

PROGRAMME DE VOYAGE

Portugal, Espagne, Maroc, Cap-Vert, Gambie - 25 jours



Durée : 25 jours

Navire : Sirena

Compagnie : Oceania Cruises



Retrouvez votre voyage en ligne

https://www.croisiere-club.com/croisiere-promo/portugal-espagne-maroc-cap-vert-gambie-25-jours_199226.html

Votre voyage, jour après jour

JOUR 01

Le Cap, Afrique du Sud

Arrivée : 06:00 · Départ : 17:00

Le Cap (Cape Town), au pied de la majestueuse montagne de la Table, est l'une des villes les plus spectaculaires et culturelles du continent africain. Entre nature, histoire et art de vivre, cette escale promet un séjour mémorable.

Incontournables (1 à 2 journées)

- **Table Mountain** : prenez le téléphérique ou partez à pied pour atteindre le sommet de cette montagne emblématique offrant une vue panoramique sur la ville, l'océan et la péninsule du Cap.
- **Victoria & Alfred Waterfront** : quartier animé avec boutiques, restaurants, aquariums et musées, idéal pour une promenade en bord de mer.
- **Robben Island** : visitez l'île-prison où Nelson Mandela fut incarcéré pendant 18 ans, accessible par bateau.

Excursions depuis Le Cap

- **Cap de Bonne-Espérance** : route panoramique via Chapman's Peak, colonies de pingouins à Boulders Beach, réserve naturelle et paysages époustouffants à l'extrémité sud-ouest du continent africain.
- **Route des vins** : découverte des domaines viticoles de Stellenbosch et Franschhoek, dégustations et paysages vallonnés.

Coup de cœur

- **Bo-Kaap** : quartier historique aux maisons colorées, reflet de l'héritage culturel malais et musulman du Cap.

JOUR 02

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 03

Lüderitz, Namibie

Arrivée : 07:00 · Départ : 17:00

Lüderitz séduit par son mélange unique d'histoire coloniale allemande et de paysages désertiques spectaculaires. Située aux portes du désert du Namib, elle offre une escale riche en culture et en nature.

Visites incontournables (1 journée)

- **Maison Goerkehaus** : emblématique bâtiment colonial allemand, symbole de l'histoire architecturale de Lüderitz.
- **Phare de Diaz** : point de vue panoramique sur l'océan Atlantique et la baie de Lüderitz.
- **Mines de diamants** : découverte des anciennes mines et du passé minier de la région.

Balades et panoramas

- **Promenade dans la ville** : flânez dans les rues bordées de maisons colorées et admirez l'architecture coloniale bien préservée.
- **Désert du Namib** : excursions pour explorer les dunes, paysages lunaires et formations rocheuses uniques.
- **Parc national du Namib-Naukluft** : randonnée et observation de la faune adaptée aux milieux désertiques.

Loisirs & détente

- **Observation de la faune et paysages** : phoques, oiseaux marins et dunes majestueuses pour les amateurs de photographie.
- **Activités en plein air** : randonnées, excursions en 4x4 et découverte des canyons et formations rocheuses.
- **Culture locale** : artisanat namibien, cuisine traditionnelle et immersion dans la vie portuaire.

Lüderitz offre une escale entre histoire coloniale, nature désertique et océan Atlantique, idéale pour les amateurs de paysages sauvages et d'aventure culturelle.

JOUR 04

Walvis Bay, Namibie

Arrivée : 10:00 · Départ : 19:00

Walvis Bay, principal port maritime de Namibie, mêle lagune paisible, dunes dorées du désert et faune exceptionnelle. C'est une escale idéale pour découvrir la beauté brute de la côte namibienne.

Incontournables (1 journée)

- **Lagune de Walvis Bay** : zone humide classée, prisée pour l'observation des flamants roses, pélicans, cormorans et autres oiseaux migrateurs.
- **Dunes de Sandwich Harbour** : excursion en 4x4 entre désert et océan Atlantique, avec paysages spectaculaires où les dunes plongent dans la mer.
- **Tour en bateau** : croisières dans la baie pour observer les otaries, dauphins, voire parfois des baleines selon la saison.

