

SAO TOMÉ y PRÍNCIPE

Las islas olvidadas

VIAJE EN GRUPO – 12 DÍAS

●● ¿Por qué proponemos Sao Tomé y Príncipe?

La pequeña república insular de Sao Tomé y Príncipe, situada en el golfo de Guinea, está formada por las dos islas principales que le dan nombre y algunos islotes de origen volcánico. Comparten un pasado colonial vinculado a Portugal desde mediados del siglo XV, cuando los portugueses colonizaron estas islas entonces deshabitadas. En 1908 Sao Tomé era el mayor productor de cacao del mundo, pero cuando consiguieron la independencia en 1975, las roças (haciendas) quedaron abandonadas. A pesar de ser uno de los estados más pequeños, cuenta con una naturaleza apabullante, con playas increíbles, además de albergar interesantes construcciones coloniales. Los atractivos del país se fundamentan en un turismo sostenible y el respeto por la naturaleza. Algunas de sus playas son famosas por el desove de tortugas marinas, visible entre los meses de octubre a marzo. Sus gentes, de condición amable y hospitalaria, contribuyen a que la experiencia en las islas sea inmejorable.

 [Mapa de la ruta](#)

DÍA	ITINERARIO	COMIDAS	ALOJAMIENTO
1	Barcelona o Madrid → Sao Tomé		Hotel
2	Sao Tomé 🚗 Lagoa Amelia 🚗 Sao Tomé	D,A	Hotel
3	Sao Tomé 🚗 Sao Joao Dos Angolares 🚗 Praia Inhame	D,A	Eco-Lodge
4	Praia Inhame 🚗 Islote de Rolas 🚗 Praia Inhame	D,A	Eco-Lodge
5	Praia Inhame 🚗 Sao Tomé	D,A	Hotel
6	Sao Tomé → Príncipe (Roças y playas del Norte)	D,A	Hotel
7	Príncipe (Roça Porto Real – Roça y Praia Sundy)	D,A	Hotel
8	Príncipe (Bahía das Agulhas)	D,A	Hotel
9	Príncipe → Sao Tomé 🚗 Neves (Costa Noroeste)	D,A	Eco-Lodge
10	Neves 🚗 Sao Tomé (La ruta del cacao)	D,A	Hotel
11	Sao Tomé → Barcelona o Madrid	D,A	
12	Barcelona o Madrid		

D: Desayuno A: Almuerzo C: Cena

Día 1 | BARCELONA o MADRID → SAO TOMÉ

Presentación al aeropuerto para volar a Sao Tomé. Llegada, asistencia y traslado al [Pedro Guesthouse](#) o similar.

Día 2 | SAO TOMÉ 🚗 LAGOA AMELIA 🚗 PARQUE NACIONAL OBÔ 🚗 SAO TOMÉ

Desayuno e inicio de la experiencia en un paraíso exótico y de belleza suprema. Nos dirigiremos al interior de la isla para hacer una excursión por el Parque Nacional Obô acompañados por un guía experimentado que nos enseñará la increíble belleza de la naturaleza Santomera hasta llegar al Lagoa Amelia, un cráter volcánico cubierto de vegetación. Después de la excursión llegaremos hasta la cascada de São Nicolau, donde quien quiera se podrá dar una refrescante ducha. Almorzaremos en la casa colonial de Roça Saudades Almada Negreiro un fantástico menú degustación para saborear los platos típicos de la "terra" con preciosas vistas de la selva. Regreso a la ciudad y alojamiento.

Día 3 | SAO TOMÉ 🚗 SAO JOAO DOS ANGOLARES 🚗 PRAIA INHAME

Desayuno. Hoy recorreremos la costa este de la isla y descubriremos un paisaje de belleza exuberante con acantilados, playas desérticas, roças emblemáticas, aldeas pintorescas y el mejor restaurante de la isla.

Nuestra primera parada será el río Abade para observar uno de los mayores lavaderos del mundo. Visitaremos Roça Agua Ize', una de las plantaciones de la época colonial más importantes del archipiélago. Nos sumergiremos en un escenario de la época colonial que mantiene su espíritu vivo por los miles de habitantes que viven aún en esa comunidad. Nos detendremos en el punto más alto, el mirador del hospital, para observar las dimensiones de la roça y las vistas a la bahía de la playa de Rei. Posteriormente veremos Boca do Inferno, siendo testigos de un espectáculo de la naturaleza al golpear las olas con fuerza contra las rocas de basalto y donde podremos beber una refrescante agua de coco.

