

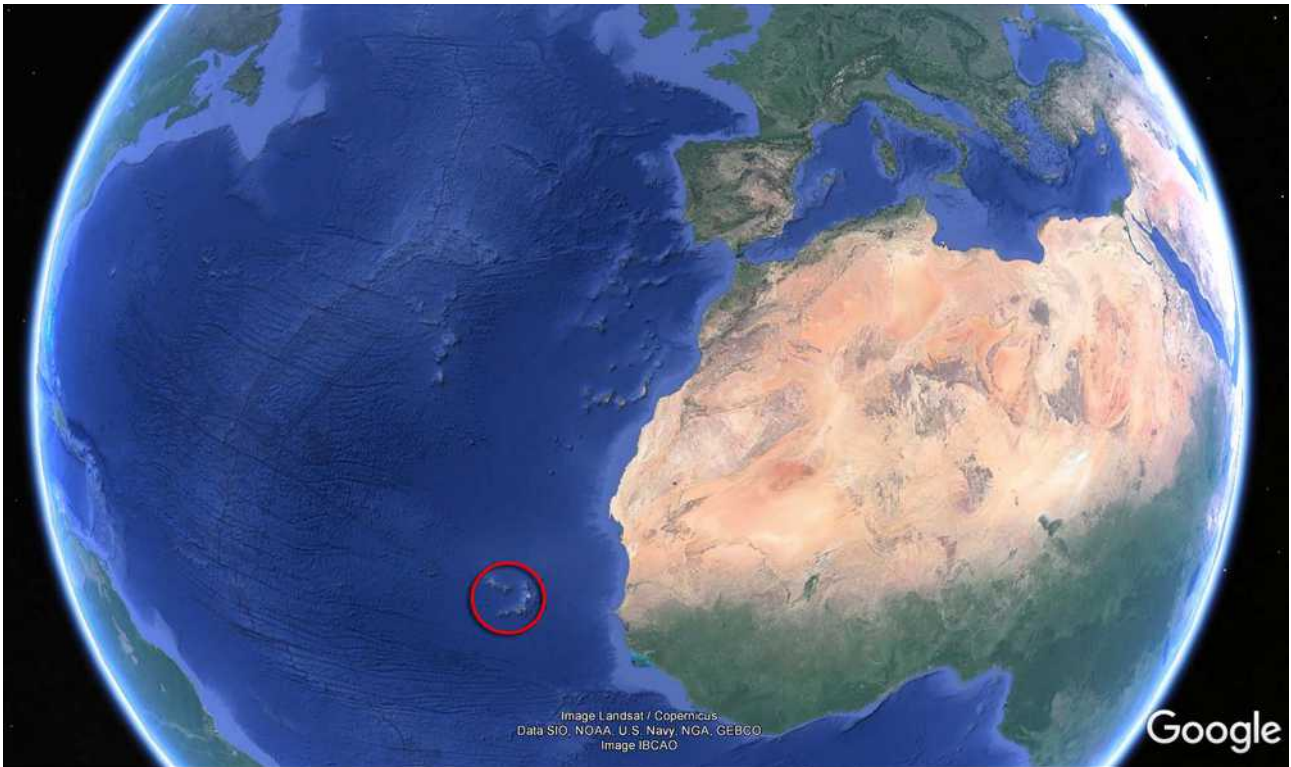


**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bd Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

**VTT Cap Vert / Jour 1 :**  
Sao Vicente – Mindelo

## Bienvenu au Cap Vert - Benvenuto Cabo Verde



Arrivée à l'aéroport de Sao Vicente. Transfert de 10 minutes en voiture.  
Installation à l'hôtel, montage des vélos et petit tour dans la ville de Mindelo.





**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bd Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

**VTT Cap Vert / Jour 2 :**  
Sao Vicente – Mindelo -  
Monte Verde – Palha Carga



Au départ de Mindelo, montée vers le sommet de l'île de Sao Vicente à 750 m d'altitude par une route pavée. Vue sur l'océan et ses baies isolées. Les cultures de maïs contrastent avec la sécheresse des collines plus basses. Découverte des parties les plus sauvages de l'île. Caps et plages du bout du monde. Routes pavées, pistes sablonneuses et singles en terre.