Expériences à ne pas manquer

- **Dune 7** : la plus haute dune de Namibie (plus de 380 m), à escalader pour une vue imprenable sur le désert.
- **Salines de Walvis Bay** : vastes étendues de sel aux reflets rosés et blancs, visibles depuis la route ou lors d'une excursion guidée.

Gastronomie locale

- Profitez de produits de la mer frais : huîtres, poissons grillés, langoustines, souvent accompagnés de vins sud-africains.

JOUR 05

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 06

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 07

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 08

Sao Tomé

Arrivée : 10:00 · Départ : 20:00

São Tomé est la plus grande île de l'archipel et offre une escale tropicale exotique avec plages de sable doré, forêts luxuriantes et patrimoine culturel riche.

Visites incontournables (1 journée)

- **Capitale São Tomé** : rues animées, bâtiments coloniaux, marchés colorés et places historiques.
- **Plantations de cacao et de café** : découverte du passé agricole de l'île et dégustation des produits locaux.
- **Églises et bâtiments coloniaux** : témoignages de l'influence portugaise sur l'architecture et l'histoire de l'île.

Balades et panoramas

- **Forêt tropicale de Obo National Park** : randonnées dans une nature luxuriante et observation de la faune endémique.
- **Plages et côtes** : baignade et détente sur des plages préservées aux eaux turquoise.
- **Points de vue sur l'île** : panoramas sur l'océan et les collines volcaniques environnantes.

Loisirs & détente

- **Plongée et snorkeling** : exploration des récifs coralliens et des épaves de navires autour de l'île.
- **Gastronomie locale** : plats à base de poisson, fruits tropicaux et épices locales.

- **Artisanat** : textiles, sculptures et objets traditionnels disponibles sur les marchés.

São Tomé offre une escale riche en nature, culture et traditions insulaires, idéale pour une immersion authentique dans le cadre tropical de l'archipel.

JOUR 09

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 10

Lomé, Togo

Arrivée : 08:00 · Départ : 18:00

Capitale dynamique du Togo, située sur les rives du golfe de Guinée, Lomé séduit par ses marchés animés, ses plages bordées de palmiers et son mélange unique de cultures africaines et européennes.

Visites incontournables (1 journée)

- **Marché des féticheurs** : immersion dans l'artisanat local, objets traditionnels, remèdes et potions typiques.
- **Palais des Congrès** : architecture emblématique et centre culturel majeur de la ville.
- **Marché central** : découverte des produits locaux, tissus, épices, et ambiance animée typique de Lomé.

Balades et panoramas

- **Front de mer** : promenade agréable le long de la plage, avec cafés et marchés artisanaux.
- **Quartiers historiques** : architecture coloniale, rues pittoresques et ambiance locale authentique.
- **Plages aux alentours** : baignade et détente dans un cadre tropical paisible.

Loisirs & détente

- **Gastronomie locale** : plats à base de poissons, fruits de mer, fufu et sauces traditionnelles togolaises.
- **Shopping** : artisanat, textiles, bijoux et souvenirs culturels à rapporter.
- **Excursions autour de Lomé** : visites de villages traditionnels, parcs naturels et plantations locales.

Lomé offre une escale riche en culture, traditions et vie urbaine africaine, idéale pour une immersion authentique dans la vie togolaise.

JOUR 11

Takoradi, Ghana

Arrivée : 09:00 · Départ : 19:00

Ville portuaire dynamique sur la côte ouest du Ghana, Takoradi séduit par ses plages de sable doré, sa culture vivante et son patrimoine historique riche.

Visites incontournables (1 journée)

- **Marché central** : immersion dans l'artisanat local, tissus, bijoux et produits traditionnels ghanéens.
- **Forts historiques** : découvrez les vestiges coloniaux et l'histoire maritime de la région.
- **Musée régional** : plongez dans l'histoire culturelle et artistique de Takoradi et du Ghana occidental.

