



### **Trekking: il cammino carmelitano da Coimbra a Fatima Portogallo a piedi: viaggio individuale**

L'itinerario Carmelitano collega due città incantevoli: Coimbra e Fatima. Lungo il percorso, potrete scoprire la storia e le leggende di questi luoghi; camminare nella natura e stupirvi del ricco patrimonio storico e naturalistico qui custodito. Tra i magnifici scenari naturali, questo itinerario consente un'indimenticabile esplorazione del proprio lo.

#### **1° giorno** Arrivo individuale a Coimbra

Benvenuti nella Città del Sapere! Una città affascinante che vanta una lunga storia, un'atmosfera vibrante e diverse attrazioni turistiche. La città ospita una delle Università più antiche del mondo, ma non è una reliquia storica: è una città moderna, ricca, liberale e lungimirante, in parte grazie alla numerosa popolazione studentesca. Nel cuore della città si trovano chiese e tesori architettonici come la Cattedrale di Coimbra, del XII secolo, e la Biblioteca Johannina. Inoltre, nel complesso storico della Chiesa e Monastero Santa Croce si trovano le tombe dei primi due Sovrani del Portogallo.

#### **2° giorno** Coimbra - Condeixa-a-Nova, ca. 17 km, +303 m

Essendo un percorso di ispirazione carmelitana, questo itinerario è un invito a fare una passeggiata interiore, in comunione con gli elementi che vi circondano, partendo dalla città di Coimbra. Passerete in diversi villaggi lungo il percorso, attraversando le parrocchie di Antanhol e Cernache fino ad arrivare a Condeixa-a-Nova, città nota per le sue case padronali. Qui troverete diverse attrazioni: dai luoghi legati allo scrittore Fernando Namora, alla tradizione della ceramica, ispirata alle ceramiche del XVII secolo di Coimbra. Imperdibile anche la gastronomia regionale, come l'agnello arrosto o il dolce "Escarpiada".

#### **3° giorno** Condeixa-a-Nova - Rabaçal - Condeixa-a-Nova, ca.14 km, +203 m

Durante questa tappa lascerete lo scenario urbano per entrare nel mondo rurale, iniziando il vostro viaggio interiore nella natura stessa. Condeixa-a-Nova è un luogo privilegiato in Portogallo e lo era soprattutto durante il periodo romano. Oggi si può ancora vedere ciò che resta di un nucleo luso-urbano e una parte dell'importante rete viaria della Grande Strada Romana, a Conímbriga. Passeggiando lungo il Rio de Mouros visiterete luoghi leggendari, come Zambujal, creato, secondo la leggenda, da due giganti fratelli fabbri. L'ultima tappa di oggi sarà Rabaçal, un piccolo villaggio immerso in una valle mozzafiato, scolpita dalla natura e cosparsa di vigneti e ulivi, alcuni dei quali millenari. Questo luogo è legato alla pastorizia e all'allevamento di pecore e capre; la sua famosa produzione di formaggio, assolutamente da provare, risale all'epoca romana. Visitate la collina di Germanelo, dove il primo Re del Portogallo costruì una fortezza che ancora oggi domina questo splendido paesaggio.

A fine pedalata è previsto un transfer per tornare a Condeixa-a-Nova.

#### **4° giorno** Transfer per Rabaçal, Rabaçal - Ansião, ca.23 km, +315 m

In mattinata transfer da Condeixa a Rabaçal. La tappa di oggi vi porterà nelle pianure di Santiago da Guarda, costeggiate da terreni agricoli; lungo il percorso passerete tra villaggi secolari come quello di Granja, con la cappella di Nossa Senhora da Orada, il più antico edificio cristiano della zona. Una volta arrivati ad Ansião, non dimenticate di visitare il Ponte da Cal, dove Santa Elisabetta del Portogallo si fermò per dissetarsi e bagnarsi i piedi, beneducendo l'acqua del fiume Nabão.

#### **5° giorno** Ansião - Bofinho - Ansião, ca.18 km, +245m

Prima di lasciare Ansião, assaggiate le specialità locali come i dolcetti ai pinoli e le "lesmas", i tradizionali biscotti alla cannella e all'olio d'oliva; magari portatene un po' con voi, da mangiare lungo il viaggio! Oggi visiterete il Parco ecologico di Gramatinha/Ariques, che vanta la più grande popolazione di querce portoghesi e ospita oltre 800 specie. Durante la camminata, cercate di trovare gli "occhi del tordo": sorgenti d'acqua provenienti da un bacino profondo, un fenomeno geologico tipico di questa zona calcarea. Queste sorgenti si trasformano in un ruscello, che in primavera è dipinto di bianco, grazie alla presenza dei fiori di crescione.

