

www.gardacanyon.it

CANYONING - TREKKING - LAGO DI GARDA E LAGO D'IDRO - ARRAMPICATA - ORIENTEERING

# Il Cammino dei Pescatori in Portogallo

11 giorni dal 15 al 25 aprile 2026

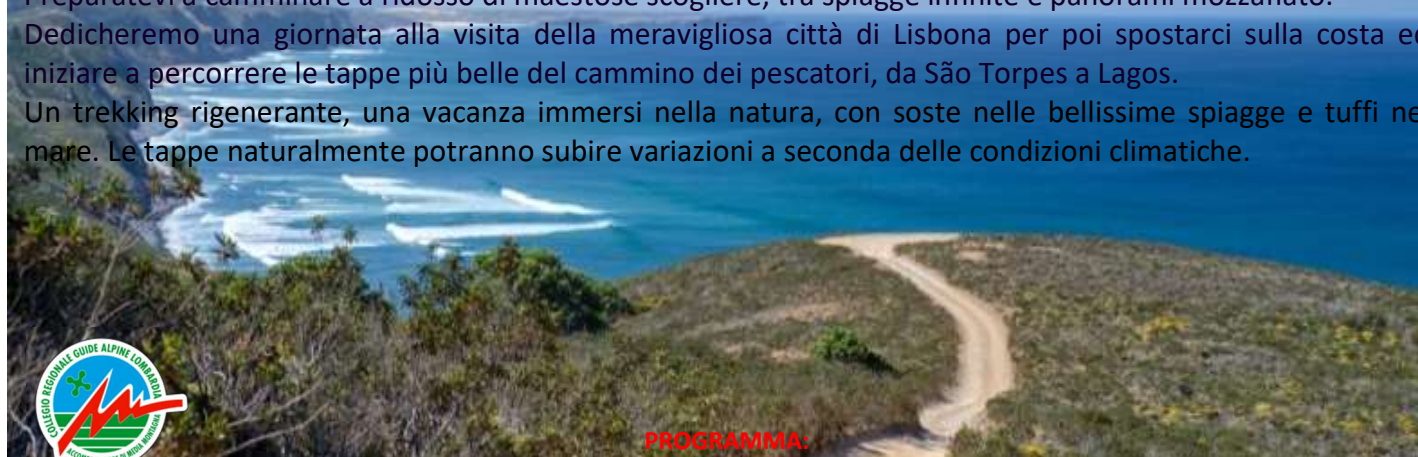
**Un trekking di 11 giorni lungo la costa del Portogallo, tra spiagge infinite e panorami mozzafiato.**

Il Cammino dei Pescatori, conosciuto anche come il Fishermen's Trail o Trilho dos Pescadores, è uno dei più spettacolari sentieri escursionistici d'Europa che si svolge prevalentemente lungo l'oceano. Si tratta di un itinerario di 226,5 chilometri che si sviluppa lungo la costa del Portogallo affacciata sull'oceano Atlantico, attraverso le regioni dell'Alentejo e dell'Algarve. Il percorso, così denominato in onore dei pescatori che lo percorrevano alla ricerca dei luoghi migliori per pescare, completa, insieme al Camino Historico, la Rota Vicentina, che è un insieme di percorsi che si snodano e che in alcuni casi si sovrappongono, collegando Santiago do Cacém a Cabo de S. Vicente, il punto più a sud-ovest dell'Europa continentale.

Preparatevi a camminare a ridosso di maestose scogliere, tra spiagge infinite e panorami mozzafiato.

Dedicheremo una giornata alla visita della meravigliosa città di Lisbona per poi spostarci sulla costa ed iniziare a percorrere le tappe più belle del cammino dei pescatori, da São Torpes a Lagos.

Un trekking rigenerante, una vacanza immersi nella natura, con soste nelle bellissime spiagge e tuffi nel mare. Le tappe naturalmente potranno subire variazioni a seconda delle condizioni climatiche.



