

# SENEGAL

## "Costa Atlántica y ciudades coloniales"

Senegal es un país ideal para "iniciarse" en África. Tiene un tamaño abordable, unas infraestructuras aceptables, paisajes magníficos y variados que van desde desiertos a selvas, playas inmensas y grupos étnicos.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Dakar	../..	Hotel ***/Lodge
2	Dakar. Excursión Isla Goree	D/../..	Hotel ***
3	Dakar/Lago Rosa/Lompoul	D/A/C	Lodge (jaima)
4	Lompoul/P.N. Djoudj/Saint Louis.	D/../C	Hotel ***
5	Saint Louis/Aldeas Peul/Gandiol.	D/A/C	Lodge
6	Gandiol/Touba/P.N Delta Saloum (Toubakouta )	D/A/C	Hotel ***
7	P.N Delta Saloum. Excursión a la Isla de Sipo	D/A/C	Hotel ***
8	Toubakouta/Joal Fadiout/Dakar	D/../C	Vuelo
9	Vuelos Dakar/Ciudad de origen	../..	-----

ALIMENTACIÓN	Desayuno: D	Almuerzo: A	Cena: C	Picnic: P
--------------	-------------	-------------	---------	-----------

### ITINERARIO PREVISTO:

#### DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/DAKAR

Salimos en vuelo hacia Dakar (conexiones intermedias), donde nos esperan en el aeropuerto, para el traslado al hotel (20 min aprox.)

#### DAKAR

Es la capital de Senegal y su situación ventajosa para el tráfico marítimo, la convirtió en el mayor puerto marítimo de la región. La ciudad se formó en el entorno de un fuerte francés, reemplazando en 1902 a San Luis, como la capital de las colonias francesas del África Occidental. Entre los siglos XVI y XIX, fue el mayor centro para el tráfico de esclavos hacia a toda América. Se ha configurado como una ciudad con atractivo turístico con sitios de interés, destacando los mercados y la Gran Mezquita. También se pueden visitar la Catedral y el Museo IFAN de cultura de África occidental, o realizar caminatas por los acantilados y las playas que rodean la ciudad.

## **DÍA 2.- DAKAR. EXCURSIÓN ISLA DE GORÉE**

Por la mañana nos trasladamos al embarcadero, para cruzar en ferry, a la isla de Gorée (20 min aprox.), donde paseamos por sus calles para descubrir interesantes edificios históricos, como la célebre casa de los Esclavos, que vio desde sus muros partir a más de veinte millones de hombres y mujeres hacia las Américas, testimonio estremecedor del antiguo comercio de esclavos y que alberga en la actualidad un museo sobre la historia senegalesa.

Al final de la visita, regresamos de nuevo en ferry a Dakar, donde realizamos un recorrido por la ciudad, recorriendo los lugares más interesantes, como el barrio del plateau donde se encuentran los edificios de la época colonial como la Cámara de Comercio o el Palacio presidencial. También algunos de sus principales mercados como Kermel o Sandaga.

### **ISLA DE GORÉE**

Situada a cuatro kilómetros frente a la costa de Dakar, es un pequeño territorio de 900 m de largo por 300 m de ancho. Colonizado por los portugueses en el siglo XV pasó posteriormente a manos holandesas y francesas, siendo partir del siglo XVII, uno de los principales centros de venta de Esclavos. En 1978 pasó a formar parte de los lugares clasificados por la UNESCO como Patrimonio Mundial de la Humanidad Esta bella isla, además de su pasado colonial, fue escenario de numerosas batallas entre piratas y corsarios, y actualmente fascina por el encanto de sus estrechas callejuelas y el color de cada uno de sus rincones. Con un pasado tan trágico como fastuoso, alberga casas de balcones de madera pintados y pequeñas calles de arena que conducen al mar.

