



VLP Amorim
PONTA DELGADA

Guia de Viagem Premium · Premium Travel Guide

São Miguel em 5 Dias: A Bucket List Definitiva

São Miguel in 5 Days: The Ultimate Bucket List

Roteiro dia a dia com os melhores miradouros, lagoas, cascatas, termas e experiências locais da ilha.

A curated day-by-day itinerary with the island's best-rated viewpoints, lakes, waterfalls, hot springs, and local experiences.

43 paragens selecionadas · Todas com nota 4.3–4.9 · 5 dias temáticos

PONTA DELGADA · SÃO MIGUEL · AÇORES

O mesmo roteiro em dois idiomas

Esta brochura reúne **as mesmas paragens e notas** do guia online gratuito, em **português e inglês**. Digitalize o QR para o **mapa interativo** e atualizações.

43

43 paragens selecionadas

4.3-4.9

Todas com nota 4.3-4.9

5

5 dias temáticos

Também disponível no site em ES, FR e DE.



www.vlpamorim.com/pt/guide

Dicas Práticas para a Viagem

Alugue um Carro · Rent a Car

Essencial para explorar São Miguel. Transporte público é muito limitado. Reserve com antecedência no verão — desde €25/dia.

Essential for exploring São Miguel. Public transport is very limited. Book in advance during summer — from €25/day.

Tempo & Camadas · Weather & Layers

Microclimas mudam rápido — leve camadas, casaco impermeável e proteção solar. Pode experimentar 4 estações num só dia.

Microclimates change fast — pack layers, a waterproof jacket, and sun protection. You may experience 4 seasons in one day.

Reserve com Antecedência · Book Ahead

Termas (Poça da Dona Beija), whale watching e restaurantes populares requerem reserva antecipada, especialmente maio-setembro.

Hot springs (Poça da Dona Beija), whale watching, and popular restaurants require advance booking, especially May–September.

Calçado de Trilho · Trail Shoes

Muitos trilhos são lamacentos e escorregadios todo o ano. Calçado impermeável com boa aderência é essencial para o Salto do Prego e trilhos das Sete Cidades.

Many trails are muddy and slippery year-round. Waterproof hiking shoes with good grip are a must for Salto do Prego and Sete Cidades trails.

Dinheiro & Cartões · Cash & Cards

A maioria dos locais aceita cartão, mas leve algum dinheiro para pequenos cafés, parquímetros e vendedores rurais.

Most places accept cards, but carry some cash for small cafés, parking meters, and rural vendors.

Melhor Época · Best Time to Visit

Maior a setembro para o tempo mais quente (20–26°C). Março-abril para migração de baleias. Todo o ano para termas e paisagens verdes.

May to September for warmest weather (20–26°C). March–April for whale migration. Year-round for hot springs and green landscapes.

Nevoeiro & plano B (webcams) · Fog & plan B (webcams)

Em São Miguel o tempo muda por vales. Antes de conduzir até Sete Cidades, Lagoa do Fogo ou o Nordeste, veja câmaras ao vivo (ex. SpotAzores) por zona — se estiver tudo branco, troque a ordem do dia e aproveite sol doutro lado da ilha.

Weather shifts valley by valley. Before driving to Sete Cidades, Lagoa do Fogo, or Nordeste, check live island webcams (e.g. SpotAzores) for that area — if it is socked in with fog, swap the day's order and chase sunshine elsewhere.



Dia 1 / 5 · Day 1 / 5

Sete Cidades & Costa Oeste

Sete Cidades & the West Coast

Lagoas gémeas, miradouros de cortar a respiração, piscina termal no oceano e o pôr do sol mais icónico da ilha.
Twin crater lakes, jaw-dropping viewpoints, a thermal ocean pool, and the island's most iconic sunset.

Dica Pro · Pro Tip

Comece cedo (antes das 9h) para evitar multidões na Vista do Rei. O nevoeiro costuma dissipar a meio da manhã. Leve camadas — o cimo da caldeira é ventoso. Termine nos Mosteiros para o melhor jantar ao pôr do sol.

Start early (before 9 AM) to beat the crowds at Vista do Rei. Fog often clears by mid-morning. Bring layers — the crater rim is windy. End at Mosteiros for the best sunset dinner on the island.

