
- Giorno 3 - Furadouro - Aveiro (45 km)
- Giorno 4 - Aveiro - Praia de Mira (40 km)
- Giorno 5 - Praia de Mira - Figueira da Foz (50 km)
- Giorno 6 - Figueira da Foz - Coimbra (55 km)
- Giorno 7 - Fine del tour

Date del tour individuale: ogni giorno dell'anno

Date del tour di gruppo: 05/04, o con minimo 4 persone con date su richiesta

Partecipanti: da 1 persona

Si prega di notare che per il tour guidato è richiesto un numero minimo di 4 partecipanti per la conferma. Per gruppi inferiori a 4 ci si potrà unire ad altri ciclisti, contattateci e verificheremo se ci sono date confermate nel periodo in cui desiderate prenotare il tour.

Livello: 1,5

Percorsi facili e pianeggianti, con una sola salita il 5° giorno di circa 4 km. Pedalerete per il 65% su piste ciclabili, il 20% su strade sterrate lisce e talvolta attraverso campi agricoli ed il 5% su strade asfaltate a basso traffico.

Tutte le distanze sono approssimative. A causa di circostanze al di fuori del nostro controllo, come condizioni meteorologiche o disposizioni impartite dalle autorità locali, l'itinerario potrebbe subire alcune modifiche prima e/o durante la vacanza.

Distanze giornaliere: tra i 40 ed i 55 km

Totale km: circa 240km



Programma giornaliero:

Giorno 1 Arrivo a Porto

Arrivo individuale a Porto, una pittoresca città con il suo centro storico situato lungo l'estuario del fiume Douro. La città ha un porto dai mille colori ed è una delle più antiche città europee. Vibrante e affascinante, il centro storico è un sito del patrimonio mondiale dell'UNESCO e vi sarà molto da visitare. Da non perdere è ovviamente il quartiere Ribeira con le sue stradine e le case colorate. Inoltre, varrà la pena di visitare la chiesa gotica di Saõ Francisco e la chiesa barocca dei Clericos. Famoso è il ponte costruito nel 1886, il Ponte Dom Luís I, un ponte ad arco in metallo a due piani lungo 172 m che attraversa il fiume Douro tra Oporto e Vila Nova de Gaia.

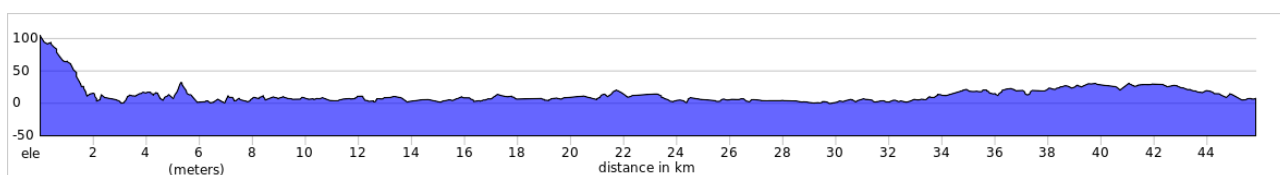
Pernottamento e prima colazione a Porto

Giorno 2 Porto - Furadouro

Oggi si inizierà a pedalare lungo la costa dell'Oceano Atlantico. Lasciando il vostro hotel il percorso attraverserà il centro di Porto. Lasciando la città attraverso il famoso ponte Don Luis I si entrerà dall'altra parte del fiume Douro nella città di Vila Nova de Gaia, dove si trovano molte cantine (conosciute localmente come "grotte") dove viene conservato e invecchiato il celebre vino Porto. La città fu fondata in epoca romana con il nome di Cale ed era importante per il suo porto (Porto Cale). Interessante il Parco Biologico Gaia con molte specie di animali e piante e la Casa-Museo dello scultore Teixeira Lopes. Il percorso passerà davanti alla cappella del Senhor da Pedra (Cappella del Signore della Pietra) situata nella spiaggia di Miramar e costruita su di un piccolo promontorio. Farete una pausa a Espinho per godervi un pranzo a base di pesce o sulla spiaggia lunga 17 km. La gustosa torta di pane di Ovar vi inviterà a fare un'altra pausa. Essendo Ovar una zona di pesca si possono degustare i famosi stufati di pesce o di anguille. Prima di arrivare a Furadouro passerete davanti alla famosa Cappella della Scala, classificata come Monumento di Interesse Nazionale.