## **DÍA 3.- DAKAR/LAGO ROSA/LOMPOUL**

Por la mañana comenzamos nuestro recorrido en vehículo dirigiéndonos al lago Rosa, (30 km/1 hora aprox.), famosa salina por el color que toman sus aguas cuando el sol cae a plomo y por constituir la última etapa del rallye París-Dakar de hace años. Podemos ver como las mujeres trabajan en la extracción de la sal, para poder sobrevivir. Tras la visita abandonamos el lago para continuar por la playa en 4x4, en un emocionante recorrido hacia las dunas del Sahel Senegalés, a tiempo para disfrutar del atardecer entre ellas. Llegamos al pequeño desierto de Lompoul, donde encontramos dunas que llegan a superar los 30 metros de altura. Tiempo libre, para poder visitar una aldea y conocer las costumbres y cultura de los pobladores de esta región africana, caminar por la zona de dunas, dar un paseo en dromedario o simplemente disfrutar del atardecer tomando una cerveza.

### **LAGO ROSA**

Este lago nació de una laguna que, un movimiento de las dunas, a lo largo del mar, cerró en el siglo XV. Se ubica a algunos centenares de metros del océano en un paisaje de dunas arenosas y de magníficas playas salvajes. Su particularidad es totalmente excepcional: el lago está rosa cuando el sol está en su punto máximo, y por el crepúsculo este color se oscurece hasta tomar colores matizados de malvo o púrpura.

Además de su color, su importante salinidad (300 gr/litro) lo coloca en segunda posición después del mar Muerto. Esta concentración salina permite a mujeres de pueblos circunvecinos extraer directamente la sal que está en el fondo del lago lo que les proporciona a las poblaciones los recursos requeridos para sustentar a sus familias.

## **DÍA 4.- LOMPOUL/P.N. DJOUDJ o BARBARIE/SAINT LOUIS.**

Por la mañana, y dependiendo de la temporada nos dirigimos a la reserva de aves de Djoudj (entre noviembre y abril) o de Barbarie (entre mayo y octubre). Ambos parques nacionales son reservas mundiales de la biosfera y constituyen ecosistemas únicos que albergan una infinidad de aves migratorias como pelicanos, garzas o patos de Gambia además de cocodrilos y otros mamíferos. El recorrido por la reserva se realizara en piraguas motorizadas tradicionales. Almuerzo libre en la reserva. Por la tarde llegaremos al centro de la antigua capital colonial de África del Oeste, St Louis, tras cruzar su impresionante puente de hierro, construido por el ingeniero francés Eiffel. Instalación en nuestro hotel y tiempo para realizar una visita panorámica de la ciudad en calesa de caballos. Recorreremos las calles con sus

mansiones coloniales rematadas de viejas balconadas, el barrio de pescadores y el puente Faidherbe

#### **SAINT LOUIS**

Fundada en 1659 en la desembocadura del río Senegal por un grupo de comerciantes franceses, está constituida por varios barrios, el barrio norte de la isla, antiguo centro comercial durante el período colonial, está separado del barrio sur por la Gobernanza y la plaza Faidherbe. Allí se encuentran también el ayuntamiento y el tribunal de justicia (primer juicio en 1875), el hospital (1827) bonita construcción de color ocre- amarillo, el colegio de chicas Ameth Fall se ubica desde 1927 en un antiguo hospital que data de 1840. El famoso puente Faidherbe (500 m de longitud), construido por Gustave Eiffel y expedido a San Luis en 1897 tras un gigantesco error administrativo. El barrio superpoblado Guet Ndar donde viven los pescadores atrae a muchas personas por la mañana y al atardecer, cuando éstos salen y regresan en sus barcos, también alberga el cementerio musulmán y el mercado Sor (frente al puente) donde se venden artículos de todo tipo.

