



**RUTA ESPAÑA-PORTUGAL: Cornisa  
Atlántica Cicloturista**

*Del viernes, 16 de Julio al martes 27 de Julio de 2010.*

**ASOCIACIÓN CICLOTURISTA ALMANSA**

**Paseo de las Huertas, 1**

**02640 - Almansa (Albacete)**

**acalmansa@gmail.com**

**<http://www.almansaenbici.com>**

## 1. INTRODUCCIÓN

Nos proponemos conocer, a ras de suelo, la faz de nuestra península ibérica, nuestra, de portugueses y españoles. Desde *Vigo* –zona central de la frente- hasta *Lisboa* –zona inferior de la nariz-, pasando, eso sí, por las *Islas Cíes*, para mayor gloria y exaltación de los sentidos.

En un tren superlento iremos desde Vigo a Oporto, un tren que nos permitirá disfrutar del paisaje verde que rodea al río *Miño* acompañado del mar/río hasta *Viana do Castelo*. Y ya desde *Oporto*, en bici, hasta Lisboa. Más de 370 kms. de comunión, de alienación, de abandono y disfrute con las gentes y sus costumbres y maneras de este maravilloso país. Pueblecitos amurallados, mágicos, como *Óbidos*, costeros como *Santarem* donde comer percebes en cartuchos como aquí las castañas, ciudades palaciegas y suntuosas como Sintra donde, como el Taj Mahal, el *Palacio da Pena* se levanta testimonial de un amor propio de los dioses. Y Lisboa, la ciudad inmortal y embriagadora de *Pessoa*, la de las siete colinas, como Roma, con su *Chiado*, su *Rossio*, su barrio alto, sus plazas y puertos y su torre de...*Belem*.

Un recorrido con sabor a mar y acantilados, a bacalao de mil maneras cocinado, a azules airados y tiernos soles y a bóvedas estampadas con cienes y cienes de estrellas.

## 2. RECORRIDO

Almansa – Madrid – Vigo – Islas Cíes – Oporto – Aveiro – Figueira da Foz –  
Batalha – Óbidos – Foz – Sintra – Lisboa – Madrid – Almansa.

### 3. FECHAS\*

Del viernes, 16 de Julio al martes 27 de Julio (12 días).

### 4. PROGRAMA APROXIMADO

Los km's que se pretenden hacer subidos a la bicicleta son de **370**.

#### **DÍA 1: VIERNES, 16 de Julio. Almansa – Madrid – Vigo (Día de viaje hasta Vigo):**

El autobús ALSA llegará a las 12:00 a Almansa, por lo que quedaremos previamente para DESMONTAR Y EMBALAR LAS BICIS. Llegamos a Madrid a las 16:35. Breve visita a Madrid por las inmediaciones de Atocha y búsqueda de un nuevo embalaje para nuestras bicicletas. Para poder meterlas en el Tren Hotel deben estar embaladas. Se puede contactar con Pedalibre para ello.

A las 22:30 cogemos el Tren Hotel con destino a Vigo, donde llegaremos a las 7:30 para empezar el día.

#### **DÍA 2: SÁBADO, 17 de Julio. Visita a las ISLAS CÍES:**

##### **Km's aprox.: -**

No se permiten llevar bicicletas a las Islas por lo que concretaremos un lugar para poder guardarlas.

Dormimos en las Islas Cíes. Sólo se puede acampar en zonas acondicionadas y no se puede encender fuego.

La idea es dormir en la playita, pero si es obligatorio dormir en el camping, lo reservaremos sobre la marcha, aunque lo más probable es que nos dejen hacer vivac en cualquier sitio.

**DÍA 3. DOMINGO, 18 de Julio. Vigo – Oporto (Tren):**

**Km's aprox.: -**

Cogemos el tren a las 19:42 para llegar a Oporto a las 21:55.

Esta noche dormiremos en algún hotel u hostel.

**DÍA 4. LUNES, 19 de Julio. Oporto – Aveiro:**

**Km's aprox.: 67**

A visitar en *Aveiro*:

- Ria de Aveiro
- Mercado de pesca (Lonja)
- Convento de Jesus y Catedral.

**DÍA 5. MARTES, 20 de Julio. Aveiro – Figueira da Foz:**

**Km's aprox.: 62**

- Casino (uno de los mayores del país)
- Playas (pueden ser un buen sitio para dormir)

**DÍA 6. MIÉRCOLES, 21 de Julio. Figueira da Foz - Batalha:**

**Km's aprox.: 68**

- Monasterio gótico de Santa Maria da Victoria

**DÍA 7. JUEVES, 22 de Julio. Batalha - Óbidos:**

**Km's aprox.: 52**

La idea es levantarse pronto para acabar con la etapa y disfrutar de Óbidos, aunque también se puede aprovechar la mañana del día siguiente para ello. Lugares para visitar:

- Castillo.
- Iglesia de Santiago
- Dar una vuelta al pueblo, viendo las murallas del castillo.

Hoy será la segunda noche que durmamos en cama.

**DÍA 8. VIERNES, 23 de Julio. Óbidos - Foz :**

**Km's aprox.: 48**

Sería una buena idea buscar la playita para dormir

**DÍA 9. SÁBADO, 24 de Julio. Foz - Sintra:**

**Km's aprox.: 42**

Se puede llegar a Sintra por el Parque Natural de Sintra – Cascais, pegado a la costa.