Pernottamento e prima colazione a Furadouro

Distanza: 47 km



Giorno 3 Furadouro - Aveiro

Oggi pedalerete verso la città di Aveiro. Potrete scegliere l'opzione più breve o più lunga. Durante la tappa attraverserete diversi villaggi di pescatori. Sicuramente meriterà una visita il villaggio di Torreira con le sue barche dai colori vivaci che spesso si vedono prendere la via del mare. Torreira ha mantenuto le sue tradizionali radici di pesca che aiutano a preservare alcune delle meravigliose specialità gastronomiche regionali tra cui i piatti più caratteristici come l'anguilla, servita in salamoia o come il caldeirada, uno stufato di pesce cotto in antichi piatti di rame. Continuando la il vostro percorso ammirerete la famosa riserva naturale di S. Jacinto. La riserva si trova all'estremità meridionale della linea di dune di sabbia che separano il ramo settentrionale della Ria de Aveiro dall'Oceano Atlantico. Si tratta di una zona costiera con una spiaggia delimitata da dune mobili e fisse, pinete marittime e stagni d'acqua dolce. Arrivo, infine, alla famosa città di Aveiro, conosciuta come la piccola Venezia del Portogallo. Il suo centro storico è stato costruito in

uno stile architettonico Art Nouveau. Ha anche un canale che potrete percorrere in gondola come a Venezia! Potrete anche fare un tour combinato tra una crociera in barca ed un tour a piedi.

