

CAMINO DE SANTIAGO PORTUGUÉS POR LA COSTA

DEL 29 DE MAYO AL 3 DE JUNIO DE 2023

Otro año vamos a insistir en el Camino de Santiago, esta vez en otro país y con el mar de fondo. Su nombre: El Camino Portugués por la Costa, desde Oporto a Viana do Castelo, accesible a todos los que estén dispuestos a caminar, al menos, 6 kms. diarios por terreno llano.

Todas las etapas, excepto una de 14 kms., tendrán una longitud aproximada a los 20 kms, divididas en varios tramos para que cada cual elija su propio recorrido. Experiencia ya tenemos la mayoría. Ni qué decir tiene que, aunque no llegemos a Santiago, no deberemos olvidar las vivencias propias del Camino.

El hecho de caminar cerca de las playas nos garantiza etapas sin muchos desniveles aunque muy atractivas.

Aparte de caminar, nuestro objetivo se centra en conocer las principales ciudades del norte de Portugal y sus espectaculares paisajes naturales.

El primer día será de viaje hasta Oporto donde pasaremos el resto del día con visita guiada por la ciudad, incluyendo un pequeño crucero por los puentes. Al final del día nos desplazaremos a Povia de Varzim, lugar donde estableceremos nuestra residencia durante cinco días.

Los 4 días siguientes los dedicaremos a hacer “camino” por las mañanas y a visitas culturales (Guimaraes, Braga, Barcelos, Povia de Varzím, Viana do Castelo) por la tarde.

El último día será viaje de regreso. Desde Oporto realizaremos una de las rutas ferroviarias más bellas de Europa, cruzando Portugal de Oeste a Este, por las riberas del Duero. Como fin de fiesta terminaremos en Figueira de Castelo Rodrigo degustando la famosa “Cataplana”.

CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE EL VIAJE:

1.- La estancia será todos los días en el **GRANDE HOTEL DE POVOA**

Está situado junto a la playa, a muy poca distancia de Povoá de Varzim, ciudad de 67.000 habitantes, digna de ser visitada durante los tiempos libres, además de una visita guiada durante una tarde. Está ubicada estratégicamente, de forma que todas las ciudades que vamos a visitar se encuentran en un radio inferior a 50 kms. de distancia y a donde todos los días regresaremos a la hora de la cena.

El hotel se encuentra en un edificio histórico que data de 1930 y que ha sido renovado en 2018. Está clasificado con 4**** y dispone de todos los servicios acordes con la categoría.

2.- Desde el hotel nos desplazaremos al inicio de cada etapa y por la tarde regresaremos a destino.

3- Cada etapa tendrá, como mínimo, tres tramos: uno largo, otro intermedio y otro corto, a elección de cada senderista.

4.- Si alguno, por cualquier circunstancia, no desea caminar un día determinado, puede optar por quedarse en el hotel o acompañar al conductor durante todo el trayecto. Esto es válido también para las actividades de por la tarde.

5.- Todos los senderistas deberán terminar la etapa antes de las 13,00 horas.

6.- La comida está prevista en un restaurante cercano al fin de etapa o en el Hotel.

7.- Por la tarde nos dedicaremos a hacer turismo por la zona.

8.- En las tardes, tendremos “guía” acompañante que nos podrá explicar todos los atractivos de cada lugar.

9.- El regreso al hotel se realizará antes de las 20,30 horas, hora prevista para la cena.

10.- Tendremos a nuestra disposición dos autocares de similares características.

INFORMACION ECONÓMICA

PRECIO POR PERSONA **650,- EUROS**

Suplemento habitación individual: **120.- “**

El precio incluye:

- Autobús durante todo el recorrido
- Residencia en Hotel ****, en régimen de media pensión (desayuno y cena)
- Bolsa diaria con bocadillo, agua y fruta, durante las 4 etapas del camino
- Comidas en
 - Restaurante en Oporto
 - Restaurante del Hotel (3)
 - Restaurante Viana do Castelo
 - Restaurante en Figueira de Castelo Rodrigo
- Visitas guiadas en Oporto, Guimaraes, Barcelos – Povia , Braga y Viana do Castelo y entradas a los diferentes monumentos y crucero en Oporto.

El precio no incluye consumiciones en bares y cafeterías

INGRESO.- Deberá realizarse en la cuenta nº **ES46/2103/2200/1000/1398/5792**, a nombre de la Asociación de Antiguos Empleados de Caja Duero. En el concepto se pondrá el siguiente texto: **“CAMINO PORTUGUÉS”**, seguido de nombre y primer apellido de la persona que realiza el ingreso.