Comeremos en Roça São João dos Angolares, que ofrece una cocina de autor y donde disfrutaremos de un menú degustación de fusión tropical con mezcla de sabores europeos, africanos y de Sao Tomé en un entorno inigualable. Tras este fantástico almuerzo nos dirigiremos hacia el sur de la isla hasta llegar a Porto Alegre. Durante el camino, haremos paradas para contemplar el emblemático Pico Cão Grande, una chimenea volcánica convertida en el icono de la isla. Alojamiento en [Praia Inhame eco-lodge](#) o similar.

Día 4 | PRAIA INHAME 🚤 ISLOTE DE ROLAS 🚤 PRAIA INHAME

Desayuno y traslado en barca para encontrar el "centro del mundo". Hoy llegaremos al lugar más cercano donde se unirán la línea del ecuador y el meridiano cero en el islote de Rolas, un pequeño paraíso de palmerales y calas de ensueño. Tomaremos una barca que nos llevará al islote de Rolas (20min de viaje). Allí tendremos una mañana completa para explorar su bosque tropical lleno de palmeras y sus increíbles calas rodeadas de rocas volcánicas. Después de comprobar el punto de referencia de 0° de latitud y 0° de longitud (marco de Ecuador), daremos un paseo por las plantaciones de coco hasta llegar a la increíble Playa café donde podremos darnos un baño y almorzaremos pescado a la parrilla en la misma playa. Cogemos la barca de vuelta a Porto Alegre y terminaremos el día con una experiencia muy relajante y gratificante al ser llevados en una canoa tradicional por los manglares de las tranquilas aguas del río Malanza. Alojamiento en [Praia Inhame eco-lodge](#) o similar.

Día 5 | PRAIA INHAME 🚗 SAO TOMÉ

Desayuno y regreso a la capital de la isla. Visitaremos la Fortaleza de San Sebastián para conocer un poco más sobre la historia colonial del país. Luego podremos dar un paseo para sentir el pulso de la ciudad y nos dirigiremos al mercado de Bobo Forro, a la Catedral, la Plaza de la Independencia, las casas comerciales más importantes del centro de la ciudad y otros edificios de la época colonial. Más tarde, conoceremos el proyecto Vanilha, una empresa local, sostenible y ética que se dedica a empoderar a las comunidades locales a través de la agricultura de la vainilla. Finalizaremos el día con una visita guiada con degustación incluida a la Loja de Claudio Corallo, el creador del mejor chocolate del mundo, quien nos atenderá personalmente y nos revelará todos los secretos del cacao. Alojamiento en [Pedro Guesthouse](#) o similar.

Día 6 | SAO TOMÉ ➔ PRÍNCIPE (ROÇAS Y PLAYAS DEL NORTE)

Desayuno y traslado al aeropuerto para volar a la pequeña isla de Príncipe. Hoy exploraremos el Parque Natural de la Biosfera caminando por un pequeño sendero a través del bosque para aprovechar la oportunidad de observar la riqueza de la naturaleza y refrescarnos en una de las cascadas más hermosas de la isla. En el camino podremos ver aves endémicas, orquídeas y varias plantas medicinales. De regreso, pasaremos por Roça Terreiro Velho, la plantación de Claudio Corallo, donde se cosecha el considerado "mejor cacao del mundo" y haremos una parada en el emblemático mirador Nova Estrela, con espectaculares vistas de los acantilados marinos tapizados de vegetación tropical y el islote de Boné de Jóquei. Almuerzo tradicional en la ciudad de Santo Antonio. Por la tarde, visitaremos la parte norte de la isla y recorreremos algunas de las antiguas roças de la isla con sus plantaciones de cacao. Comenzando por la Roça Paciência, actualmente una plantación de agricultura ecológica, donde se cultiva y produce una amplia gama de productos. Luego haremos una parada a los mejores de los mejores miradores de la isla que hace guardia a la playa Banana, la más famosa del país. ¡Las vistas son espectaculares! Y a continuación nos daremos un baño en la misma playa Banana. Terminaremos la ruta en Roça Belmonte, una antigua casa colonial de arquitectura clásica y diseños elegantes. Allí mismo, visitaremos el museo de la isla para conocer un poco más sobre la historia y biodiversidad única de Príncipe y disfrutaremos de una preciosa puesta de sol con unas vistas espectaculares. Alojamiento en el [Residencial Brigada](#) o similar.