Pernottamento e prima colazione ad Aveiro

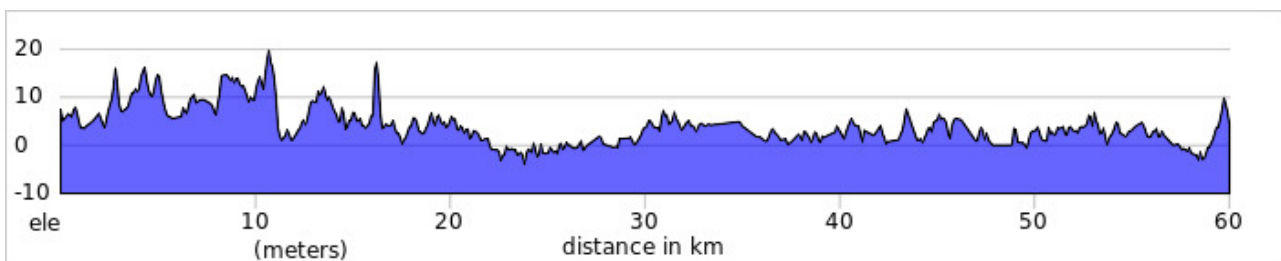
Itinerario breve

Distanza: 45 km



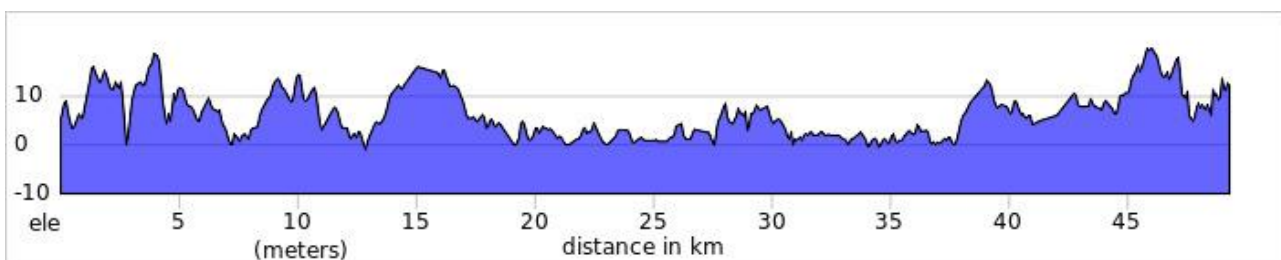
Itinerario lungo

Distanza: 62 km



Giorno 4 Aveiro - Praia de Mira

Dopo pochi chilometri dall'inizio della tappa, ecco la prima sorpresa di giornata: lungo la strada costiera in direzione sud, c'è Ílhavo, precedentemente chiamata Illabum, che si ritiene sia stata originariamente abitata dai Greci. Proprio accanto a Ílhavo, c'è la fabbrica Vista Alegre che da 170 anni produce porcellane famose in tutto il mondo. Proseguendo si potrà osservare il fantastico scenario della famosa Costa Nova do Prado con la sua fila di capanne in legno dipinte a strisce dai colori vivaci alternate al bianco. Costruite dai pescatori come ricoveri e depositi di attrezzature, le capanne sono state oggi trasformate in case vacanza molto caratteristiche. Al termine della tappa, la cittadina di Praia de Mira con le sue meravigliose spiagge. Da non perdere la visita alla Cappella di Praia de Mira. Costruita nel 1843 sul lungomare, è uno degli esempi viventi di costruzione in legno che, grazie alla devozione religiosa e all'affetto dei pescatori, mantiene il suo incanto originale.

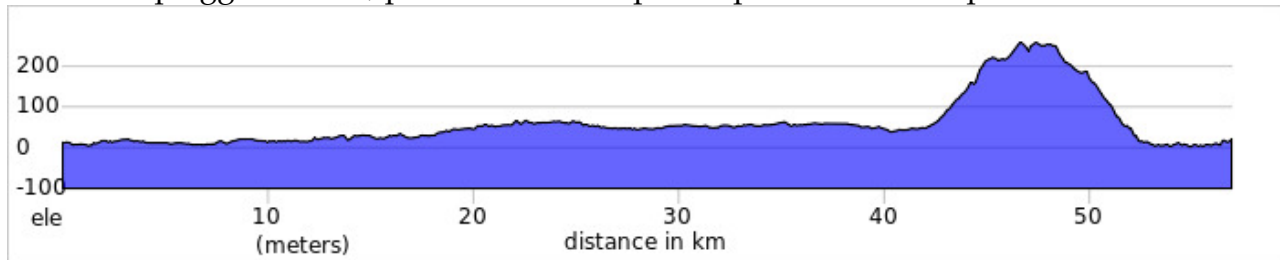


Pernottamento e prima colazione a Praia de Mira

Distanza: 50 km

Giorno 5 Praia de Mira - Figueira da Foz

Oggi inizierete a pedalare verso la bellissima e nascosta laguna di Barrinha, all'interno dell'area protetta di Mata Nacional. Nonostante la vicinanza del mare, la Laguna di Barrinha, incorniciata da alberi e dune di sabbia, è un lago d'acqua dolce, alimentato continuamente da un piccolo corso d'acqua. La tappa proseguirà in una grande pineta inserita tra le dune, dove l'aroma degli alberi si unisce alla brezza marina fino a raggiungere la zona montuosa della Serra da Boa Viagem. Da lì, potrete ammirare come sfondo le spiagge pittoresche oltre alle viste mozzafiato sulla costa dal Miradouro da Vela. Arrivando finalmente a Figueira da Foz, la quale sorge alla foce del fiume Mondego. La città è conosciuta anche come "Rainha das Praias", "Regina delle spiagge" per via della sua spiaggia urbana, probabilmente la più ampia di tutta Europa.

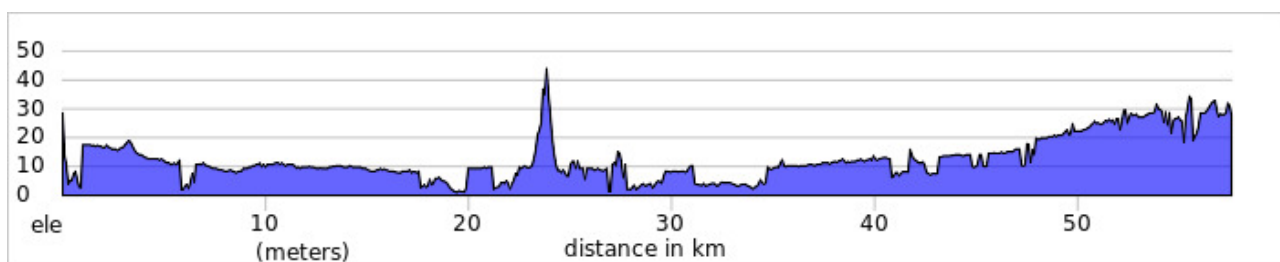


Pernottamento e prima colazione a Figueira da Foz

Distanza: 57 km

Giorno 6 Figueira da Foz - Coimbra

In questa tappa vi allontanerete dalla costa seguendo il corso del fiume Mondego rinomato per le sue acque pure e trasparenti. Risalendo il corso del fiume, arriverete a Castello di Montemor-o-Velho. Questo castello è la più grande fortificazione sul fiume Mondego ed anche uno dei più grandi castelli del Portogallo. Il percorso proseguirà verso il grande fascino e l'atmosfera nostalgica del fado di Coimbra. Coimbra è stata la capitale del Portogallo durante il Medioevo, poi trasformata nel periodo rinascimentale in un luogo del sapere grazie alla sua Università. Vi sono diversi percorsi che potrete seguire per scoprire di più sulla città. Sugeriamo di visitare sia la Città Alta che la Città Bassa.