Las fechas para realizar el ingreso estarán comprendidas entre los días 20 de Enero y el 10 de febrero de 2023.

Cualquier ingreso realizado con antelación al día 20 de enero se considerará como realizado el día 19 a las 15 horas, a efectos de prelación en el pago.

NOTAS IMPORTANTES

1.- Con el ingreso adquirimos el compromiso en firme de asistir a la excursión. La organización no garantiza la devolución del importe, salvo que se encuentre otra persona que pueda sustituir a la que causa baja.

2.- Los cálculos del importe de la excursión están realizados para un grupo de 75-80 personas.

3.- Si al liquidar la excursión hubiera saldo sobrante, pasaría a engrosar los fondos de la Asociación, salvo que fuera igual o superior a 10 euros por persona, en cuyo caso se devolvería a los asistentes.

Si el saldo fuera deficitario, sería asumido por los fondos de la Asociación, nunca se repercutiría a los asistentes.

4.- Aunque la excursión está diseñada para el grupo de senderismo de la Asociación, podrá apuntarse cualquier socio y pareja, de cualquier provincia, que tenga interés en acompañarnos siempre que asuman las condiciones establecidas a los senderistas, las cuales están especificadas en otro apartado.

5.- El punto de salida y el regreso será Salamanca, pudiendo hacerse paradas a lo largo del recorrido siempre que no supongan un desvío importante de la ruta del autobús.

6.- Podrán asistir familiares y amigos invitados por cualquier socio, siempre que éste les acompañe y que se identifiquen con el ambiente y objetivos de nuestro grupo. Para inscribirlos se enviará solicitud por correo electrónico o teléfono con los datos personales (nombre y apellidos, DNI, y teléfono móvil). Una vez se cierre el plazo de inscripción y si hay plazas disponibles, será comunicado al socio para que haga el ingreso correspondiente. El orden para admitir invitados será cronológico teniendo en cuenta la hora y la fecha de la comunicación.

7.- La mayoría del trayecto se hará por autovía, salvo los desplazamientos cortos de cada etapa.

Como siempre a las personas que tienen problemas con mareos, y nos lo comuniquen, trataremos de asignarles un asiento delantero.

8.- El número de asiento se asignará de acuerdo con el orden de ingreso.

Si hubiera que restringir el número de personas, la selección se realizaría por fecha de ingreso. Los números de asiento se comunicarán una semana antes de la fecha de salida.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

PRIMER DIA

6.30 Salida de la avda. de Mirat (Plaza de Gabriel y Galán)

7.50 Llegada a Fuentes de Oñoro (Área de Servicio)

8.20 Continuación de viaje

7.20 CAMBIO DE HORARIO

10.00 Llegada a Oporto

10.15 Visita guiada a la ciudad

13.00 Comida en Vila Nova de Gaia (Oporto)

15.00 Viaje en barco: pequeño recorrido por el Duero

16.30 Tiempo libre en Oporto

18,00 Salida hacia Povoas de Varzím

18.40 Llegada al hotel (Check in)

20,00 Cena

Nota.- El horario es orientativo y, principalmente por la tarde, puede sufrir variaciones respecto a la hora de llegada al hotel que siempre será antes de las 20,30.

SEGUNDO DIA

7.00 Desayuno

8.00 Salida hacia Foz do Douro

8.30 Inicio de ruta

PRIMERA ETAPA: FOZ DO DOURO – LABRUGE

Distancia: 20 kms. Dificultad: baja Duración: 4,30 horas

Se trata de una etapa que no reviste especial dificultad, pues se transcurre en todo momento pegado a la costa y por trayectos llanos, pasando por gran cantidad de playas que cuentan con pasos de madera y carril bici en tramos de gran belleza donde poder disfrutar de la vista Océano Atlántico.

PRIMER TRAMO .- FOZ DE DOURO - MATOSINHOS

Distancia: 5.2 kms. Dificultad: baja Duración: 1.30 h.

El autocar estará aparcado en Matosinhos hasta las 10.45

El punto de inicio de la etapa será la localidad de Foz do Douro. Se pasará por el Forte de São Francisco Xavier, también conocido como Castelo do Queijo, justo antes de llegar a la playa de la ciudad de Matosinhos, la cual pertenece al Distrito de Oporto y es un buen punto para hacer una primera parada y descansar.