**DÍA 10. DOMINGO, 25 de Agosto. Sintra:**

**Km's aprox.: -**

Día para pasar el día en la preciosa población de Sintra, de obligada visita. Hoy dejaremos los pedales de lado para hacer visita turística. Podemos disfrutar de las siguientes atracciones turísticas:

- Palacio de Pena.
- Castelo dos Mouros.
- Palacio Nacional de Sintra (o Palacio da Vila)
- Palacio da Regaleira
- Palacio de Seteais
- Palacio de Monserrate
- Palacio de Queluz

**DÍA 11. LUNES, 26 de Agosto. Sintra - Lisboa:**

**Km's aprox.: 30**

En teoría llegaremos al mediodía a la capital portuguesa, por lo que tendremos el resto del día para disfrutar de la bella ciudad.

**DÍA 12. MARTES, 27 de Agosto. Lisboa – Madrid – Almansa (Día de vuelta):**

**Km's aprox.: -**

Día para disfrutar de Lisboa antes de volver de vuelta a España. Los lugares más representativos a visitar (por barrios) son:

- Barrio Alfama:
  - Iglesia de São Vicente de Fora
  - Iglesia de Santa Engracia
  - Casa dos Bicos
- Barrio La Baixa:
  - Rua Augusta
  - Castelo de São Jorge.
  - Plaza Marqués de Pombal.
  - Plaza de Comercio
  - Plaza da Figueira
  - Plaza Rossio
  - Teatro Nacional Doña María II
  - Praça dos Restauradores
- Barrio Alto y Chiado: pasear por sus preciosas calles

- Belem:
  - Mosteiro dos Jerónimos (Monasterio)
  - Palacio de Belem
  - Torre de Belem
  - Museo nacional de carruajes.
  - Monumento a los descubrimientos.
  
- Afueras de Lisboa:
  - Parque Eduardo VII
  - Campo Pequeno (Plaza de Toros)
  - Palacio de los Marqueses de Fronteira
  - Acueducto de las Aguas Libres

A las 22:30 cogemos el Tren Hotel que nos lleva de Lisboa a Madrid, donde llegamos a las 7:58

Pasaremos el día en Madrid y ya por la tarde nos vamos a la Estación Sur para tomar el bus Madrid – Almansa a las 18:00 que nos dejará en nuestro punto de partida, Almansa, a las 22:00

## 5. PRECIO

SOCIOS	Incluye: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Transporte (trenes y autobuses)</li> <li>• Barco a las Islas Cíes</li> <li>• Alojamiento 4 noches en cama (tren, hostel, albergue,...)</li> <li>• Seguro.</li> </ul>	320 €
NO SOCIOS	Incluye: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lo mismo que los socios excepto el seguro. Es OBLIGATORIO sacarse el seguro para poder inscribirse en la ruta. (no incluido en el precio)</li> </ul>	385 €

**MANUTENCIÓN:** en esta ocasión hemos decidido que será mejor poner un pozo de dinero entre todos los participantes para cubrir los gastos de alimentación, dado la cantidad de días que implica la actividad.

Calcula un gasto de entre unos 10 y 20€ al día, lo que sumaría aproximadamente entre 100 y 200€ a gastar en comidas.

Además, la Asociación aportará:

- **Kit de primeros auxilios.**
- **Herramientas de mecánica básicas** (si tienes componentes específicos deberías traer tu propia herramienta).
- **Elementos para cocinar** (hornillos de gas, ollas, sartenes,...)
- Otras posibles visitas turísticas, todavía por concretar.



## 6. INSCRIPCIONES

**NOTA:** cada participante será responsable de su forma física, estando suficientemente preparado para la ocasión. Entendemos que, aunque el cicloturismo se realice a una intensidad baja, no quita que se necesite una condición física mínima imprescindible para aguantar día a día la ruta.

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN: hasta el próximo viernes, 25 de Junio, éste inclusive.

CONDICIONES:

- Sólo se admitirán inscripciones dentro de este periodo y **abonando una cantidad previa de 100 €** en la cuenta bancaria de la Asociación.
  - Entidad Bancaria: **Caja Castilla-La Mancha**
  - Nº de Cuenta: **2105 / 1540 / 15 / 1290017971**
- **Esta cantidad no es reembolsable** salvo en situaciones excepcionales y debidamente justificadas.
- El **número máximo de cicloturistas será de 8** y se aceptarán las **solicitudes por orden de inscripción**. Los socios de la Asociación, **Almansa en Bici y ConBici** tendrán **preferencia sobre los no socios**.
- **Sólo se considerará válida la inscripción cuando se haya abonado la cantidad dicha anteriormente y se envíen los datos personales** (Nombre completo, dirección, población, teléfono y DNI).

Para inscribirse, más información o cualquier tipo de duda, sugerencia o cuestión contactar con nosotros:

- E-Mail: [acalmansa@gmail.com](mailto:acalmansa@gmail.com)
- Teléfono: 644 499 032
- Web: [www.almansaenbici.com](http://www.almansaenbici.com)