Balades et panoramas

- **Front de mer** : promenade le long de la côte avec vue sur le port et activités locales.
- **Plages de Busua et Takoradi** : baignade, surf, détente et paysages tropicaux.
- **Quartiers historiques** : architecture coloniale et ambiance locale authentique.

Loisirs & détente

- **Gastronomie locale** : plats à base de poisson, fruits de mer, fufu et sauces traditionnelles ghanéennes.
- **Shopping** : artisanat, textiles, sculptures et souvenirs culturels.
- **Excursions alentours** : visites de villages traditionnels, plantations et sites naturels.

Takoradi offre une escale riche en culture, traditions et vie côtière africaine, idéale pour découvrir l'authenticité du Ghana occidental.

JOUR 12

Abidjan, Cote d'ivoire

Arrivée : 07:00 · Départ : 17:00

Abidjan séduit par son dynamisme, sa modernité et son riche patrimoine culturel.

Visites incontournables (1 journée)

- **Musée des Civilisations** : découvrez 15 000 objets d'art africain, masques, statues, instruments de musique et poids Baoulé.
- **Quartier du Plateau** : centre-ville mêlant architecture coloniale et gratte-ciels modernes, incluant le Palais Présidentiel, le Palais de Justice, le stade Houphouët-Boigny et les tours administratives.
- **Cathédrale Saint-Paul** : impressionnante par sa croix de 70 m de haut et ses 370 m² de vitraux colorés.
- **Marché de Treichville** : immersion dans un festival de couleurs, odeurs et saveurs locales.
- **Centre Artisanal** : souvenirs typiques tels que statues, masques et artisanat local.

Balades et panoramas

- **Bord de lagune** : promenade le long de la lagune Ébrié et vue sur le pont Henri Konan Bédié.
- **Quartiers animés** : explorez Cocody, Marcory et Koumassi pour découvrir l'animation urbaine et les marchés locaux.
- **Parcs et espaces verts** : détendez-vous dans le Parc du Banco ou le Jardin Botanique de Bingerville.

Loisirs & détente

- **Gastronomie ivoirienne** : attiéké, poissons grillés, aloko, bissap et autres saveurs locales à déguster dans les restaurants et marchés.
- **Shopping** : artisanat, textiles et objets traditionnels dans les centres commerciaux et marchés locaux.
- **Excursions** : visites de villages traditionnels, plages et lagunes aux alentours.

Quand partir à Abidjan ? La meilleure période s'étend de décembre à avril, avec des températures stables autour de 28 à 32°C. Évitez le mois de juin, le plus pluvieux.

Abidjan offre une escale riche en culture, histoire et vie urbaine africaine, idéale pour une découverte rapide mais intense lors d'une croisière.

JOUR 13

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 14

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 15

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 16

Banjul, Gambie

Arrivée : 07:00 · Départ : 19:00

Banjul combine charme colonial et dynamisme économique. Fondée par les Britanniques, elle est aujourd'hui un centre administratif et touristique important, offrant aux visiteurs une immersion dans la culture locale et l'histoire du pays.

Visites incontournables (1 journée)

- **Arch 22** : monument emblématique de Banjul offrant un panorama sur la ville et le fleuve Gambie.
- **Marché Albert** : marché coloré pour découvrir l'artisanat local, les épices et la vie quotidienne gambienne.
- **Musée national de Gambie** : expositions sur l'histoire, la culture et les traditions du pays.

Balades et panoramas

- **Promenade le long du fleuve Gambie** : vues sur les bateaux, observation de la vie fluviale et paysages pittoresques.

- **Île Sainte-Marie** : exploration à pied ou en vélo des rues historiques et des sites coloniaux.
- **Jardins Botaniques** : espaces verts pour se détendre et profiter de la biodiversité locale.