A fine pedalata è previsto un transfer per tornare ad Ansião.

#### **6° giorno** Ansião - Ourém, ca.17 km, +355 m

In mattinata transfer da Ansião a Rio de Couros. Durante la passeggiata di oggi, il paesaggio sarà popolato da uliveti, campi coltivati e antichi mulini ad acqua. Lungo il percorso troverete anche i secolari vigneti di Ourém, che risalgono alla fondazione del Portogallo, quando il primo sovrano affidò le terre ai monaci cistercensi per la coltivazione, dando vita a tradizioni agricole e tecniche ancestrali, ancora in uso oggi. Il villaggio medievale di Ourém è l'ultima tappa prima del gran finale. Circondato da panorami mozzafiato, cogliete l'occasione per visitare la Fontana Gotica, l'antica Collegiata, assaggiare il vino medievale e la tradizionale Ginjinha di Ourém.

#### **7° giorno** Ourém - Fátima, ca.18 km, ca.+356 m



Si parte per l'ultima tappa del viaggio! Splendidi sentieri vi porteranno da Ourém alla vostra destinazione finale: Fatima. Famosa in tutto il mondo come luogo di pellegrinaggio cattolico, fu la casa di Suor Lucia e dei suoi cugini; di fronte ai loro occhi, nel 1917, apparve la Vergine Maria, in un evento spesso indicato come il Miracolo del Sole. Sede del Santuario della Madonna di Fatima, è un tranquillo luogo di culto profondo e di fede cattolica. Visitate la Basilica di Nostra Signora del Rosario di Fatima e la Cappella delle Apparizioni; che la vostra anima possa trovare pace e serenità, alla fine di questo viaggio.

**8° giorno** Fatima, fine dei servizi dopo colazione

## Caratteristiche

**Tipo di viaggio** individuale

**Partenze** minimo due persone; dal lunedì al venerdì tutto l'anno, è possibile partire il sabato e domenica pagando un supplemento

**Date chiuse:** dal 5/5 al 15/5 e tutto il mese di agosto

**Durata del viaggio** 8 giorni/7 notti

**Livello di difficoltà** medio

**Km totali** 107

**Trasporto bagagli** si

**Incontro informativo/briefing nel primo hotel** si

**Solo trasporto bagagli** no

**Personalizzazione del viaggio** no

## Quota 2026 a persona in camera doppia

**Quota di partecipazione** € 988.--

### La quota comprende

Pernottamenti in hotel \*\*/\*\*/\*/\*, b&b

Colazioni

Briefing il 1° o 2° giorno

Trasferimento bagagli (1 valigia a persona, max 20 kg)

Transfer come da programma

Carte e descrizione dettagliata dell'itinerario

App con mappe, tracce Gpx e descrizione delle tappe

Assicurazione medico/bagaglio 24 ore su 24

Supporto telefonico d'emergenza

Quota d'iscrizione

### La quota non comprende

Il viaggio per raggiungere le località di ritrovo e ritorno

I pranzi e le cene

Le visite e gli ingressi

Le mance

Gli extra in genere di carattere personale

Tutto quanto non specificato sotto la voce "la quota comprende"



### Supplementi e riduzioni a persona

Camera singola	€ 325.-- (€ 400.-- in alta stagione)
Alta stagione (da giugno a settembre)	€ 90.--
Singolo viaggiatore (da aggiungere al supplemento singola)	€ 300.-- (€ 355.-- in alta stagione)
Partenze il sabato e domenica	€ 85.--

### A richiesta

Assicurazione annullamento viaggio

Notti aggiuntive

Preventivi per gruppi precostituiti (CRAL – associazioni – amici - scuole)

### Come arrivare

L'aeroporto di Porto è raggiungibile dai maggiori aeroporti italiani. Coimbra è raggiungibile da Porto tramite treno o bus

### Prenotazioni

Per prenotare compilare e spedire il modulo di iscrizione; versare il 25% della quota di partecipazione; versare il saldo circa un mese prima della partenza.