Paragens · Stops

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
1	Centro Histórico de Ponta Delgada · Ponta Delgada Historic Centre <i>Portas da Cidade, marina e pequeno-almoço local · Portas da Cidade, marina & local breakfast</i> Centro de Ponta Delgada	<p>Comece a aventura na capital. Passe pelas icónicas Portas da Cidade, passeie pela marina e saboreie um pequeno-almoço açoriano — natas frescas, bolo lêvedo e café forte num café local.</p> <p>Begin your adventure in the capital. Walk through the iconic Portas da Cidade gates, stroll along the marina, and enjoy a traditional Azorean breakfast — fresh natas, bolo lêvedo, and strong coffee at a local café.</p>	1–1,5 horas
2	Miradouro do Pico do Carvão · Miradouro do Pico do Carvão <i>Panorama de duas costas — veja ambos os lados da ilha · Dual-coast panorama — see both shores at once</i> EN1-1A, planalto central	<p>A 771m de altitude, este é o único miradouro onde se veem as costas norte e sul ao mesmo tempo. A subida é cénica e o panorama 360° é deslumbrante — em dias limpos avistam-se quatro lagoas de cratera. Opcional no mesmo planalto: as Lagoas das Empadadas (Lagoa Rasa) e o Aqueduto do Carvão, a poucos minutos de carro, com menos multidões que o bordo principal.</p> <p>At 771m altitude, this is the only viewpoint on the island where you can see both the north and south coasts simultaneously. The drive up is scenic and the 360° panorama is stunning — on clear days you can spot four crater lakes. Optional on the same plateau: Lagoas das Empadadas (Lagoa Rasa) and the Carvão aqueduct, a short drive away and usually quieter than the main crater rim.</p>	30 min
3	Miradouro da Grota do Inferno · Miradouro da Grota do Inferno <i>A vista mais dramática da caldeira das Sete Cidades · The most dramatic view of Sete Cidades caldera</i> Bordo da caldeira das Sete Cidades	<p>Uma caminhada de 15 minutos leva a este miradouro no bordo da caldeira com vistas impressionantes das lagoas gémeas — Lagoa Verde e Lagoa Azul. Chegue cedo, o estacionamento enche rápido. Um dos locais mais fotografados dos Açores.</p> <p>A 15-minute walk leads to this viewpoint perched on the crater rim with staggering views of the twin lakes — Lagoa Verde and Lagoa Azul. Arrive early as parking fills fast. One of the most photographed spots in the Azores.</p>	45 min
4	Boca do Inferno · Boca do Inferno <i>Plataforma sobre o desfiladeiro — Sete Cidades em perspetiva · Boardwalk over the gorge — Sete Cidades from a new angle</i> Sete Cidades, trilho da Mata do Canário	<p>Após a Grota, esta paragem no trilho da Mata do Canário oferece uma perspetiva única sobre a caldeira e as lagoas. Caminhada curta e bem sinalizada; calçado confortável. Combine com a Vista do Rei no mesmo circuito matinal.</p> <p>After Grota, this stop on the Mata do Canário trail offers a striking perspective over the caldera and lakes. Short, well-marked walk; sturdy shoes recommended. Pairs naturally with Vista do Rei in the same morning loop.</p>	30–45 min
5	Miradouro da Vista do Rei · Miradouro da Vista do Rei <i>A vista de postal dos Açores · The postcard view of the Azores</i> Acima das Sete Cidades	<p>O miradouro mais famoso de São Miguel. Vista sobre toda a caldeira das Sete Cidades com as duas lagoas rodeadas de colinas verdes. Nota: limite de 20 minutos de estacionamento devido à procura. Considere caminhar desde Mata do Canário.</p> <p>The most famous viewpoint in São Miguel. Overlooks the entire Sete Cidades caldera with both lakes surrounded by lush green hills. Note: 20-minute parking limit due to high demand. Consider walking from Mata do Canário for a more rewarding experience.</p>	30 min

