

MADÈRE EN VERSION TRAIL en Liberté

La Grande Traversée en trail running



Le trail running se développe à Madère et des madériens de plus en plus nombreux s'y adonnent, surtout en fin de semaine. Une épreuve de trail et ultratrail (MIUT®) y a même vu le jour. Les sentiers variés entre côtes, forêts, cultures, villages ou crêtes acérées, parfois paisibles le long de levadas agrémentées de tunnels ou par endroit exigeants avec des séries de marches en pierres ou dominant des précipices, offrent aux sportifs une expérience inoubliable. Voici une grande traversée de l'île d'est en ouest par ses plus beaux parcours.

🕒 8 jours

👤 Liberté / sans guide

🧳 Avec ou sans transport de bagages

🏠 Hébergement : Hôtel***

🏔️ Niveau : ****

🏠 A partir de : 660€

Vous allez aimer

- Traversée des crêtes, ambiance montagne, levadas et côtes sauvages
- Peu de transferts mais les bagages transportés pour courir léger
- Possibilités de raccourcir ou rallonger les étapes
- Une " petite Réunion " à 4 h de vol
- Traces GPS disponibles

Le parcours

Jour 1

PORTO DA CRUZ

Accueil à l'aéroport de Funchal et transfert dans le petit village côtier de Porto da Cruz, au nord-est de l'île et installation pour 2 nuits. Nuit + petit-déjeuner en residencial *** face à l'océan.

Variante : En été, le village de Porto da Cruz offre une piscine municipale d'eau de mer tandis que le reste de l'année, quelques surfeurs se jouent des vagues au pied des falaises. On trouve encore ici une rumerie traditionnelle.

Jour 2

MACHICO - SENTIER DE LA CÔTE NORD - PORTO DA CRUZ

Bus public pour Machico, petite ville côtière du sud-est où vous pourrez faire quelques achats et notamment confectionner votre pique-nique. Petite journée de mise en jambe et d'acclimatation : depuis la plage et le fort São João Batista, montée au Pico do Facho (322 m) par un sentier puis courte portion de route pour rejoindre la levada do Caniçal qui s'enfonce dans la Ribeira Seca. Montée au col de Boca do Risco où s'ouvre un magnifique panorama sur la côte nord, la Pointe de São Lourenço et au loin sur l'île de Porto Santo. Un incroyable sentier côtier taillé dans la falaise et surplombant la mer de plus de 200 m. ramène à Porto da Cruz en passant par le hameau agricole de Larano. Nuit en demi-pension en residencial *** face à l'océan.

17 km / Dénivelé : +/- 580 m

Jour 3

PORTO DA CRUZ - PORTELA - LEVADA DO FURADO - RIBEIRO FRIO - CRUZINHAS - SANTANA

Montée par des ruelles et chemins pavés jusqu'au col de Portela, à 600 m d'altitude. Un bon chemin commence ici, bordant la levada do Furado qui s'écoule rapide et clair vers l'est. Les perspectives qu'offre cet itinéraire sont de plus en plus somptueuses. Les hauts Pics de l'île sont en face et le chemin, d'abord large, devient plus étroit et longe ensuite de profondes ravines. Très bien protégé par les bruyères arborescentes et par quelques barrières, le chemin pénètre la laurisilva avec un brin d'aventure. A Ribeiro Frio, court aller-retour du côté de Balcoes, balcon extraordinaire sur la Faja de Nogueiras et les grands Pics de l'île, puis descente sur Cruzinhas. Courte montée sur Lombo do Galego et arrivée à Santana, au cœur de la vie agricole de l'île. Nuit en demi-pension en hôtel **** avec piscine couverte et jacuzzi.

