



Explorer

SENEGAL GAMBIA

EXPERIENCE

Avvolti dalla «teranga», il leggendario spirito di ospitalità e accoglienza del Senegal, intraprenderemo un fantastico on the road a ritmo di *mbalax* attraverso una delle mete più affascinanti e colorate dell'Africa occidentale: muovendo da Dakar, forse la capitale più movimentata e coinvolgente del continente, giungeremo sino alle meravigliose spiagge coronate da palme e puntellate di vivaci villaggi di pescatori della Petite Côte e della Casamance, la selvaggia regione tropicale del sud. Nel mezzo del cammino, esploreremo per 3 giorni il piccolo stato del Gambia, interamente inglobato dal Senegal, dove il ritmo di vita viene scandito dal lento incedere del maestoso fiume omonimo

IL TOCCO BHS

Più che nelle spiagge da cartolina, l'unicità del Senegal risiede nel calore avvolgente del suo popolo. Per lasciarci coinvolgere appieno, vivremo a stretto contatto con i locali, ci sposteremo con loro a bordo degli improbabili, folkloristici mezzi pubblici, giocheremo a calcio sulla spiaggia con miriadi di ragazzi festanti, e capiremo finalmente il vero significato della parola «teranga»!



COME CI SPOSTIAMO

Minibus pubblici, sept-place, taxi, traghetti, voli interni



DOVE DORMIAMO

Hotel 3*, guesthouse, lodge

ITINERARIO

Luogo (notti)	Highlights
Italia	
 Dakar (2)	Monumento Rinascita Africana, isola di Ngor, mercato di Sandaga
 Toubab Dialao (1)	Isola di Gorée, Petite Côte
 Joal Fadiouth (1)	Isola di conchiglie di Fadiouth
 Bintang Bolong (2)	Relax, river safari sul fiume Gambia
 Sanyang (1)	Abuko Reserve, spiaggia di Sanyang
 Cap Skirring (3)	Relax in paradiso tropicale, Casamance
 Dakar (1)	Ultima sera nella capitale del Senegal
 Italia	

DAY 1



Arrivo a Dakar

Mattina/Pomeriggio: partenza dall'Italia con voli con scalo per Dakar

Sera: arrivo a Dakar, transfer verso il centro e check-in in hotel. Compatibilmente con l'orario di arrivo, cena e serata nei locali del Plateau, cuore benestante del centro di Dakar

DAY 2



Dakar

Mattina: visita del Marché Sandaga, il principale mercato di Dakar. Esplorazione libera delle affollatissime bancarelle, circondati da un colorato caos di venditori, compratori e letteralmente ogni tipo di merce immaginabile

Pomeriggio: spostamento verso la collina di Les Mamelles e visita del Monumento al Rinascimento Africano: colossale statua bronzea alta 49 metri inaugurata nel 2010, è rapidamente diventata un riferimento nello skyline della capitale del Senegal, nonostante le controversie legate al suo costo, reputato spropositato dalla popolazione. Visita del vicino faro monumentale di Mamelles, costruito nel 1864, e relax nella bellissima spiaggia sottostante

Sera: cena con *thiep bou dien* (piatto nazionale senegalese a base di riso e pesce) e birra sulla spiaggia di Mamelles

DAY 3



Isola di Gorée e Toubab Dialao

Mattina: partenza presto verso il porto di Dakar e imbarco per l'isola di Gorée. Visita dell'isola, patrimonio UNESCO, ricca di caratteristici edifici coloniali color pastello risalenti all'epoca della tratta degli schiavi: l'isola era infatti il principale punto di raccolta per gli schiavi dell'Africa occidentale, in attesa del loro smistamento nel continente americano. Rientro a Dakar in tarda mattinata

Pomeriggio: trasferimento in *sept-place* (vecchissime Mercedes che fungono da taxi condivisi) a Toubab Dialao. Arrivo nel villaggio di pescatori della Petite Côte, check-in in hotel e passeggiata al tramonto sulla lunghissima spiaggia del villaggio, tra una miriade di bambini festanti

Sera: cena a picco sull'oceano nelle terrazze del Sobo Bade



Joal Fadiouth

Mattina: partenza lungo la strada costiera, utilizzando un mix di *sept-place* e *clando* (vecchi taxi non ufficiali), in direzione Joal Fadiouth, vera e propria enclave cristiana in un paese a maggioranza musulmana. Check-in in hotel

Pomeriggio: visita guidata del villaggio sull'isola di Fadiouth, collegata alla terraferma da un ponte pedonale. Visita della chiesa, del cimitero condiviso tra cristiani e musulmani, e dei pittoreschi vicoli interamente pavimentati di conchiglie. Nota di colore, a Fadiouth si assiste a una singolare convivenza pacifica tra umani e maiali, che vagano liberi tra i vicoli

Sera: cena a base di bistecche di maiale (un'autentica rarità in Senegal!) nelle locande di Fadiouth



Dal Senegal al Gambia

Mattina: partenza molto presto, inizio della lunga giornata di trasferimenti con due tratte in *sept-place* e *ndiaga ndiaye* (sgangherati minibus che possono portare fino a 42 persone) fino a Kaolack. *Sept-place* da Kaolack al confine col Gambia, pratiche doganali e attraversamento del fiume Gambia in traghetto fino alla capitale Banjul

Pomeriggio: da Banjul, un *gelli gelli* (furgone condiviso) ci condurrà, dopo un cambio nel transport hub di Brikama, al villaggio di Bintang. Check-in nel fantastico lodge sul fiume omonimo, tributario del Gambia, e relax sulla terrazza in legno del lodge, raggiungibile a nuoto direttamente dal balcone del nostro bungalow!