#### **DÍA 5.- SAINT LOUIS/ALDEAS PEUL/GANDIOL**

Esta mañana nos espera una jornada un tanto especial. Pondremos rumbo a una de las aldeas de la etnia Peul que se encuentran en la zona entre St Louis y Gandiol. A nuestra llegada seremos recibidos por una familia que compartirá con nosotros sus labores cotidianas favoreciendo en la medida de lo posible la interacción. El día a día en una aldea transcurre para las mujeres con un sinfín de tareas, moler el grano, acarrear el agua desde el pozo, trabajar en los campos, preparar la comida o atizando el fuego. Los hombres, siempre cerca del ganado yendo y viniendo entre una aldea y otra intercambiando productos. Nuestra presencia y la comida que compartiremos con ellos, preparada en la misma aldea, será motivo de fiesta en la vida sencilla de estas amables gentes. Por la tarde retomamos nuestro vehículo rumbo a Gandiol. En esta pequeña localidad se encuentra nuestro Lodge frente al río.

#### **DÍA 5.- GANDIOL/TOUBA/P.N DELTA SALOUM (TOUBAKOUTA).**

Tras el desayuno nos dirigimos rumbo a la ciudad santa de Touba. Visitamos la imponente mezquita y aprenderemos las particularidades de esta singular comunidad. Llegamos a la capital comercial y administrativa del centro de Senegal, Kaolack, donde el almuerzo está previsto. Visitamos a pie el mercado de Kaolack, uno de los más grandes y sorprendentes del país.

A la hora acordada, retomamos nuestro vehículo en dirección al parque nacional del Delta del Sine Saloum, estamos a pocos kilómetros de la frontera con Gambia. Almuerzo libre ya sea en Ruta o en destino. Llegada a la tranquila localidad de Toubacouta donde se sitúa nuestro hotel frente al río. Al atardecer salimos en piragua rumbo a la isla de las conchas de Diorom Boumag donde unos majestuosos Baobabs se alzan sobre antiguos túmulos funerarios. Más tarde alcanzaremos un magnifico islote donde se reúnen pelicanos, cormoranes y otros cientos de aves a tan solo unos metros de distancia de nuestra embarcación. Regreso a nuestro hotel. Cena.

#### **DÍA 6.- TOUBAKOUTA. EXCURSIÓN ISLA DE SIPO**

Los manglares del Delta del Saloum donde nos encontramos constituyen uno de los ecosistemas más ricos en flora y fauna de Senegal. Embarcaremos en nuestra embarcación para adentrarnos en el gran bolong de Bandiala, tras veinte minutos de travesía alcanzamos la isla de Sipo, donde se sitúa un pequeño y genuino poblado todavía gobernado por una reina local. Almuerzo previsto en la isla en forma de picnic. Posibilidad de realizar una marcha por el interior de los bolongs siguiendo las raíces de los manglares. Por la tarde regreso a nuestro hotel y tiempo libre. Cena.

#### **DÍA 7.- TOUBAKOUTA/JOAL FADIOUTH/DAKAR**

Retomamos la carretera rumbo a la famosa localidad de Joal Fadiouth (200 kms/3 horas aprox.), cuna del primer presidente de Senegal. Visitaremos la isla de las conchas de Fadiouth con su incomparable cementerio artificial construido a base de conchas marinas, es el único

cementerio que se conoce en el que reposan juntos musulmanes y cristianos. Almuerzo libre. Por la tarde una cena incluida de despedida esta prevista en algún restaurante de la zona de playas. Tras la cena continuación rumbo al aeropuerto donde tomaremos el vuelo de regreso. Noche a bordo.

#### JOAL FADIOUT

Situada al extremo de la "Petite-Côte", en realidad son dos localidades: Joal, más grande y establecida en el litoral, y Fadiouth, la más visitada, una isla artificial asentada sobre aportaciones de conchas en el estuario del manglar del río Saloum y unida a Joal por un largo puente de madera. Debido a su posición en el estuario, gran parte de la superficie está regularmente sumergida bajo la influencia de las mareas. A lo largo de su historia se suceden períodos coloniales de portugueses, holandeses, franceses e ingleses, y Joal se hace uno de los grandes centros comerciales del oeste de Senegal. Su importante patrimonio arquitectónico recuerda este grandioso pasado, pero la inmensa mayoría de los edificios, incluyendo el palacio del gobernador, amenazan ruina.