32 km / Dénivelé : + 1410 m - 1005 m

Jour 4

TRAVERSÉE DES CRÊTES : PICO DO ARIEIRO - PICO RUIVO - ENCUMEADA

Transfert le matin en taxi ou minibus de Santana à Pico do Arieiro (50 min), ou sur demande à Achada do Terceira (30 min). Découverte des plus belles crêtes de l'île, du Pico do Arieiro (1 818 m) au Pico Ruivo (1 862 m, point culminant de l'île) via le Pico das Torres (1 851 m) et le Miradouro Ninho da Manta (1 798 m). Marches et sentiers taillés dans la roche, galeries, tunnels ! Un parcours magique sur les crêtes acérées multicolores qui surgissent souvent de la mer de nuages. Arrivée au Pico Ruivo (1 862 m) avant de partir sur la longue dorsale qui coupe Madère en deux parties de l'est à l'ouest jusqu'à Encumeada (1 000 m), aux portes du plateau Paul da Serra. Le sentier oscille sur une ligne de crête, entre cols et sommets, et passe notamment par le Pico das Eirinhas (1 649 m), le Pico Casado (1 725 m), le Pico Jorge (1 691 m) et enfin le col das Torrinhas (1 400 m). Nuit en demi-pension en hôtel *** à Encumeada, au cœur des montagnes, en plein centre de l'île.

19 km / Dénivelé : + 1060 m - 860 m

Variante : Possibilité de réduire cette randonnée en se faisant transférer le matin à Achada do Teixeira (au lieu du Pico do Arieiro). Débute alors une courte ascension vers le Pico Ruivo. Ensuite, l'itinéraire jusqu'à Encumeada est le même que celui-ci-dessus.

14 km / Dénivelé : + 560 m - 920 m

Jour 5

RABAÇAL - LAGOA DO VENTO - CASCADES DE RISCO ET 25 FONTES - ARCO DE CALHETA

Transfert en début de journée en minibus (30 min) à travers le plateau de Paul da Serra jusqu'au parking de Rabaçal. Depuis le parking de Rabaçal, tout à l'ouest du plateau de Paul da Serra, itinéraire le long de levadas tout d'abord en bordure de plateau, parmi les graminées puis au cœur de la laurisylve et ses bruyères arborescentes majestueuses. Vous remontez tout d'abord à la source de la levada do Alecrim et sa cascade avant de rejoindre le petit plan d'eau de Lagoa do Vento. Descente à la maison forestière de Rabaçal, et poursuite en aller retour sur les levada do Risco et des 25 fontaines pour voir les cascades (cette zone à l'accès facile est très fréquentée mais la forêt de bruyère est très belle). Vous vous échappez du secteur en suivant la levada des 25 fontes à travers le tunnel des cavaliers (long de 800 m), pour rejoindre le versant Sud et descente par les canaux d'irrigation de Rocha Vermelha et de Calheta jusqu'au hameau de Loreto. En fin de randonnée à Loreto, transfert en taxi ou minibus (20 min) jusqu'au village côtier de Jardim do Mar. Nuit en demi-pension en auberge familiale.

22.5 km / Dénivelé : + 180 m - 1090 m

Variante : Le soir, le village de Jardim do Mar est un petit paradis où les voitures ne peuvent pénétrer. Ici vous n'entendrez que le chant des vagues et des oiseaux.

Jour 6

JARDIM DO MAR - PRAZÈRES - PAUL DO MAR - LES CÔTES SUD-OUEST

Découverte de la côte sud-ouest de l'île et de ses villages. De Jardim do Mar, montée raide jusqu'au village de Prazères, depuis lequel il suffit de suivre la levada Nova pour rejoindre les villages de Raposeira puis Fajã da Ovelha. Une descente sur un chemin pavé parmi les Aloès et les Agaves permet de rejoindre Paul do Mar. Ici, de petites maisons blanches de pêcheurs semblent coincées entre la plage de galets et les plantations de bananiers. Il est alors possible de rejoindre Jardim do Mar par la plage de gros galets (à marée basse) pour une version « courte ». Les plus courageux remonteront dans la falaise par un sentier pavé jusqu'au belvédère de Jardim Atlantico avant de redescendre par le sentier jusqu'à Jardim do Mar. Nuit en demi-pension en auberge familiale.