Loisirs & détente

- **Gastronomie locale** : dégustation de plats traditionnels gambien comme le domoda ou le yassa, accompagnés de fruits tropicaux.
- **Plages et baignade** : relaxation sur les côtes proches et activités nautiques dans le fleuve ou l'océan Atlantique.
- **Culture locale** : spectacles de musique, danse et artisanat traditionnel reflétant l'identité gambienne.

Banjul offre une escale tropicale combinant histoire coloniale, culture vivante et paysages fluviaux, idéale pour découvrir la Gambie sous toutes ses facettes.

JOUR 17

Dakar, Sénégal

Arrivée : 07:00 · Départ : 17:00

Dakar est une ville portuaire moderne mêlant culture, histoire et activités économiques. Son port actif et son aéroport en font un centre stratégique, tandis que ses ruelles et monuments historiques attirent les visiteurs en quête de découvertes culturelles et architecturales.

Visites incontournables (1 journée)

- **Cathédrale du Souvenir africain** : édifice emblématique mêlant architecture moderne et symbolisme historique.
- **Porte du Troisième Millénaire** : monument contemporain célébrant l'histoire et le dynamisme du Sénégal.
- **Île de Gorée** : accessible en bateau, site historique inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, témoignant de la mémoire de la traite négrière.

Balades et panoramas

- **Corniche de Dakar** : promenade en bord de mer offrant vues sur l'océan Atlantique et la vie locale.
- **Marché Kermel** : marché traditionnel pour découvrir artisanat, tissus, épices et produits locaux.
- **Village des Arts** : quartier artistique avec galeries, sculptures et expositions d'art contemporain.

Loisirs & détente

- **Gastronomie sénégalaise** : dégustation de plats typiques comme le thieboudienne, yassa et

mafé.

- **Plages** : relaxation sur les plages de N'Gor ou de Yoff, avec possibilité de pratiquer sports nautiques.
- **Vie culturelle** : festivals, concerts et événements reflétant la richesse culturelle de Dakar.

Dakar offre une escale riche en **histoire, culture et ambiance portuaire**, alliant patrimoine, modernité et dynamisme africain.

JOUR 18

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 19

Porto Grande

Arrivée : 07:00 · Départ : 17:00

Situé sur la côte pacifique de l'Équateur, Porto Grande est un port dynamique offrant aux croisiéristes un accès facile à la ville de Guayaquil, mêlant culture, histoire et paysages côtiers.

Visites incontournables (1 journée)

- **Centre historique de Guayaquil** : flânez dans les ruelles colorées, admirez l'architecture coloniale et découvrez les places animées de la ville.
- **Parc historique de Guayaquil** : parc reconstituant la vie traditionnelle équatorienne, avec faune locale, bâtiments historiques et artisanat.
- **Malecón 2000** : promenade emblématique le long du fleuve Guayas avec jardins, sculptures et restaurants.

Balades et panoramas

- **Las Peñas** : quartier pittoresque sur une colline avec maisons colorées et vue panoramique sur le port.
- **Parc Seminario** : parc central abritant des iguanes et offrant un espace agréable pour se détendre.
- **Plages de la côte pacifique** : profitez du sable doré et des eaux chaudes pour un moment de détente.

Loisirs & détente

- **Gastronomie locale** : dégustez ceviche, fruits de mer frais et plats typiques équatoriens dans les restaurants du port ou du centre-ville.
- **Shopping** : artisanat local, textiles et souvenirs dans les marchés et boutiques du centre historique.
- **Activités nautiques** : excursions en bateau, observation de la faune côtière et baignade sur les plages environnantes.

Porto Grande et Guayaquil offrent une escale riche en culture, histoire et paysages côtiers, idéale pour une découverte rapide mais complète lors d'une croisière.

JOUR 20

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 21

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 22

Arrecife, Iles Canaries

Arrivée : 08:00 · Départ : 17:00

Arrecife est la capitale de l'île volcanique de **Lanzarote**, dans l'archipel des Canaries. Connue pour son atmosphère paisible, ses plages de sable noir et ses paysages lunaires, c'est une escale parfaite pour découvrir une nature unique façonnée par les volcans.