#### DÍA 9.- VUELOS DAKAR/CIUDAD DE ORIGEN

De madrugada, salida en vuelo hacia la ciudad de origen. Llegada y fin de los servicios.

#### FECHAS DE SALIDA DESDE Madrid y Barcelona

**SEPTIEMBRE: 4**

**OCTUBRE: 9**

**DICIEMBRE: 4**

#### GRUPO MÍNIMO 4 / MÁXIMO 12 PERSONAS

#### PRECIOS POR PERSONA

PRECIO POR PERSONA	<b>1.695 €</b>
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	<b>335 €</b>
-----	-----
TASAS AÉREAS	<b>365 €(APROX)</b>

#### SERVICIOS INCLUIDOS

- Transporte en avión, clase turista, Ciudad de origen/Dakar/Ciudad de origen (conexiones intermedias)
- Recepción en el aeropuerto de Dakar a la llegada
- Traslados especificados
- Transporte por tierra en vehículo privado con aire acondicionado.
- Alojamiento en hoteles de tres estrellas, y lodges en habitaciones dobles con baño privado. Ecolodge en tienda tipo Haima con servicios comunes en doble o individual
- Alimentación especificada en el cuadro
- Para grupos de 4 Chófer/guía local de habla hispana. Para grupos a partir de 5 chofer y guía local de habla hispana durante todo el recorrido
- Visitas especificadas en el itinerario
- Calesa en Saint Louis
- Dos excursiones por el parque nacional de Delta de Saloum
- Visita a la isla de las conchas de Joal
- Ferry a la isla de Gorée
- Entrada al museo "casa de los esclavos" en Gorée
- Seguro de asistencia en viaje
- Tasas aéreas

## SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Alimentación no especificada en el cuadro
- Visitas y actividades no indicadas y las opcionales
- Entradas a los lugares a visitar, salvo las indicadas
- Extras personales como bebidas, lavandería, teléfono...etc.
- Propinas
- Tasas de aeropuerto
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido

## DOCUMENTACIÓN

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses.  
Cartilla internacional de vacunación de fiebre amarilla, para los viajeros procedentes o que han pasado por zonas infectadas (países y zonas incluidas en las regiones endémicas).  
España no se encuentra incluida en estas zonas.

\* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES

## SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

## SEGURO

En este viaje hemos incluido un seguro con AXA de asistencia en viaje con cobertura de cancelación (Vip plus 2000)

Puedes consultar las condiciones en nuestra página web:

[www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000.pdf](http://www.trekkingyaventura.com/seguros/vipplus2000.pdf)

## ALOJAMIENTO

Hoteles de tres, con todo lo necesario en comodidad y confort, en habitaciones dobles con baño privado

DAKAR:	H.FARID 3* / H.LODGE DES ALMADIES 3*
DESIERTO LOMPOUL:	SENEGAL LODGES (JAIMAS MAURITANAS)
ST LOUIS:	RESIDENCE 3* / SIKI HOTEL 3*
GANDIOL:	LODGE OCEAN & SAVANE
TOUBACOUTA:	HOTEL KEUR SALOUM

Los hoteles son modestos, no tienen lujo, pero limpios y en buenas condiciones. Tienen mosquiteras, aire acondicionado siempre que no existan cortes de luz y agua corriente.

Al tramitar la reserva, se puede solicitar habitación 'a compartir', para evitar el suplemento individual. Hasta que el grupo no esté cerrado, no podremos garantizar este servicio, ya que SOLAMENTE depende, que otra persona en el grupo también desee compartir habitación. Para ello, tomaremos como referencia la fecha de la recepción del depósito.

## ALIMENTACIÓN

La alimentación será preparada por la gente del país y fundamentalmente está basada en los productos locales, como arroz, verdura....