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide

Sete Cidades & Costa Oeste · Sete Cidades & the West Coast

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
6	Lagoa das Sete Cidades · Lagoa das Sete Cidades <i>Caiaque, passeio ou piquenique junto às lagoas · Kayak, walk, or picnic by the twin lakes</i> Vila das Sete Cidades	Desça até à caldeira e explore as margens. Alugue caiaques para remar nas águas esmeraldas, caminhe pela ponte que liga as duas lagoas ou faça um piquenique rodeado de paredes verdes. A vila das Sete Cidades tem uma igreja encantadora e pequenos restaurantes. Descend into the caldera and explore the lakeside. Rent kayaks to paddle across the emerald water, walk the bridge connecting both lakes, or enjoy a picnic surrounded by towering green walls. The village of Sete Cidades has a charming church and small restaurants.	2–3 horas
7	Lagoa de Santiago · Lagoa de Santiago <i>Lagoa verde escondida — menos multidões, mais magia · Hidden green lake — less crowds, more magic</i> Sul das Sete Cidades	A poucos minutos a sul das Sete Cidades, esta lagoa de cratera mais pequena passa despercebida à maioria dos turistas. A cor esmeralda profunda é hipnotizante e o silêncio envolvente torna-a perfeita para contemplação. Um trilho curto circunda parte da lagoa. Just a few minutes south of Sete Cidades, this smaller crater lake is often missed by tourists. Its deep emerald colour is mesmerising and the surrounding silence makes it a perfect contemplative stop. A short trail circles part of the lake.	30 min
8	Ponta da Ferraria · Ponta da Ferraria <i>Piscina termal oceânica gratuita · Free volcanic ocean thermal pool</i> Ferraria, costa oeste	Onde nascentes vulcânicas quentes encontram o Atlântico, criando uma piscina termal natural no mar. Melhor na maré baixa quando a água é mais quente (até 40°C). A descida é íngreme mas vale muito a pena — experiência verdadeiramente única. Entrada gratuita. Where hot volcanic springs meet the Atlantic Ocean, creating a natural thermal pool right in the sea. Best at low tide when the water is warmest (up to 40°C). The descent is steep but well worth it — a truly unique experience. Free entry.	1–1,5 horas
9	Miradouro da Ponta do Escalvado · Miradouro da Ponta do Escalvado <i>Pôr do sol sobre os ilhéus dos Mosteiros · Sunset over Mosteiros sea stacks</i> Mosteiros, costa oeste	Miradouro virado a oeste com vistas panorâmicas dos ilhéus dos Mosteiros e do Farol da Ferraria. Um dos melhores spots de pôr do sol da ilha — por vezes avistam-se baleias daqui. A hora mágica é inesquecível. A west-facing cliffside viewpoint with panoramic views of the Mosteiros islets and Ferraria lighthouse. One of the best sunset spots on the island — sometimes you can even spot whales from here. Magic hour is unforgettable.	45 min
10	Mosteiros — Vila & Praia · Mosteiros Village & Beach <i>Jantar com o melhor pôr do sol da ilha · Dinner with the best sunset on the island</i> Vila dos Mosteiros	Termine o dia 1 nesta encantadora vila piscatória. Veja o sol mergulhar atrás dos icónicos ilhéus na praia de areia preta e depois desfrute de marisco ou peixe na vila — por exemplo O Emigrante ou outra esplanada local. (O célebre Bar da Caloura, muito citado nos roteiros, fica em Caloura/Lagoa, não nos Mosteiros.) As piscinas naturais vulcânicas são ótimas para um mergulho antes do jantar. End day 1 in this charming fishing village. Watch the sun sink behind the iconic sea stacks from the black sand beach, then enjoy seafood or grilled fish in the village — for example O Emigrante or another local spot. (The famous Bar da Caloura, often bundled into west-coast guides, sits in Caloura/Lagoa, not in Mosteiros.) The volcanic rock pools are great for a pre-dinner dip.	2 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide



Dia 2 / 5 · Day 2 / 5

Observação de Baleias, Lagoa do Fogo & Chá

Whale Watching, Fire Lake & Tea

Whale watching matinal, o vulcão mais selvagem da ilha, termas naturais e a única plantação de chá da Europa.

Morning whale watching, São Miguel's wildest volcano, natural hot springs, and Europe's only tea plantation.

Dica Pro · Pro Tip

Reserve whale watching cedo — saídas matinais (08:30) têm o mar mais calmo. Se o tempo cancelar, o operador reagenda para Dia 3 ou 4. Depois de Caldeira Velha e Salto do Cabrito, suba à Lagoa do Fogo com tempo limpo. Leve fato de banho para as termas e para Santa Bárbara.

Book whale watching early — morning departures (08:30) have the calmest seas. If weather cancels, the operator reschedules to Day 3 or 4. After Caldeira Velha and Salto do Cabrito, head to Lagoa do Fogo only in clear weather. Bring swimwear for the hot springs and Santa Bárbara.