Día 7 | PRÍNCIPE (ROÇA PORTO REAL/ROÇA Y PRAIA SUNDY)

Desayuno. Hoy visitaremos el antiguo hospital de Roça Porto Real y conoceremos un proyecto que llevan a cabo allí para ayudar a promover la sostenibilidad del planeta, que consiste en transformar el vidrio en joyas y los residuos orgánicos en compost. Esta cooperativa es un gran ejemplo de una de las iniciativas empresariales sostenibles de la isla del Príncipe que además de conseguir que estas mujeres tengan independencia económica, han encontrado la forma de convertir la basura en un tesoro. Luego visitaremos Roça Sundry, que llevará a hacer un viaje en la época colonial y sentir el carácter y la historia de la isla del Príncipe. En su día fue la segunda mayor plantación de cacao de la isla. Esta roça también es importante por su papel en un descubrimiento científico clave: las observaciones realizadas en el exterior del edificio durante el eclipse de sol de 1919 confirmaron la teoría de la relatividad general de Einstein. Almuerzo tradicional. Tarde de relax en playa Sundry El recorrido se terminará contemplando la puesta de sol en el mirador Oke Daniel. Alojamiento en el [Residencial Brigada](#) o similar.

Día 8 | PRÍNCIPE (BADIA DAS AGULHAS)

Desayuno. Justo al borde de la Reserva de la Biosfera de la UNESCO, la Bahía das Agulhas es un lugar inigualable. Recibe su nombre de las torres de fonolita que se elevan en el horizonte. Durante este viaje en barco, podremos disfrutar de algunas de las vistas más espectaculares de la parte occidental de la Reserva y divisar varias playas impresionantes, algunas de ellas casi secretas. No es difícil adivinar que lo mejor del viaje es, probablemente, el hecho de observar la naturaleza en su estado más puro. Picnic en la playa. Por la tarde, descubriremos Santo Antonio, en su día considerada la capital más pequeña del mundo y pasearemos por sus coloridas calles. Alojamiento en el [Residencial Brigada](#) o similar.

Día 9 | PRÍNCIPE → SAO TOMÉ 🚗 NEVES (costa noroeste)

Desayuno y traslado al aeropuerto para regresar a la isla de Sao Tomé y explorar la fascinante costa noroeste de la isla: sabana y baobabs, pueblo de pescadores y plantaciones de cacao. Sin mencionar la increíblemente hermosa carretera junto a la costa. Nuestra primera parada será la plantación Agostinho Neto, anteriormente conocida como "Rio do Oro", que fue fundada en 1865 y es la mayor plantación de Sao Tomé. Emblemática por sus dimensiones, imponencia arquitectónica y su capacidad tecnológica ya que contaba con el sistema ferroviario más avanzado de todo el archipiélago. Por el camino tendremos una de las mejores estampas de la isla al pasar por la Ribeira Funda Praia. Luego, nos detendremos en la playa de Lagoa Azul que no sólo destaca por sus aguas turquesas, sino también por tener baobabs tan cerca de la playa. A continuación, descenderemos por la costa hasta llegar a la ciudad de Neves, la mayor área de pesca del país. Almorzaremos el plato típico de la región "Santola" con una cerveza local bien fresca. Por la tarde, pasaremos por el punto histórico de Anambô, donde los descubridores portugueses pisaron por primera vez tierra Santomera en 1470 y el túnel de Santa Catarina hasta llegar al "final del camino". Alojamiento en el [Mucumbli Eco-Lodge](#) o similar.