Las especialidades locales suelen ser algo picantes pero muy sabrosas. La cocina senegalesa es muy variada y rica y tiene como base el pescado, que se cocina de muchas formas diferentes siempre acompañado de arroz.

El plato nacional es el "tié-bou-dienne", arroz con pescado acompañado de cebollas, salsa de tomate, pimientos y legumbres. También se encuentran gran variedad de crustáceos, cordero (es extraordinario el cordero a la brasa), legumbres y frutas (mangos, piñas, plátanos, naranjas, nueces de coco, papayas, guayabas...). En algunas localidades se puede encontrar cocina francesa preparada, también, a base de pescado.

La comida se puede acompañar con vino (de origen marroquí o portugués) o una muy buena cerveza local. Además se puede probar el té a la menta, una bebida a base de jengibre y hojas de menta muy dulce y reconstituyente y vino de palma, fresco o fermentado, de un sabor un tanto extraño para nosotros.

No beber nunca agua o refrescos que no estén embotellados y evitar las bebidas enfriadas con hielo que proceda de agua no purificada.

## DIVISAS

La unidad monetaria es el Franco CFA (XOF).

Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es>

## PROPINAS

No son obligatorias, aunque con la llegada del turismo, cada vez son más frecuentes.

En lo que al viaje se refiere, las personas que en un momento u otro están en contacto con el viajero y le prestan algún tipo de servicio esperan una compensación económica (guías, conductores, maleteros,

## CLIMA

Senegal disfruta de uno de los mejores climas de África Occidental, especialmente en sus costas donde soplan los vientos Alísios.

Goza de un clima tropical de temperaturas templadas, gracias al hecho de encontrarse en la zona intertropical, haciendo un calor "moderado" en los meses de Junio a Septiembre, correspondiendo a la época de lluvias y un incremento considerable de las temperaturas desde Octubre a Mayo que corresponde con la estación seca, donde no llueve nada, haciendo en el interior mucho calor, mientras que la temperatura en la costa atlántica siempre es más frescas, por las corrientes del océano que templan el clima.

## EQUIPO RECOMENDADO

Se recomienda llevar ropa de algodón, cómoda. Sandalias de goma cerradas, bañador, saco sábana. No te olvides de llevar un jersey porque de noviembre a mayo las noches son frescas, un chubasquero, ropa de baño, gafas de sol, sombrero, protector solar y repelente contra los insectos

## RESERVA

Para realizar tu reserva necesitamos que nos solicites en [hola@yporquenosolo.com](mailto:hola@yporquenosolo.com) o en el **911644035** un **formulario online** en el que cumplimentar tus datos personales.

- Nombre y apellidos (exactos a los del pasaporte) y DNI.
- Teléfono de contacto y correo electrónico.

- Ciudad de salida
- Habitación individual o a compartir.

Para formalizar la reserva, tendrás que abonar un **depósito del 40 % del importe total del viaje (precio base + suplementos exceptuando tasas aéreas)** por una de estas vías:

-**Transferencia bancaria** La Caixa ES53 2038 1119 0060 0068 6356 beneficiario Trekking y Aventura indicando el nombre completo del pasajero que va a viajar.

-**Tarjeta de crédito** (salvo American Express) en el área de cliente de nuestra web podrás acceder con unas claves de acceso que te entregaremos al realizar la reserva.

Una vez recibidos estos trámites, te enviaremos un correo electrónico con el estado de tu reserva, dossier del viaje y justificante del pago recibido. **Gastos de cancelación gratuitos hasta un mes antes de la salida.**

**La documentación será entregada aproximadamente 15 días antes de la fecha de salida por correo electrónico previo pago pendiente del viaje.**

Estamos a tu disposición para cualquier aclaración adicional por teléfono en el 911644035 o vía mail en [\*\*hola@yporquenosolo.com\*\*](mailto:hola@yporquenosolo.com)

**Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.**  
[\*\*www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp\*\*](http://www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp)