

SAO TOMÉ y PRÍNCIPE

Las islas del cacao

VIAJE EN GRUPO o PRIVADO – 12 DÍAS

●● ¿Por qué proponemos Sao Tomé?

Sao Tomé y Príncipe es una pequeña república insular situada en el Golfo de Guinea formada por dos islas principales y algunos islotes de origen volcánico que comparten un pasado colonial vinculado a Portugal desde mediados del siglo XV, cuando los portugueses colonizaron estas islas que, por entonces, estaban deshabitadas. En 1908 Sao Tomé era el mayor productor de cacao del mundo, pero cuando Portugal concedió la independencia en 1975, las haciendas (roças) quedaron abandonadas y algunas han sido engullidas por la vegetación. Es uno de los microestados más pequeños del mundo, pero tienen una naturaleza apabullante; una colección de playas increíbles y un buen acopio de construcciones coloniales. Los atractivos del país se fundamentan en un turismo sostenible nada masificado, el respeto a la naturaleza y en un perfecto equilibrio en la interacción con el medio, la cultura y las costumbres del lugar. Algunas de sus playas son famosas por el desove de tortugas marinas que se puede ver entre los meses de octubre a marzo y los huevos eclosionan entre 50 y 80 días más tarde. Es un país fácil de visitar, un destino seguro con gente amable y hospitalaria y uno de los países menos visitados del mundo, algo que ofrece la ilusión de descubrimiento.

[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	Roça
7	Príncipe (Cascadas Oquê Pipi)	D,A	Roça
8	Príncipe (Bahía das Agulhas)	D,A	Roça
9	Príncipe → Sao Tomé Costa Oeste	D,A	Eco-Lodge
10	Costa Oeste Costa Norte Sao Tomé	D,A	Hotel
11	Sao Tomé → Barcelona o Madrid	D	
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 hotel [Sweet Guest House](#) 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 santomerana 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 (con suplemento media pensión). Después visitaremos la plantación de Monté café para conocer acerca de la producción de café en la isla. Por la tarde, visitaremos la plantación Vista Alegre donde podremos interactuar con la comunidad local de la roça y disfrutar de unas vistas espectaculares de Sao Tomé. Alojamiento.

Día 3 | SAO TOMÉ SAO JOAO DOS ANGOLARES PRAIA INHAME

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. Almorzaremos 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 Santo Tomé en un entorno inigualable (con suplemento de media pensión). 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, y en Ribeira Peixe, una diminuta aldea de gente amable junto a una cascada de basalto que desemboca a pocos metros del mar y es el escenario formidable donde acuden niños y mayores a bañarse o a pescar. Alojamiento en [Praia Inhame eco-lodge](#) o similar.

Día 4 | PRAIA INHAME 🏖️ ISLOTE DE ROLA 🏖️ PRAIA INHAME

Desayuno y traslado en barca para encontrar el "centro del mundo". Hoy llegaremos al lugar más cercano donde se unirían la línea del ecuador y el meridiano cero en el islote de Rolas, un pequeño paraíso de palmeras 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 (con suplemento de media pensión). Cogemos la barca de vuelta a Porto Alegre y exploraremos alguna de las otras playas del sur (Piscina, n'Guembú). 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. Antes de llegar a la capital, haremos una parada para conocer 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. Una vez en la ciudad, 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. Nos dirigiremos 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. Finalizaremos el día con una visita guiada con degustación incluida a la Loja de Claudio Corallo (con suplemento de media pensión), el creador del mejor chocolate del mundo, quien nos atenderá personalmente y nos revelará todos los secretos del cacao. Noche en [Sweet Guest House](#) 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 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. A continuación, iremos hacia 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. Luego haremos una parada a los mejores de los mejores miradores de la isla que hace guardia a la Praia Banana, la más famosa del país. ¡Las vistas son espectaculares! Para almorzar haremos un Picnic en Praia Banana (con suplemento de media pensión) y tendremos tiempo libre para hacer abañarnos. El recorrido se completará con un paseo por otra de las mejores playas de Príncipe, Praia Boi. Alojamiento en el [hotel Mira Rio](#) o similar.