Día 10 | NEVES 🚗 RUTA DEL CACAO 🚗 SAO TOMÉ

Desayuno. Sao Tomé y Príncipe, el segundo país más pequeño de África, fue el mayor productor de cacao del mundo. Se le apodó las «Islas del Cacao». El rico suelo volcánico y el clima local la convierten en un terreno único que le permite producir algunos de los mejores cacaos del mundo. Como para un gran vino, el "terroir" es un elemento clave en el diseño del chocolate. Sin el ecosistema de Sao Tomé, nada sería posible, y se revela gracias al saber hacer ancestral de los lugareños. Es necesario seleccionar las variedades, trabajar las mezclas, adaptar las técnicas y definir las condiciones de cultivo. Este trabajo es único y lo descubriremos en esta ruta del cacao. Haremos una caminata para descubrir las roças de Ponta Figo, Generosa y Monte Forte, donde podremos apreciar la herencia de la cultura del cacao. Conoceremos el trabajo de la cooperativa de cacao ecológico CECAB. Aprenderemos cómo se cultiva el árbol del cacao, veremos los viejos secaderos y conoceremos todo sobre su proceso de transformación, así como podremos admirar la magnífica arquitectura colonial aún presente en la región. Almuerzo en la plantación Monte Forte en un ambiente colonial. Alojamiento en [Pedro Guesthouse](#) o similar.

Día 11 | SAO TOMÉ (RUTA DEL CAFÉ) → BARCELONA o MADRID

Desayuno. El café también forma parte de la historia de Sao Tomé por eso aprovecharemos el último día para nos dirigiremos al interior de la isla y visitar Roça Monte Café, una de las haciendas coloniales más antigua de Sao Tomé, fundada en 1858 y que fue el mayor productor de café de la isla. Hoy día se produce café y cacao a pequeña escala y la comunidad santomense está completamente involucrada en el proyecto. En el museo café conoceremos el proceso de tratamiento del café a la manera tradicional y moderna, así como la historia de esta finca y podremos beber un sabroso café arábica o robusta, producido aquí. Después llegaremos hasta la cascada de São Nicolau, donde os podréis dar una refrescante ducha. Vuelta a la ciudad. A última hora del día, traslado al aeropuerto para salir en vuelo de regreso a la ciudad de origen. Noche a bordo.

Día 12 | BARCELONA o MADRID

Llegada y fin de los servicios.

●● PRECIO POR PERSONA 2024**SERVICIOS DE TIERRA**

Mínimo 6 personas: 2.760€

Revisión de precios: El precio del viaje podrá modificarse por variaciones del precio del transporte derivado del coste del combustible, de las tasas e impuestos incluidos en el contrato y recargos turísticos de aterrizaje y de embarque o desembarque en puertos y aeropuertos, así como por variación en el tipo de cambio aplicado en diciembre 2023. En ningún caso, se revisará al alza durante los 20 días anteriores a la fecha de salida del viaje.

●● SALIDAS 2024

Julio 15

Septiembre 1

●● GRUPO MÍNIMO / MÁXIMO

La realización del presente viaje requiere la participación de un mínimo de 6 personas y máximo 10. De no llegarse a este mínimo, la agencia tiene derecho a anular el viaje a más tardar hasta 20 días naturales antes del inicio del viaje.

●● SERVICIOS INCLUIDOS / NO INCLUIDOS

INCLUYE

- 10 noches de alojamiento en hoteles y haciendas.
- 10 comidas.
- Vuelo domestico Sao Tomé/Príncipe/Sao Tomé.
- Traslados aeropuerto/hotel/aeropuerto.
- Recorrido en vehículo privado.
- Guía local acompañante.
- Tasa turística de alojamiento.
- Excursiones y actividades según itinerario.
- Seguro de asistencia en viaje y cancelación hasta 1.000€ (gratuito)

NO INCLUYE

- **Vuelos y tasas:** (Tarifas en base a la compañía TAP Air Portugal en clase A). Salida Barcelona o Madrid: 1.555€ (tasas incluidas calculadas en diciembre/23). La opción de otra compañía o tipo de tarifa comporta una variación en el precio.
- Bebidas en las comidas.
- Propinas.
- Cualquier servicio no especificado.

●● PÓLIZAS OPCIONALES DE GASTOS DE ANULACIÓN, MUERTE O INVALIDEZ Y AMPLIACIÓN DE COBERTURAS

Debido a que tanto las compañías aéreas como los prestatarios de los servicios tienen condiciones de anulación muy estrictas, Altaïr Viajes pone a vuestra disposición seguros especiales de gastos de anulación para que podáis cubrir las cantidades que consideréis según vuestros intereses. Quedan excluidas las actividades físico-deportivas en el medio natural y deportes de aventura. [Consultar suplemento y detalle de las coberturas en cada caso.](#)

●● CANCELACIONES

El viajero puede renunciar al contrato en cualquier momento antes del inicio del viaje, teniendo que abonar una penalización que equivaldrá al precio del viaje combinado menos el ahorro de costes y los ingresos de la utilización alternativa de los servicios de viaje.