SEGUNDO TRAMO.- MATOSINHOS – ALDEIA NOVA

Distancia: 5.3 kms. Dificultad: baja Duración: 1.30 h.

El autocar estará aparcado en Aldeia Nova hasta las 12,30

Se abandonará Matosinhos cruzando un puente metálico y continuando el Camino por la costa. A partir de entonces se irá cambiando el paisaje más urbano e industrial del área metropolitana de Oporto por localidades más pequeñas como Leça de Palmeira o Lavra, en las que predomina un ambiente tranquilo donde se alternan pequeños parques con puntuales iglesias y capillas donde poder sellar la credencial jacobea.

TERCER TRAMO.- ALDEIA NOVA – LABRUGE

Distancia: 8.0 kms. Dificultad: baja Duración: 2 horas

Siguiendo por el sendero de tablas de madera, pronto se llegará a Angeiras y posteriormente a Labruge, punto elegido para finalizar la etapa, pues a pesar de ser localidad pequeña, cuenta con bares, supermercados y algún que otro camping donde pernoctar.

13.00 Fin de la etapa

13.05 Salida hacia Povoá de Varzim

CUARTO TRAMO: TARDE TURISTICA

13.30 Comida en el Hotel.

15.30 Salida hacia Guimaraes

16.30 Visita guiada a Guimaraes

18.15 Tiempo libre

19.00 Regreso al hotel

20.30 Cena

FIN DE DIA OFICIAL

TERCER DIA

07.00 Desayuno

08.00 Salida hacia Labruge

08.30 Inicio de ruta

SEGUNDA ETAPA: LABRUGE – POVOA DE VARZIM

Distancia: 14 kms. Dificultad: media-baja Duración: 3.30 horas

La etapa entre Labruge y Póvoa de Varzim del Camino Portugués por la costa es corta y sencilla. Con poco más de 14 kilómetros, la etapa nos llevará hasta la turística ciudad de [Póvoa de Varzim](#), conocida por sus fantásticas playas y su gastronomía. Pero antes de ello el itinerario, en su mayor parte siempre pegado a la costa, nos hará cruzar interesantes lugares como el Castro de Sampaio, datado de la Edad de Hierro; la Reserva Ornitológica de Mindelo y la hermosa ciudad de Vila do Conde, extremadamente interesante por su variado patrimonio cultural.

PRIMER TRAMO: LABRUGE - LONCA MINDELO

Distancia: 4.5 kms. Dificultad: baja Duración: 1.10 h.

El autocar estará aparcado en Lonca Mindelo hasta las 9.45

Comenzamos la ruta cruzando por un puente de madera sobre el río Onda para bajar a continuación hasta la playa, llegando hasta el Castro de Sampaio, donde podemos observar las ruinas de un pequeño poblado de la Edad de Hierro.

SEGUNDO TRAMO: LONCA MINDELO - VILA DO CONDE

Distancia: 6,2 kms. Dificultad: baja Duración: 1,30 h.

El autocar permanecerá aparcado en Vila do Conde hasta las 10.30

Continuamos por la senda litoral, pegados a la playa, hasta la Reserva Ornitológica de Mindelo, donde seguimos un sendero entre las dunas hasta la Playa da Arvore, cercana a la desembocadura del río Ave. Antes de cruzar el río, podemos visitar la iglesia de Santa María de Azurara, originaria del siglo XVI.

Llegamos así a Vila do Conde, ciudad rica en patrimonio cultural donde compensa detenerse a ver el convento de Santa Clara, el acueducto, el convento de Ntra. Sra. De la Encarnación, la plaza de la República, la iglesia matriz y la fortaleza de San Juan.

TERCER TRAMO: VILA DO CONDE - POVOA VARZIM

Distancia: 3.3 kms. Dificultad: media baja Duración: 1.00 h.

El autocar estará aparcado en Povoas Varzim (hotel)

A continuación, seguimos una vez más por el paseo marítimo hasta llegar a la contigua ciudad de Póvoa de Varzim, en cuyo puerto se encuentra la iglesia de Nuestra Señora de Lapa y la fortaleza de Ntra. Sra. De la Concepción .