Día 7 | PRÍNCIPE (CASCADAS OQUÊ PIPI, ROÇA PORTO REAL)

Desayuno y recorrido por 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, 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. A continuación, visitaremos el tradicional pueblo pesquero de Praia Abade. Un lugar que te dará una idea de la importancia que tiene el pescado y el océano para esta excepcional isla. En esta misma comunidad visitaremos un proyecto de participación comunitaria que se ha puesto en marcha con la producción de jabones artesanales como diversificación de los ingresos de los pescadores. Los productos son 100% locales, sin residuos y están hechos de aceite de coco. Almuerzo tradicional (con suplemento de media pensión). Por la tarde 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. Alojamiento en el [hotel Mira Rio](#) o similar.

Día 8 | PRÍNCIPE (BADIA DAS AGULHAS)

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 (con suplemento de media pensión). 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 [hotel Mira Rio](#) o similar.

Día 9 | PRÍNCIPE → SAO TOMÉ 🚗 COSTA OESTE

Desayuno y traslado al aeropuerto para regresar a la isla de Sao Tomé y explorar la fascinante costa oeste 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 Santo Tomé. Emblemática por sus dimensiones, imponente arquitectura 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. Almorzamos en la Plantación Monte Forte en un ambiente colonial. Por la tarde, pasaremos por el punto histórico de Anambô, donde los descubridores portugueses pisaron por primera vez tierra santomerana en 1470 y el túnel de Santa Catarina hasta llegar al "final del camino". Alojamiento en el [Mucumbli Eco-Lodge](#) o similar.

Día 10 | COSTA OESTE 🚗 RUTA DEL CACAO 🚗 SAO TOMÉ

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». En los últimos años se han estado rehabilitando las plantaciones coloniales que el bosque engulló. La industria del cacao de Sao Tomé ha cobrado impulso y vuelve a hacer honor a su apodo. Los antiguos hornos de secado para procesar el cacao vuelven a encenderse, y las tradiciones ancestrales se adaptan a las nuevas oportunidades. En esta ruta experimentarás el viaje del cacao «del árbol a la mesa». Primero haremos una visita guiada a la plantación de Diogo Vaz y aprenderás cómo se cultiva el árbol del cacao, verás los viejos secaderos y conocerás todo sobre su proceso de transformación. A continuación, haremos una caminata para descubrir las roças de Ponta Figo, Generosa y Monte Forte, donde podrás apreciar la herencia de la cultura del cacao y conocerás el trabajo de la cooperativa de cacao ecológico CECAB así como admirar la magnífica arquitectura colonial aún presente en la región. Almuerzo tradicional. Noche en [Sweet Guest House](#) o similar.

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

Aprovecharemos el último día para hacer la ruta del café. Nos dirigiremos al interior de la isla para recorrer a pie las plantaciones de las comunidades de Bemposta, Novo Destino y Monté Café. Terminaremos el recorrido visitando la roça Monte Café, una de las haciendas coloniales más antigua de Santo 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 saotomense 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 degustar un sabroso café arábica o robusta, producido aquí. Por la tarde-noche traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso. Noche a bordo.

Día 12 | BARCELONA o MADRID

Llegada y fin de los servicios.

●● PRECIO POR PERSONA 2023

SERVICIOS DE TIERRA

Mínimo 2 personas: 2.445€

Mínimo 4 personas: 2.325€

Mínimo 6 personas: 2.265€

Mínimo 8 personas: 2.205€

Suplemento hotel Roça Sundy en Príncipe: 390 € (se incluyen las cenas en lugar de las comidas)

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 febrero 2023. En ningún caso, se revisará al alza durante los 20 días anteriores a la fecha de salida del viaje.

●● SALIDAS 2023

Junio 17
Julio 1, 15 y 29
Agosto 12
Septiembre 2

●● GRUPO MÍNIMO / MÁXIMO

La realización del presente viaje requiere la participación de un mínimo de 2 personas y máximo 8. 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 en régimen alimenticio especificado.
- Vuelo domestico Saó Tomé/Príncipe/Saó 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 1.500€

Nota: El seguro incluye asistencia en viaje y cancelación frente al covid-19

NO INCLUYE

- **Vuelos y tasas:** (Tarifas en base a la compañía TAP Air Portugal en clase W). Salida Barcelona o Madrid: 1.715€ (tasas incluidas en febrero/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, Altair 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 suplementos y el 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. Existe la posibilidad de cambiar a un hotel superior en Príncipe como el propuesto u otros bajo petición. Consultar en cada caso.

DIVISAS

En Santo 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 llevar 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 MAS 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](#).