●● PERSONAS MOVILIDAD REDUCIDA (PMR)

Persona cuya movilidad para participar en el viaje se encuentra reducida por motivos de discapacidad física, sensorial o locomotriz, permanente o temporal; discapacidad o deficiencia intelectual, o cualquier otra causa de discapacidad, o por la edad, y cuya situación requiera una atención adecuada y la adaptación a sus necesidades particulares del servicio puesto a disposición del resto de participantes. Si alguno de los interesados en hacer un viaje a medida es PMR deberá informarnos para poder consultar si el viaje a medida puede ser o no diseñado para cubrir sus necesidades.

●● RESERVAS Y FORMAS DE PAGO

Para formalizar la reserva se abonará un depósito mínimo del 40% del precio total del viaje. Este porcentaje podrá variar en función de las condiciones de los distintos proveedores. El resto se liquidará como muy tarde 10 días antes de la fecha de salida. Se aceptan como métodos de pago: transferencia bancaria, cheque nominativo o tarjeta (exceptuando Amex y Dinners). Para pagos en efectivo consultar condiciones legales.

●● INFORMACIÓN PRÁCTICA

VISADOS

No es necesario visados para estancias inferiores a 15 días. El pasaporte ha de tener una validez mínima de 3 meses.



Recomendamos consultar la web del [Servicio de Atención al Viajero Internacional.](#)
Con la colaboración del Servicio de [Salud Internacional del hospital Clínic de Barcelona](#)

CARACTERÍSTICAS DEL VIAJE

Sao Tomé y Príncipe es un archipiélago que poco a poco se posiciona como un destino que fomenta un turismo sostenible y respetuoso con la naturaleza. Un paraíso todavía virgen que ofrece una correcta oferta hotelera sin masificaciones, naturaleza espectacular, una cultura mestiza rica en folklore y gastronomía, y una costa fantástica para descansar o hacer actividades marítimas.

El orden de las visitas y excursiones puede ser modificado según las condiciones locales (estado de la carretera, días de mercado...). Si algunas visitas o excursiones no pueden ser realizados debido a causas externas, serán remplazadas siempre que sea posible. Las distancias no son muy largas entre las ciudades y los pueblos, pero a menudo las carreteras o caminos están en malas condiciones. Se recomienda llevar una sola maleta 'blanda' no rígida y una mochila pequeña.

La conexión a internet funciona en algunos lugares y en otros menos o simplemente no habrá conexión. Se puede comprar una tarjeta SIM con conexión a internet.

Los guías locales son de habla portuguesa, pero chapurrean el castellano haciéndose entender sin problema. Hablan lo que sería un "portuñol". Los alojamientos, aunque correctos, son sencillos.

DIVISAS

En Sao Tomé no se puede sacar dinero con una tarjeta extranjera en los cajeros normales (solo en el Banco Central de Sao Tomé y Príncipe, en ventanilla y con tarjeta de crédito), es mejor lleva todo el dinero que necesites en euros.

La moneda oficial es el dobra (STN), consultar el cambio en: [XE converter](#).

CLIMA

El clima es tropical con lluvias abundantes. Los meses de invierno son más lluviosos que los meses de verano. La precipitación es más baja en julio, con un promedio de 16mm. La mayor parte de la precipitación cae en noviembre, con un promedio de 219mm. La temperatura media es de 26.1 °C, marzo es el mes más caluroso del año y julio el más frío, con temperaturas de 23.2 °C. Es conveniente llevar algo de abrigo para las noches y en lugares de altitud.

SEGURIDAD

Sobre cuestiones de seguridad, recomendamos consultar la página web del [Ministerio de Asuntos Exteriores](#).

●● PARA SABER MÁS DE SAO TOMÉ

Utiliza el amplio fondo bibliográfico de la Librería Altair. Hemos recopilado un conjunto de guías, mapas y libros sobre [Sao Tomé](#) que puedes consultar con la finalidad de sumergirte en el territorio a través de la literatura.

●● CONDICIONES GENERALES

Las condiciones generales se encuentran en nuestra [web](#).