13.00 Fin de etapa

CUARTO TRAMO: TARDE TURISTICA

13.05 Comida en el Hotel

15.00 Salida hacia Barcelos

15.30 Visita guiada a la localidad

17.00 Regreso

17.30 Visita guiada a Povoá y tiempo libre

20.30 Cena

FIN DE DIA OFICIAL

CUARTO DIA

07.00 Desayuno

08.00 Inicio de ruta

TERCERA ETAPA: PÓVOA DE VARZIM - ESPOSENDE

Distancia: 20.00 kms. Dificultad: media Duración: 5.00 h.

Hoy nos espera una jornada variada, que comienza recorriendo la costa para después virar ligeramente hacia el interior, en dirección a Fão y su puente sobre el río Cávado. Probablemente no sea la etapa más bonita, pero tiene un poco de todo: paseos marítimos, playas con pasarelas de madera, algún tramo sombreado por camino de tierra y, para desgracia nuestra, bastantes aceras y adoquines

PRIMER TRAMO: PÓVOA DE VARZIM - AGUCADOURA

Distancia: 7.1 kms. Dificultad: media-baja Duración: 1 h. 45 m.

El autocar permanecerá en Agucadoura hasta las 10.30

Partimos de la Iglesia de San José de Ribamar, junto al albergue y seguimos por el Paseo Marítimo hacia A-Ver-O-Mar, dejando a nuestra derecha el Estadio de Póvoa. Después de casi 4 km, tomamos la senda de tierra hacia la capilla de San Andrés para, un poco más adelante, coger las pasarelas de madera hasta Aguçadoura

SEGUNDO TRAMO: AGUCADOURA - APÚLIA

Distancia: 6.9 km. Dificultad: media Duración: 1 h. 40 m.

El autocar estará aparcado en APÚLIA hasta las 12.00

Dejaremos a nuestra izquierda el campo de golf de Estela y el Camping de Río Alto, entrando en el distrito de Braga. Aquí, el Camino atraviesa el Parque Natural del Litoral Norte, que engloba diversos hábitats como pinares, pequeñas masas de caducifolias, campos de cultivo, humedales, así como los estuarios del río Cávado y Neiva, donde podremos ver gran diversidad de aves y 240 especies distintas de flora.

TERCER TRAMO: APÚLIA - ESPOSENDE

Distancia: 6.2 km. Dificultad: media Duración: 1 h. 30 m.

El autocar estará aparcado en ESPOSENDE hasta las 13.00

Después de atravesar la parroquia de Apúlia, pasamos por el centro de Fão y cruzamos el puente de hierro sobre el río Cávado para entrar a continuación en la ciudad de Esposende, donde compensa visitar la iglesia matriz, así como el fuerte y el faro.

13.00 Fin de ruta

13.05 Salida hacia Povoá de Varzim

CUARTO TRAMO: TARDE TURISTICA

13.30 Comida en el Hotel

15,30 Salida hacia Braga

16.30 Visita guiada a la ciudad

19.30 Regreso al hotel

20.10 Llegada al hotel.

20,30 Cena

FIN DE DIA OFICIAL

QUINTO DIA

07.00 Desayuno

08.00 Salida hacia Marinhãs

08.30 Inicio de ruta

CUARTA ETAPA: MARINHAS – VIANA DO CASTELO

Distancia: 20.8 kms. Dificultad: media Duración: 5 horas

La jornada de hoy discurre íntegramente por el interior, sin pisar ni una playa. Sin embargo cuenta con alguno de los paisajes más bellos de este camino, como el sendero que baja hasta el cauce del río Neiva. El paso de dicho río, por una plataforma de losas de piedra, quedará grabado en nuestra memoria. Una vez en Viana do Castelo os proponemos visitar sin prisas su interesante casco histórico.

PRIMER TRAMO: MARINHAS – CASTELO DE NEIVA

Distancia: 8.7 kms. Dificultad: media Duración: 2 h. 10 m.

El autocar estará aparcado en Castelo de Neiva hasta las 11.00

En esta etapa partimos del albergue de Marinhãs, en el municipio de Esposende, y continuamos por la senda litoral hasta llegar a Viana do Castelo, ciudad que posee uno de los centros históricos más bellos y mejor conservados de Portugal.

Los primeros 7 km de la ruta discurren por el Parque Natural del Litoral Norte, atravesando cordones de playas y dunas. El primer elemento cultural de interés que nos encontramos es la iglesia de San Bartolomé do Mar, cuya romería es conocida en todo el distrito.