## PROGRAMMA:

- 1° giorno:** volo da Malpensa (6:30-8:30) a Lisbona – Visita alla città. Ore 16:00 Bus da Sete Rios a Porto Covo (18:10)
- 2° giorno:** Tappa N. 1: Porto Covo a Vila Nova de Milfontes D: +182 m -183 m T: 6 ore L: 18,6 km Difficoltà: E
- 3° giorno:** Tappa n. 2: Vila Nova de Milfontes - Almogrove D: +162 m -155 m T: 4 ore L: 12 km Difficoltà: E
- 4° giorno:** Tappa n. 3: Almogrove – Zambujeira do Mar D: +310 m -300 m T: 8 ore L: 21,7 km Difficoltà: E
- 5° giorno:** Tappa n. 4: Zambujeira do Mar – Odeceixe D: +455 m -455 m T: 7 ore L: 19,2 km Difficoltà: E
- 6° giorno:** Tappa n. 5: Odeceixe – Aljezur D: +310 m -290 m T: 7 ore L: 22,5 km Difficoltà: E oppure
- 6° giorno:** Tappa n. 5: Arrifana – Carrapateira D: +340 m -385 m T: 7 ore L: 20 km Difficoltà: E
- 7° giorno:** Tappa n. 6: Carrapateira – Vila do Bispo D: +449 m -460 m T: 8 h L: 25,2 km Difficoltà: E
- 8° giorno:** Tappa n. 7: Vila do Bispo – Capo de Sao Vicente - Sagres D: +290 m -335 m T: 7 ore L: 20,5 km Difficoltà: E
- 9° giorno:** Tappa n. 8: Sagres – Salema D +545 m -570 m T: 7 ore L: 19,5 km Difficoltà: E
- 10° giorno:** Tappa n. 9: Salema – Luz - Lagos D: +735 m -710 m T: 8 h L: 21 km Difficoltà: E
- 11° giorno:** 8:15 Bus per trasferimento a Lisbona – visita alla città e viaggio di ritorno (volo Lisbona – Malpensa ore 20:45-00:45)

**EQUIPAGGIAMENTO:** GIACCA A VENTO, SCARPONI O SCARPE DA TRAIL, FELPA IN PILE, PANTALONI LUNGI CON GAMBA STACCABILE, OCCHIALI DA SOLE, CREMA SOLARE, BORRACCIA, SNACK, BASTONI DA TREK, PILA FRONTALE, ZAINO, COPRIZAINO, COPRICAPO O BANDANA, MAGLIETTA TRASPIRANTE, (IN BORSA SEPARATA: INDUMENTI RICAMBIO E CALZATURE PER LA SERA, CIABATTE E KIT IGIENE PERSONALE, TELO BAGNO, COSTUMI DA BAGNO, MAGLIETTE E CANOTTE DI RICAMBIO, CALZE, PANTALONI CORTI E LUNGI DA TREKKING)

**QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE INDICATIVA: 990,00 €**  
**con tessera Gardacanyon**

**LA QUOTA COMPRENDE:** La guida, pernottamento in hotel / ostelli / appartamento con sistemazione in camere doppie o triple. Esclusi costi di viaggio, trasporto bagagli, trasferimenti interni, cene e pranzi.

Viaggio effettuato con la collaborazione di Prealpi Viaggi

**RITROVO: BRESCIA PARCHEGGIO CARABINIERI VIA SAN ZENO ORE 2:45**

IL TREKKING SARA' EFFETTUATO AL RAGGIUNGIMENTO DI 8 PARTECIPANTI

Per prenotazioni e informazioni telefonare o inviare una e-mail ai seguenti recapiti:

**Paola Tel.: 338 8328830 [paola@gardacanyon.it](mailto:paola@gardacanyon.it)**



## SÃO TORPES – PORTO COVO



Iniziare la grande avventura del Cammino dei Pescatori a São Torpes significa fare un viaggio nel tempo: ci si lascia alle spalle la civiltà industrializzata di Sines per entrare nel Parco Naturale dell'Alentejo Sud-Occidentale e della Costa Vicentina.