Pernottamento e prima colazione a Coimbra

Distanza: 59 km

Giorno 8 Fine del tour

Prima colazione e termine dei nostri servizi.

Hotels standard **** o superior ***** o superior camera in ****

Prezzo per persona 2024:

A. VIAGGIO INDIVIDUALE

	BS 01/11 -25/03	MS 26/03 - 25/06 26/09 - 31/10	AS 01/09 - 25/09	PS: 26/06 -30/08
Matrimoniale/Doppia	€ 1.332	€ 1.402	€ 1.452	€ 1.522
Singola	€ 1.722	€ 1.822	€ 1.902	€ 2.002
Viaggiano da Solo	€ 1.922	€ 2.002	€ 2.102	€ 2.222

Tripla: bambino/a con due adulti:

fino a 10 anni sconto di 35%

11-14 anni sconto di 20%

15-17 anni sconto di 15%

Supplementi:

Superior hotel € 560 p.p.

Mezza pensione (excl. bevande) € 250

Noleggio E-bike € 240

Incluso nel prezzo:

- 6 notti con colazione in hotel **** o country houses
- Trasporto bagagli
- Transfers da ed a l'aeroporto di Porto
- Eventuale biglietti per treno o autobus
- Un GPS con le tracce a prenotazione
- Noleggio Bici ibrida

Non incluso nel prezzo:

- Van Supporto con assistenza meccanica
- Guida
- Pranzi e cene
- Assicurazione: annullamento, bagaglio e medica, che consigliamo
- Tutto non menzionato sotto "incluso nel prezzo"

B. VIAGGIO DI GRUPPO minimo 4 persone

	BS 01/11 -25/03	MS 26/03 - 25/06 26/09 - 31/10	AS 01/09 - 25/09	PS: 26/06 -30/08
Matrimoniale/Doppia	€ 1.799	€ 1.849	€ 1.899	€ 1.969
Singola	€ 2.189	€ 2.269	€ 2.349	€ 2.449

Supplementi:

Superior hotel € 560 p.p.

Mezza pensione (excl. bevande) € 250

Noleggio E-bike € 240

Incluso nel prezzo:

- 6 notti con colazione in hotel **** o country houses
- Trasporto bagagli
- Van Supporto con minimo 8 persone
- Assistenza meccanica
- Transfers da ed a l'aeroporto di Porto
- Eventuale biglietti per treno o autobus
- Noleggio Bici ibrida

Non incluso nel prezzo:

- Van Supporto, se sono meno di 8 persone
- Pranzi e cene
- Assicurazione: annullamento, bagaglio e medica, che consigliamo
- Tutto non menzionato sotto "incluso nel prezzo"

C. GROUP TOUR PLUS

	BS 01/11 -25/03	MS 26/03 - 25/06 26/09 - 31/10	AS 01/09 - 25/09	PS: 26/06 -30/08
Matrimoniale/Doppia	€ 2.709	€ 2.759	€ 2.809	€ 2.879
Singola	€ 3.099	€ 3.179	€ 3.259	€ 3.359

Supplementi:

Mezza pensione (excl. bevande) € 480
Noleggio E-bike € 240

Incluso nel prezzo:

- 6 notti con colazione in hotel **** / *****
- Bevanda fine tour
- Trasporto bagagli
- Van Supporto
- Assistenza meccanica
- Transfers da ed a l'aeroporto di Porto
- Eventuale biglietti per treno o autobus
- Un GPS con le tracce a prenotazione
- Noleggio Bici ibrida

Non incluso nel prezzo:

- Assicurazione: annullamento, bagaglio e medica, che consigliamo
- cene e pranzi
- Tutto non menzionato sotto "incluso nel prezzo"

Biciclette: Bici ibridi o E-bike

Inizio /Fine: Porto/Coimbra



ECOLOGICO TOURS

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