SEGUNDO TRAMO: CASTELO DE NEIVA - ANHA

Distancia: 6.9 kms. Dificultad: baja Duración: 1 hora 40 m.

El autocar aparcará en Anha hasta las 12.30

Entramos así en el municipio de Viana do Castelo. Este tramo sigue algo alejado de la costa durante un par de kilómetros para después bajar hasta la playa de Amorosa, que recorreremos por las pasarelas de madera y los senderos dunares.

TERCER TRAMO: ANHA – VIANA DO CASTELO

Distancia: 5.2 kms. Dificultad: baja Duración: 1 h 15 m

El autocar estará aparcado Viana hasta las 13,00

Una vez llegados a la playa de Rodanho, nos volvemos a adentrar un poco por una senda forestal que nos lleva hasta el pequeño puerto de Cabedelo, en la

desembocadura del río Lima o Limia. Aquí podemos visitar la capilla de Nuestra Señora de las Arenas.

Por último, cruzamos el río por el Puente Eiffel entrando así en la bella ciudad de Viana do Castelo.

13.00 FIN DE RUTA

CUARTO TRAMO: TARDE TURISTICA

13.05 Comida en Viana do Castelo

15,00 Visita guiada a Viana do Castelo

18.30 Regreso al hotel

20.30 Cena

FIN DE DIA OFICIAL

SEXTO DIA

07.00 Desayuno

07.45 Salida hacia Oporto

8.45 Llegada a la Estación de Ferrocarril

9.20 Salida en tren hacia Pocinho

12.40 Llegada a Pocinho y salida hacia Figueira de Castelo Rodrigo

13,45 Comida en el Hotel Falcao Mendoza

17,30 CAMBIO DE HORARIO

18,30 Salida hacia Salamanca

20,30 Llegada a Salamanca

FIN DE VIAJE

INFORMACION PRÁCTICA

RESPONSABILIDAD

Los organizadores y la Asociación declinan toda responsabilidad derivada de daños personales que puedan producirse durante el desarrollo de la Actividad.

Los participantes actúan bajo su exclusiva responsabilidad y cualquier gasto que se ocasione por accidente o evacuación será a su cargo, salvo que el Seguro colectivo se haga cargo del mismo.

Aunque todos los que colaboramos por el buen fin de la excursión nos sintamos un poco responsables de cualquier incidente, la responsabilidad principal siempre la tendrá la persona accidentada. Todos los demás senderistas tienen la obligación de ayudarlo.

Es necesario respetar al máximo los horarios que determinen los organizadores. Cinco minutos de retraso de una persona, supone retrasar a todo el grupo ese mismo tiempo.

Igualmente respetar las entradas a restaurantes y locales cerrados. Esperar a que el responsable del grupo, una vez que haya comunicado nuestra presencia, les autorice la entrada.

NORMAS COVID

Todos los participantes estarán obligados a respetar las normas impuestas por las autoridades sanitarias de España y Portugal que estén vigentes en las fechas de la excursión

CONSEJOS ESPECIFICOS PARA ESTA EXCURSION

- Durante el desarrollo de cada etapa es imprescindible que nadie se quede solo o separado de su grupo. Todos tenemos que estar localizados en todo momento. Solamente se hará recuento de asistentes al finalizar las etapas.
- Todos los asistentes tendrán los teléfonos de los organizadores y el horario diario de actividades y la situación de los autocares en cada momento. Sólo se utilizarán en caso necesario (accidentes, pérdidas...).
- Llevar bastón de caminata
- Gorra para protegerse del sol
- Llevar ropa adecuada al clima y al lugar que se visitará
- Chubasquero o paraguas, si existe la posibilidad de lluvia.
- No olvidar la medicación habitual

- Calzado: Usado y adaptado al pie. Lo mejor, botas de montaña. También son válidas “deportivas” para los que no quieran realizar todo el recorrido. Hay que tener en cuenta que hay tramos de asfalto, tierra y empalizadas de madera.
- Calcetines: Preferentemente de algodón y sin costuras
- Botiquín: Para el cuidado de los pies y protección de la piel: Agujas hipodérmicas, apósitos de gelatina; tiritas, vendas, crema solar e hidratante, vaselina, para los pies; alcohol de romero para los músculos, analgésicos, pomada antiinflamatoria...
- Alimentación: ligera con aportes importantes de hidratos de carbono (frutos secos y productos energéticos).
- Hidratación: Tomar líquidos antes, durante y después de la caminata.