## PORTO COVO – VILA NOVA DE MILFONTES



È la tappa della spiaggia che ci porterà ad attraversare vaste distese di sabbia fine ad Aivados, Malhão e all'isola di Pessegueiro, e a scoprire piccole calette deserte. Si tratta comunque di un percorso faticoso, poiché copre una grande distanza (circa 20 km) e si svolge interamente su terreno sabbioso.

Si cammina su spiagge protette da antiche rocce di colore scuro, tra sorgenti d'acqua dolce e dune.

## VILA NOVA DE MILFONTES – ALMOGRAVE



È una tappa breve di 14 km ma che offre viste meravigliose di Vila Nova de Milfontes e del fiume Mira che qui incontra l'Atlantico. Attraversando il ponte di Vila Nova de Milfontes, vedremo la foce del fiume, il villaggio e i pendii ricoperti di macchia mediterranea.

Con la bassa marea, si possono contemplare i meandri del fiume e le sue paludi coperte di canneti. Da marzo a ottobre si può assistere a uno degli spettacoli più belli della natura: il volo dei rondoni.

## ALMOGRAVE – ZAMBUJEIRA DO MAR



Da Almogrove ci incamminiamo per Zambujeira do Mar, arrivando alla cappella di Nossa Senhora do Mar. Vedremo piccoli porti di pescatori, dune rossastre, pinete e lo spettacolo unico delle cicogne che nidificano sulle scogliere, battute dal vento e dalle onde dell'oceano.

Lungo tutta la costa si trovano segni di paleoclimi, climi del passato che sono rimasti "incisi" sulle rocce.

## ZAMBUJEIRA DO MAR – ODECEIXE



Da Zambujeira do Mar si parte per raggiungere Odeceixe. Si attraversano le spiagge di Alteirinhos, Carvalho, Machados e Amália che conducono ad Azenha do Mar, dove si scopre un porto di pesca naturale. Infine potremo godere di uno dei panorami più impressionanti di tutta la regione: la spiaggia di Odeceixe, vista dalla maestosa Ponta em Branco.

## ODECEIXE – ALJEZUR



Questa tappa riporta alla spiaggia di Odeceixe, ma questa volta lungo la costa meridionale, che fa già parte dell'Algarve. Si cammina tra pianure alluvionali, campi coltivati e lande deserte lungo la costa fino ad arrivare ad Aljezur.

## ALJEZUR - ARRIFANA



Questa tappa tra Aljezur e Arrifana passa per la spiaggia di Monte Clerigo e la mitica Ponta da Atalaia. In una terra ricca di antiche leggende che fanno rivivere la riconquista dei regni musulmani da parte dei cristiani, questa camminata è un vero e proprio viaggio nel tempo. L'itinerario passa per esempio per il ribat di Arrifana, un complesso religioso e militare di epoca musulmana. È l'unico ribat conosciuto in Portogallo ed è classificato come monumento nazionale. Fu fondato da Ibn Qasî, leader politico e guida spirituale del sufismo. Era una fortezza-convento dedicata alla preghiera e alla sorveglianza delle coste.

## ARRIFANA - CARRAPATEIRA



Dalla spiaggia di Arrifana si parte in direzione di Carrapateira. Lungo il percorso si possono ammirare scogliere alte fino a 100 metri, che rivelano un'affascinante storia geologica. Nelle zone più riparate della costa vedremo piccoli porti dediti alla pesca, in particolare di sardine.

## CARRAPATEIRA - VILA DO BISPO



Questo è uno dei tratti più spettacolari del Cammino dei Pescatori.

Vedremo incredibili formazioni rocciose e spiagge di grande bellezza come Amado, Murração e Manteiga. Quando il sentiero raggiunge la costa e si unisce alla strada che conduce a Porto do Forno, vale la pena visitare le rovine del villaggio islamico di Ponta do Castelo. Risalente al XII e XIII secolo, il villaggio conteneva almeno 15 abitazioni, un'area per l'essiccazione del pesce e tre forni per il pane. Probabilmente veniva utilizzato solo durante le stagioni più miti dell'anno. La

sua posizione in un sito così esposto al vento e all'umidità del mare suggerisce che servisse anche come osservatorio, forse per la caccia alle balene.

Per raggiungere Vila do Bispo si attraversa un altopiano solcato da profonde gole scavate nei torrenti. Si arriva poi al Barranco da Pena Furada, una minuscola striscia di sabbia in una piccola insenatura, circondata da maestose scogliere e formazioni rocciose uniche. Poi il sentiero attraversa un sito archeologico, attualmente privo di resti in superficie, ma dove sono stati rinvenuti oggetti in pietra risalenti al Paleolitico.

## VILA DO BISPO – SAGRES



Questa tappa vi porterà alla scoperta del punto più a sud-ovest d'Europa.

Sagres significa "sacra" e, per tre millenni, è stato considerato uno dei limiti del mondo conosciuto. Passerete per Cabo de Sao Vicente che si trovava alla frontiera del *mare incognitum* e veniva chiamato finis terrae, cioè la fine del mondo.

Il sentiero vi farà quindi esplorare la costa di Sagres e Cabo de Sao Vicente, classificata come Riserva Biogenetica di Sagres nel 1988.

## SAGRES – SALEMA



In questa tappa, la più difficile del Cammino dei Pescatori, lo sforzo è ricompensato dallo spettacolo grandioso delle scogliere calcaree, le cui forme singolari sono delimitate dalle splendide spiagge di Martinhal, Barranco, Ingrina, Zavial, Furnas, Figueira e infine Salema.

Attraverseremo corsi d'acqua dominati da tamerici, terreni calcarei ricoperti dalla macchia mediterranea, la laguna di Martinhal, dune, spiagge sabbiose e piccoli isolotti costieri che emergono nel mezzo della baia.

Arriveremo a Ponta de Fisga, uno sperone roccioso tra le spiagge di Zavial e Ingrina, che ospitava il forte di Zavial, di cui oggi rimane solo la base. Il paesaggio è magnifico da questo promontorio, da cui si può vedere la costa fino a Ponta da Torre (900 m) a est e Ponta da Atalaia (6 km) a ovest.

## SALEMA – LUZ



Vale la pena di portare con sé un binocolo in quest'ultima tappa del viaggio attraverso il parco naturale, soprattutto se si percorre il sentiero nelle prime ore del mattino per poter osservare gli uccelli che compaiono lungo il percorso.

Ripenserete ai tempi in cui pirati e corsari attaccavano per terra e per mare.

Osservando da vicino la vegetazione sulle scogliere si scoprono orchidee e gigli selvatici, palme nane e numerose piante aromatiche. A Boca do Rio il sentiero attraversa un ruscello che raccoglie l'acqua di diversi fiumi.

Paul da Lontreira, più a nord, merita di essere esplorato prima di proseguire il cammino. Si tratta di una zona umida di oltre cento ettari, ricoperta principalmente da canne e code di gatto.

All'estremità occidentale della spiaggia di Boca do Rio sono ben visibili i resti di una villa romana.

A meno di 2 km da Boca do Rio, in fondo al mare si trovano i resti de L'Océan, una nave francese lunga 60 metri, affondata dalla marina inglese nella battaglia di Lagos, nell'agosto del 1759, durante la guerra dei sette anni.

## LUZ – LAGOS



L'ultima tappa di questo meraviglioso percorso costiero porta nella città di Lagos, da dove i portoghesi partirono alla scoperta dei nuovi mondi. Le scogliere tra la spiaggia di Luz e Ponta da Piedade offrono una gran quantità di informazioni sul periodo della storia della Terra noto come Cretaceo medio, all'epoca dell'estinzione di massa dei dinosauri.

Vedrete l'impressionante rilievo carsico di Ponta da Piedade con i suoi archi, i suoi pilastri, le sue grotte e il faro. Arrivando a Lagos, infine, si viene accolti dalla spettacolare spiaggia di Meia Praia.

Il forte di Ponta da Bandeira sorveglia l'ingresso del porto di Lagos, dove sei secoli fa iniziò l'avventura delle grandi scoperte. Saluteremo la statua dell'Infante Dom Henrique, promotore delle navigazioni e delle scoperte geografiche fatte dai portoghesi nel XV secolo, nella piazza che porta il suo nome.