Sera: cena sulla terrazza del Bintang Bolong Lodge

DAY 6



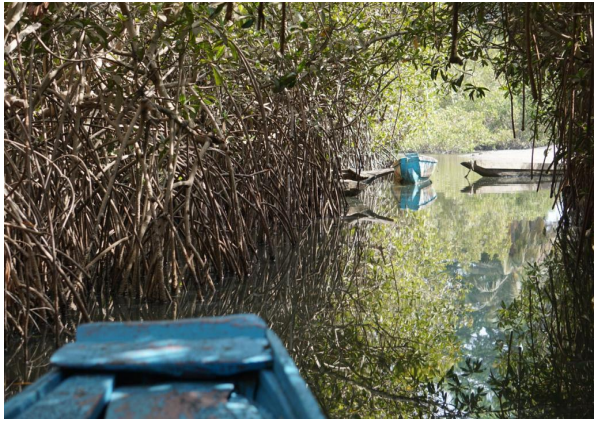
Bintang Bolong e fiume Gambia

Mattina: giornata dedicata al relax e alle escursioni lungo i fiumi Bintang e Gambia. Colazione in riva al fiume, e possibilità di navigare, in barca a motore o a remi guidata da esperte guide locali, tra le mangrovie del fiume Bintang, frequentate da un'infinita varietà di uccelli, numerose scimmie e una considerevole popolazione di coccodrilli

Pomeriggio: relax lungo il fiume presso il lodge, o possibilità di proseguire l'escursione nel vastissimo fiume Gambia, con visita dell'isola di Kunta Kinteh, dove si trovano i resti di un'importante fortezza risalente all'epoca della tratta degli schiavi. Rientro al Bintang Bolong Lodge, relax e una Julbrew al tramonto sul fiume

Sera: cena sulla terrazza del Bintang Bolong Lodge

DAY 7



Riserva di Abuko e Sanyang

Mattina: trasferimento in *gelli gelli* o pulmino privato verso il villaggio di Lamin, sul fiume Gambia. Visita della Riserva di Abuko, microscopico parco nazionale «cittadino» alle porte di Banjul, che ospita tantissime specie animali, tra cui scimmie, coccodrilli, iene, e una gran varietà di volatili e serpenti tropicali

Pomeriggio: pranzo a Lamin Lodge e escursione in canoa alla scoperta della piccola comunità fluviale di Daranka, tra mangrovie, orti e giganteschi baobab. Spostamento verso la costa in taxi, arrivo a Sanyang e check-in in hotel. Relax sulla bellissima spiaggia tropicale di Sanyang e bagno nell'oceano Atlantico al tramonto

Sera: cena e serata in hotel sulla spiaggia a Sanyang

DAY 8



Dal Gambia a Cap Skirring

Mattina: sveglia presto e trasferimento in *gelli gelli* via Brikama fino al confine con il Senegal. Pratiche doganali e *sept-place* verso Ziguinchor, capoluogo della Casamance, rigogliosa regione tropicale del sud del Senegal

Pomeriggio: pranzo a Ziguinchor e trasferimento in taxi a Cap Skirring, animato villaggio senegalese adagiato su uno splendido tratto di costa atlantica, noto per le vaste spiagge tropicali adornate di palme. Arrivo, check-in in hotel e aperitivo in spiaggia al tramonto

Sera: cena e serata danzante nei localini sulla spiaggia di Cap Skirring

DAY 9-10



Cap Skirring e Casamance

DAY 9: giornata dedicata al mare e al relax nelle splendide spiagge tropicali di Cap Skirring. Possibilità di realizzare un'escursione di trekking e mountain bike alla scoperta delle verdissime regioni interne e delle usanze tradizionali dei villaggi tribali nei dintorni di Oussouye, dove tuttora risiede il «re» della Casamance

DAY 10: giornata dedicata al mare e al relax nelle splendide spiagge tropicali di Cap Skirring. Possibilità di realizzare un'escursione in piroga e mountain bike per l'esplorazione della remota isola di Carabane e il villaggio rurale di Mlomp, oppure un'uscita in kayak tra le mangrovie di Egueye partendo dal villaggio di Diakene Wolof

DAY 11



Rientro a Dakar e isola di Ngor

Mattina: sveglia presto e trasferimento all'aeroporto di Ziguinchor, volo per Dakar. Arrivo nella capitale, trasferimento in hotel e check-in

Pomeriggio: visita dell'isola di Ngor, colorata isoletta tropicale a poche centinaia di metri dalle coste di Dakar, raggiungibile con una breve ma movimentata corsa in piroga. Passeggiata all'esplorazione dei tranquilli vicoli e delle calette dell'isola, e aperitivo in spiaggia. Rientro in piroga a Dakar

Sera: cena e serata di musiche tradizionali e danze nei movimentati locali di Yoff, cuore della nightlife della capitale senegalese

DAY 12



Rientro in Italia

Mattina: giornata libera di visita di Dakar. Possibile visita del Lago Retba, anche conosciuto come «lago rosa» per via della presenza di alghe che, in particolar modo durante la stagione secca, donano all'acqua una caratteristica pigmentazione rossastra

Pomeriggio: pranzo e trasferimento in aeroporto per il volo per l'Italia

Sera: volo di rientro per l'Italia, arrivo il giorno successivo... e alla prossima avventura!

INFO UTILI

Documenti identità

Necessario passaporto con validità 6 mesi dalla data di rientro

Visti

Non necessari

Vaccinazioni

Non necessarie, si consiglia di consultare il proprio medico e il sito <http://www.viaggiasesicuri.it/country/GMB> e <http://www.viaggiasesicuri.it/country/SEN> per eventuali precauzioni sanitarie (profilassi antimalarica, vaccinazione febbre gialla..)