20 à 25 km / Dénivelé : +/- 650 m à +/- 1200 m

Jour 7

FONTES - CHÃO DOS TERREIROS - BOCA DO CERRO - PICO GRANDE - CURRAL DAS FREIRAS - FUNCHAL

En début de journée, transfert en taxi ou minibus (40 min) par la côte sud jusqu'à Fontes (possibilité sur demande de se faire déposer à Boca da Corrida). Depuis le village de Fontes, à 950 m d'altitude, de larges chemins permettent l'ascension du Chão dos Terreiros (1 436 m). Un sentier descend ensuite au col de Boca da Corrida pour attaquer les crêtes qui mènent au Pico Grande (1 654 m). Arrivé à Boca do Cerro, face aux plus hautes crêtes de l'île, la montée en aller-retour au sommet du Pico Grande est facultative et demande un pied sûr mais offre une qualité de panorama incomparable. La journée se termine par la descente dans la caldeira de Curral das Freiras, village niché au fond d'un cirque de montagnes escarpées. Bus de ligne pour la capitale (1h) et installation dans un hôtel en plein centre ville pour une soirée sympathique. Nuit et petit-déjeuner en hôtel ***.

16 à 22 km / Dénivelé : de + 700 à + 1320 m et de - 1000 à - 1640 m

Jour 8

FIN DU SÉJOUR

En fonction des horaires de vols, temps libre pour la découverte de la capitale : marché, centre ancien, caves de dégustation, marina, jardins tropicaux, téléphérique de Monte, etc. Transfert en taxi ou minibus jusqu'à l'aéroport (20 min).

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement.

Le voyage

NIVEAU ****

17 à 32 km journalier avec entre 500 et 1400 m de dénivelé positif et négatif.

Quelques montées et descentes raides et parfois rendues difficiles par des séries d'escaliers de pierres. Quelques passages aériens. Également quelques franchissements de tunnels sur les levadas.

Ce séjour est accessible aux coureurs entraînés mais aussi aux marcheurs sportifs car les longues étapes peuvent être réalisées sans courir en marche rapide. Une excellente forme physique et un entraînement régulier vous permettront d'apprécier pleinement ce magnifique itinéraire.

Voyage réalisé en collaboration avec nos partenaires locaux, soucieux comme nous de vous concocter un séjour authentique.

ROAD BOOK

- 1 feuille de route (liste des hébergements et prestations servies)
- 1 carte de l'île au 1/30 000
- 1 guide de randonnée
- 1 descriptif en français des itinéraires jour par jour

HÉBERGEMENT

2 nuits en residencial *** à Porto da Cruz

1 nuit en residencial *** à Santana

1 nuit en hôtel *** à Encumeada

2 nuits en auberge familiale à Jardim do Mar

1 nuit en hôtel *** à Funchal

Dans tous les cas, chambres de 2 à 3 personnes ou chambres individuelles (avec supplément).

LES REPAS

En demi-pension aux hébergements, sauf à Funchal où seul le petit-déjeuner est inclus.

Merci de nous préciser vos allergies et régimes alimentaires **au moment de la réservation.**

Nous faisons de notre mieux pour prendre en compte les régimes particuliers (sans gluten, végétarien, etc.). Nous vous encourageons cependant à prévoir quelques produits complémentaires pour vos propres pique-niques.

CLIMAT

Temps relativement sec sur la côte sud, plus humide en montagne et sur la côte nord. Attention les températures sont sensiblement plus fraîches en altitude (il tombe parfois de la neige sur les plus hautes crêtes en hiver).

- de juin à septembre : de 20°C à 25°C

- d'octobre à mai : de 15°C à 20°C

Infos pratiques

ACCÈS AU POINT DE DÉPART

Vol Paris - Funchal et retour sur ligne régulière ou low cost. Vols possibles au départ de province avec ou sans escale à Lisbonne. Vols également possibles depuis Bruxelles et Genève.

Vols non inclus.

EXTENSION DE SÉJOUR

Nous pouvons vous proposer des nuits supplémentaires à Funchal en hôtel *** ou encore des prolongations de séjours sur-mesure.

ASSURANCE

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. En aucun cas nous ne pouvons nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle. Si vous avez choisi l'assurance assistance rapatriement EUROP ASSISTANCE que nous proposons, Altitude Mont Blanc sert seulement d'interface entre le client et l'assureur. Nous ne pouvons influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre.

Avant de prendre toute décision, contactez EUROP ASSISTANCE.

Dates & tarifs

DÉPARTS & PRIX

Circuit 8 jours / 7 nuits. Departes toute l'année, la course à pied madère peut se pratiquer toutes les saisons.