**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bd Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

### VTT Cap Vert / Jour 3 : Santo Antao – Cratère de Cova - Planalto – Lagoa



35 km



1200 m

Physique  
3/5



1200 m

Technique  
3/5

Plaisir  
4/5

Paysage  
5/5



Traversée en ferry, arrivée à Santo Antao en matinée.  
Navette en pick up par la Route de Corda. Départ à 1350 m pour une journée vtt cross country sur le plateau de Lagoa. Alternance de montées / descentes sur des pistes roulantes et des singles très ludiques. Paysages exceptionnels des vallées du nord dégringolant jusqu'à l'océan. Navette pour le retour au gîte.



**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bid Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

**VTT Cap Vert / Jour 4 :**  
Santo Antao – Planalto –  
Lagoa - Garça



38 km



800 m

Physique  
3/5



2150 m

Technique  
3/5

Plaisir  
5/5

Paysage  
5/5



Traversée du Planalto par une piste roulante. Montée vers le col, super panorama sur le plateau et la vallée de Garça. Descente par un sentier pavé vertigineux. Passage par de petits hameaux et leurs de champs de cannes à sucre, papayes, ignames, un vrai jardin d'Eden. Remontée par la route pavé et descente par la vallée de Coculi vers l'océan. Navette pour le retour au gîte.





**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bd Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

## VTT Cap Vert / Jour 5 : Santo Antao – Planalto – Figueiras – Ribeira da Cruz



40 km



1000 m

Physique  
4/5



2150 m

Technique  
3/5

Plaisir  
5/5

Paysage  
5/5



Traversée du plateau dans un décor de savane africaine, montée très raide à 1600 m pour le départ de la descente. Dans un premier temps une piste roulante, puis des passages plus techniques de blocs. On poursuit par un sentier pavé de toute beauté de la vallée de Figueiras. Descente vers la mer en traversant des petits villages isolés. Une impression du bout du monde. Magnifique sentier surplombant l'océan pour remonter à Ribeira da Cruz.



**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bd Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

**VTT Cap Vert / Jour 6 :**  
Santo Antao – Altiplano de Norte – Cha de Morte – Porto novo



39 km



600 m

Physique  
3/5



2100 m

Technique  
3/5

Plaisir  
5/5

Paysage  
5/5



Navette vers le plateau de Norte à 1550 m. Le décor change nous sommes sur une étendue parsemée d'anciens volcans, des singles se fauillent dans le lit des rivières asséchées. Arrivée au Col de Bordeira un panorama exceptionnel sur la Vallée de Cha de Morte. Départ d'une des plus belles descentes. Un sentier pavé en lacets accroché à la paroi. Dernière descente vers l'océan et Porto Novo par une piste roulante dans les scories blanches.





**VTT**  
Séjours Randonnées  
**Mercantour**

11 Bd Rouvier  
06540 Breil sur Roya  
(00 33)04 93 04 91 46  
info@vtt-sejours-randonnees-mercantour.com

**VTT Cap Vert / Jour 7 :**  
Santo Antao – Cratère de  
Cova - Vallée de Paul – Santa  
Isabel

 30 km	 500 m	Physique 2/5	 3000 m	Technique 4/5	Plaisir 5/5	Paysage 5/5
--	--	-----------------	---	------------------	----------------	----------------



Navette pour 2 magnifiques descentes. Incroyables singles pavés tout en épingles dévalant les remparts volcaniques. Passage dans les champs de cannes, de maïs et de caféiers. Découverte des vallées les plus exotiques et luxuriantes du Cap Vert. Marches et petites ruelles dans les villages et hameaux pour finir.

Bateau à 17h00 et retour pour la soirée à Mindelo.

Jour 8 : Départ pour l'aéroport. Fin de l'Aventure ...

Les itinéraires peuvent être modifiés en fonction des conditions météo et du niveau des participants.