

## La haute route de Santo Antão Cap-Vert du 23/02 au 01/03/2020

### EN BREF

MCD vous propose un raid sur l'île de Santo Antao (Saint Antoine) au Cap Vert du 23 février au 1<sup>er</sup> mars.

Ce sera le 3<sup>ème</sup> séjour sur l'île (nous y étions en 2012 et 2014 pour une traversée de l'île de l'est en ouest, puis de l'ouest en est sur des parcours différents), plus facile que les deux premières éditions où nous avons fait fort (en dénivelé). Ce sera aussi à une période moins chaude, en 2012 et 2014 nous y étions au moins en avril. La période choisie permettra de passer le dénivelé plus facilement !

Vous apprécierez : ~ Les nuits chez l'habitant (en terrasses), en immersion totale à Santo Antão  
~ La rencontre d'une population souriante et accueillante ~ 6 jours d'itinérance exclusivement à pied

Niveau de difficulté physique 5 à 6 heures de marche par jour environ.  
Dénivelé positif de 500 à 800 mètres. Bonne condition physique requise.  
Prévoyez un entraînement avant votre départ.

Altitude Moins de 1500 mètres Environnement Bord de mer et îles,

Niveau : 3\*\*\*

Caractéristiques du circuit : une découverte nature et culturelle de Santo Antão, île montagneuse, jardin du Cap-Vert, avec des randonnées de niveau modéré et des dénivelés importants, des trajets en bateau et en avion sur lignes régulières. Nous randonnerons sur de larges chemins muletiers pavés (un réseau et des ouvrages fabuleux) reliant les villages, et sur des sentiers de montagne. La nature du terrain est volcanique, parfois caillouteuse, avec quelques "raidillons"