***Séjour complet du 25 avril au 15 mai**

930 € pour 2 personnes
770 € pour 3 personnes
720 € pour 4 personnes
690 € de 5 à 6 personnes
660 € de 7 à 8 personnes

Prix indiqués par personne

Options disponibles :

- > Chambre individuelle (sous réserve de disponibilité)
- > Nuit supplémentaire à Funchal en hôtel**** avec petit-déjeuner

LE PRIX

Comprend :

- L'hébergement en demi-pension sauf les dîners des jours 1 et 7 ;
- Les transferts en taxi nécessaires au déroulement du circuit ;
- Les transferts de vos bagages ;
- Le Carnet de Route, 1 exemplaire par dossier d'inscription ;
- 1 topo-guide de randonnées avec propositions subsidiaires.

Ne comprend pas :

- Le voyage aller-retour de votre domicile au point de rendez-vous et dispersion ;
- Les dîners des jours 1 et 7 ;
- Le bus public le jour 2 (2 € 50) ;
- Les déjeuners ;
- Les boissons et dépenses personnelles, les visites, ... ;
- L'assurance ;
- Les frais d'inscription.

Le tarif s'entend du point de rendez-vous au point de dispersion.

Équipement et bagages

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

Vêtements :

Pour la marche / course, les coureurs doivent s'équiper de :

- pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements " multi couches " : sous-vêtements (collant + maillot) en (fibres creuses évacuant la transpiration + sweat ou veste polaire + veste avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps
- 1 collant - short - Tee-shirt
- 1 pull ou fourrure polaire
- 1 veste imperméable et respirante
- 1 casquette
- chaussettes
- 1 tenue de rechange confortable pour l'étape
- 1 paire de chaussures de trail running (semelle bien crantée)
- 1 casquette
- 1 bonnet et 1 paire de gants

Pour l'étape :

- tenues de rechange
- 1 paire de chaussures légères
- boules " Quies " ou bouchons d'oreilles " Ear "
- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Matériel divers :

- 1 paire de lunettes de soleil
- 1 couteau (à laisser dans le bagage de soute pour l'avion)
- 1 ou 2 gourdes ou thermos ou poche à eau
- 1 lampe frontale par personne assez puissante + piles et ampoules de rechange (indispensable pour franchir quelques tunnels sur les levadas)
- Petite pharmacie personnelle (aspirine ou paracétamol, pansements, élastoplaste, crème protectrice pour la peau et les lèvres...)
- Papier hygiénique
- Carte d'identité

BAGAGES

Nous vous conseillons de répartir vos affaires de la façon suivante :

- Un sac à dos typé " trail " (12 à 20 L muni d'une ceinture ventrale, pouvant accueillir 1 poche à eau de 1,5 L à 2 L et éventuellement 2 petits bidons de 250 mL, ainsi qu'un vêtement pluie, une couverture de survie et un téléphone, le pique-nique et une petite pharmacie) : vous le conserverez avec vous dans l'avion en bagage à main et vous le porterez chaque jour (gourde, vivres, veste...)
- Un sac de voyage à enregistrer en soute pour l'avion et à confier chaque jour au transporteur (20 kg maximum) : il contiendra l'ensemble de vos affaires

Détails

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DE PAIEMENT

- Par courrier : formulaire à remplir ci-dessous.
- Par internet : <http://www.altitude-montblanc.com/>
- Par téléphone : +33 (0)4 50 79 09 16

Merci de préciser si vous souhaitez prendre une assurance annulation (4.2% du prix du voyage).

Nous vous faisons ensuite parvenir, par e-mail, une facture proforma (par couple) avec une demande d'arrhes de 30%, associée aux coordonnées de votre compte chez Altitude Mont-Blanc (rubrique "mon compte"). Vous pouvez faire votre règlement par CB, virement bancaire, chèque ou chèques vacances. Vous recevez ensuite une confirmation d'inscription. Le solde du séjour est à régler 1 mois avant le départ, sans rappel de notre part.

Les conditions de vente, annulation etc. sont disponibles sur notre site.

Nous restons à votre écoute pour toute information.