Visites incontournables (1 journée)

- **Parc national de Timanfaya** : paysages spectaculaires de lave figée, geysers naturels et démonstrations géothermiques.
- **Jameos del Agua & Cueva de los Verdes** : galeries volcaniques aménagées par l'artiste César Manrique.
- **Castillo de San Gabriel** : forteresse historique accessible par un pont de pierre, sur un îlot face au centre-ville.

Balades & détente

- **Charco de San Ginés** : lagune pittoresque bordée de maisons blanches, bateaux de pêche et petits restaurants.
- **Playa del Reducto** : plage urbaine idéale pour se baigner ou marcher sur la promenade maritime.

Saveurs locales

- Ne manquez pas les *papas arrugadas* (pommes de terre ridées) avec leur célèbre sauce *mojo*, ou un poisson grillé accompagné de vin de La Geria.

JOUR 23

Agadir, Maroc

Arrivée : 08:00 · Départ : 18:00

Agadir, station balnéaire moderne du sud marocain, séduit par sa longue plage, son climat ensoleillé toute l'année et son ambiance détendue. Elle offre une belle porte d'entrée vers la culture berbère et les paysages du Souss-Massa.

Incontournables (1 journée)

- **La Kasbah d'Agadir Oufella** : ancienne forteresse surplombant la baie, offrant une vue panoramique sur toute la ville et l'océan Atlantique.
- **Souk El Had** : vaste marché local animé où découvrir artisanat, épices, fruits, et produits marocains typiques.
- **La corniche** : promenade agréable en bord de mer, jalonnée de cafés et restaurants.

Culture & nature

- **Musée du Patrimoine Amazigh** : dédié à la culture berbère locale (bijoux, costumes, objets du quotidien).
- **Vallée des Oiseaux** : petit parc animalier et jardin au cœur de la ville, agréable pour une balade en famille.

Saveurs marocaines

- Ne manquez pas un *tagine de poisson* aux légumes ou la *pastilla au poulet*, accompagnés d'un thé à la menthe parfumé.

JOUR 24

En mer

Profitez de cette journée en mer pour vous détendre et participer aux nombreuses activités disponibles sur votre navire.

JOUR 25

Lisbonne, Portugal

Arrivée : 07:00 · Départ : 17:00

Lisbonne vous accueille généralement au terminal de Santa Apolónia ou Alcântara, tous deux situés à quelques minutes du centre historique. Tram, métro, taxi ou même marche permettent de découvrir facilement la ville dès la descente du bateau.

Visites incontournables (1 journée)

- **Quartier de Belém** : Tour de Belém et monastère des Hiéronymites, symboles de l'âge des Grandes Découvertes (classés UNESCO).
- **Pastéis de Belém** : célèbre pâtisserie à déguster sur place.
- **Baixa & Praça do Comércio** : grande place ouverte sur le Tage, arc de triomphe, rues commerçantes et cafés historiques.
- **Ascenseur de Santa Justa** : structure néogothique offrant une belle vue sur les toits de la ville.

Balades et panoramas

- **Alfama** : plus vieux quartier de Lisbonne, ruelles escarpées, tram 28, fado et ambiance authentique.
- **Miradouros** : Santa Luzia ou Senhora do Monte offrent des vues magnifiques sur la ville et le fleuve.
- **Castelo de São Jorge** : château médiéval dominant la ville, panorama spectaculaire sur Lisbonne.

Loisirs & détente

- **Gastronomie portugaise** : bacalhau à toutes les sauces, sardines grillées, bifana, vins et ginjinha (liqueur de cerise).
- **Shopping** : azulejos, liège, céramique et artisanat dans les boutiques de la Baixa ou du Chiado.
- **Promenade sur les quais** : entre Alcântara et Belém, balade en bord de fleuve entre street art, bars et pont du 25 avril.

Lisbonne offre une escale riche en histoire, culture et saveurs locales, idéale pour explorer le charme et

l'authenticité de la capitale portugaise.