Paragens · Stops

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
1	Observação de Baleias e Golfinhos · Whale & Dolphin Watching <i>99% de sucesso — cachalotes, golfinhos e muito mais · 99% sighting success — sperm whales, dolphins & more</i> Marina de Ponta Delgada	<p>São Miguel é um dos melhores destinos mundiais para whale watching. Tours de meio dia (3–3,5h) liderados por biólogos marinhos com encontros com cachalotes residentes, golfinhos-roazes e visitantes sazonais como baleias-azuis (março–junho). Agendado cedo para permitir reagendamento se o tempo cancelar.</p> <p>São Miguel is one of the world's top whale watching destinations. Half-day tours (3–3.5h) led by marine biologists offer encounters with resident sperm whales, bottlenose dolphins, and seasonal visitors like blue whales (March–June). Boats depart from Ponta Delgada marina. Scheduled early to allow rescheduling if weather cancels.</p>	3–3,5 horas
2	Plantação de Ananás A. Arruda · A. Arruda Pineapple Plantation <i>Ananás em estufa açoriano — doce e único · Azorean greenhouse pineapples — sweet & unique</i> Fajã de Baixo, Ponta Delgada	<p>Após regressar ao porto, visite esta plantação icónica a poucos minutos. O ananás açoriano é cultivado em estufas tradicionais usando uma técnica de aquecimento por fumo única no mundo. A visita gratuita explica o ciclo de 2 anos. Prove o ananás e compre licor como lembrança.</p> <p>After returning to port, visit this iconic plantation just minutes away. Azorean pineapples are grown using a smoke-heating technique unique in the world. The free visit explains the full 2-year growing cycle. Taste the famously sweet pineapple and buy pineapple liqueur as a souvenir.</p>	45 min
3	Caldeira Velha · Caldeira Velha <i>Termas sob uma cascata tropical · Hot springs under a tropical waterfall</i> Estrada EN5-1A, Ribeira Grande	<p>Um parque termal natural deslumbrante em floresta luxuriante. Duas piscinas quentes ricas em ferro sob uma cascata. Temperatura da água entre 20–35°C conforme a piscina. A entrada é gerida com horários — reserve online para evitar filas.</p> <p>A stunning natural thermal park set in lush forest. Two warm iron-rich pools sit beneath a cascading waterfall. Water temperature hovers around 20–35°C depending on the pool. Entry is managed with timed slots — book online to avoid queues.</p>	1,5 horas
4	Salto do Cabrito · Salto do Cabrito <i>Cascata e levada na floresta — paragem entre termas e o planalto · Forest waterfall & levada — between hot springs and the highlands</i> Ribeira Grande (zona da Caldeira Velha / Fogo)	<p>Pequena cascata e percurso pedestre num ambiente de floresta nativa, ideal como pausa entre Caldeira Velha e a subida à Lagoa do Fogo. Calçado de trilho e água. Respeite a sinalização e o meio ambiente.</p> <p>A small waterfall and walking path through native forest — a natural break between Caldeira Velha and the climb to Lagoa do Fogo. Trail shoes and water recommended. Follow signage and leave no trace.</p>	45 min – 1 hora
5	Lagoa do Fogo · Lagoa do Fogo <i>7 Maravilhas de Portugal — praia selvagem na cratera · Portugal's 7 Natural Wonders — wild crater beach</i> Planalto central, 575m altitude	<p>A 575m de altitude dentro de um vulcão extinto, esta reserva protegida foi nomeada uma das 7 Maravilhas Naturais de Portugal na categoria 'praia selvagem'. O trilho ingreme até à praia demora ~40 minutos. Água cristalina turquesa e areia branca intocada.</p> <p>At 575m elevation inside an extinct volcano, this protected reserve was named one of Portugal's 7 Natural Wonders in the 'wild beach' category. The steep trail to the lake beach takes ~40 minutes. Crystal-clear turquoise water and untouched white sand make it otherworldly.</p>	2–3 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide

Observação de Baleias, Lagoa do Fogo & Chá · Whale Watching, Fire Lake & Tea

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
6	Miradouro de Santa Iria · Miradouro de Santa Iria <i>Falésias da costa norte com promontório de cauda de dragão · North coast cliffs with dragon-tail headland</i> Costa norte, Ribeira Grande	<p>Um dos miradouros mais espetaculares de São Miguel, sobre falésias dramáticas na costa norte. A península estende-se pelo oceano como a cauda de um dragão. Múltiplas plataformas a diferentes alturas oferecem perspetivas distintas. Raramente lotado.</p> <p>One of São Miguel's most spectacular viewpoints, perched above dramatic sea cliffs on the north coast. The peninsula stretches into the ocean like a dragon's tail. Multiple platforms at different heights offer different perspectives. Rarely crowded.</p>	45 min
7	Plantação de Chá Gorreana · Gorreana Tea Plantation <i>Única plantação de chá da Europa — prova gratuita · Europe's only tea plantation — free tasting</i> Maia, costa norte	<p>Desde 1883, a Gorreana produz chá orgânico nestas encostas enevoadas. Percorra os trilhos da plantação, visite a fábrica para ver o processo tradicional e prove toda a gama gratuitamente. O Orange Pekoe é o favorito local.</p> <p>Since 1883, Gorreana has produced organic black and green tea on these misty hillsides. Walk the plantation trails through perfectly manicured rows, visit the factory to see the traditional process, and taste the full range for free. The Orange Pekoe is a local favourite.</p>	1–1,5 horas
8	Ribeira Grande · Ribeira Grande <i>Vibes de surf, restaurantes locais e igrejas · Surf town vibes, local restaurants & churches</i> Ribeira Grande, costa norte	<p>A segunda maior cidade da ilha tem ótimos restaurantes para jantar. Prove peixe fresco numa tasca ou alcatra açoriana. Quem quiser o mítico bife à regional com desvio de 10 minutos pode experimentar a Associação Agrícola de São Miguel em Rabo de Peixe — reserve com muita antecedência. Passeie junto ao rio, visite as igrejas barrocas e sinta a atmosfera descontraída de surf town.</p> <p>The island's second-largest town has great restaurants for dinner. Try fresh fish at a tasca or Azorean alcatra stew. For the legendary regional steak with a ~10-minute detour, try Associação Agrícola de São Miguel in Rabo de Peixe — book well ahead. Walk the riverside, visit the baroque churches, and feel the relaxed surf-town atmosphere.</p>	1,5 horas
9	Praia de Santa Bárbara · Praia de Santa Bárbara <i>Melhor praia de surf — hora dourada na areia preta · Best surf beach — golden hour on black sand</i> Ribeira Grande, costa norte	<p>Termine o dia 2 na maior e mais popular praia de surf de São Miguel. A areia vulcânica preta, ondas atlânticas e falésias dramáticas criam um cenário deslumbrante ao pôr do sol. Aulas de surf disponíveis para iniciantes. O bar de praia serve ótimos cocktails.</p> <p>End day 2 at São Miguel's longest and most popular surf beach. The black volcanic sand, crashing Atlantic waves, and dramatic cliffs make for a stunning sunset backdrop. Surf lessons available for beginners. The beach bar serves great cocktails.</p>	1–1,5 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide



Dia 3 / 5 · Day 3 / 5

Vale das Furnas — Fogo & Sabor

Furnas Valley — Fire & Flavour

Caldeiras borbulhantes, cozido vulcânico, jardins luxuriantes, lagoas de cratera escondidas e as melhores termas da ilha à noite. Bubbling caldeiras, volcanic stew, lush gardens, hidden crater lakes, and the island's best hot springs after dark.

Dica Pro · Pro Tip

Reserve a Poça da Dona Beija para depois das 18h — a atmosfera sob o céu noturno é mágica. Preços, horários e regras de permanência mudam com frequência: confirme tudo no site oficial antes de reservar. Almoce no Tony's para o Cozido das Furnas — reserve com antecedência! Comece pela Lagoa do Congro cedo para estacionar com calma.

Book Poça da Dona Beija for after 6 PM — the atmosphere under the night sky is magical. Prices, opening hours, and visit-time rules change often; confirm everything on the official website before you book. Have lunch at Tony's for Cozido das Furnas — book ahead! Start at Lagoa do Congro early for easier parking.

Paragens · Stops

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
1	Lagoa do Congro · Lagoa do Congro <i>Lagoa de cratera escondida — caminhada secreta na selva · Hidden crater lake — secret jungle hike</i> Perto de Vila Franca do Campo	<p>Uma joia escondida que a maioria dos turistas desconhece. Um trilho curto mas íngreme (30 min cada sentido) por floresta densa leva a uma pequena lagoa de cratera perfeitamente circular rodeada de árvores altas. O silêncio e a água verde-esmeralda criam uma atmosfera quase mística.</p> <p>A hidden gem that most tourists miss. A short but steep trail (30 min each way) through dense forest leads to a small, perfectly circular crater lake surrounded by tall trees. The silence and emerald green water create an almost mystical atmosphere.</p>	1,5 horas
2	Miradouro do Pico do Ferro · Pico do Ferro Viewpoint <i>Vista panorâmica da Lagoa das Furnas a 570m · Panoramic view of Lagoa das Furnas from 570m</i> Acima do vale das Furnas	<p>Um dos miradouros mais visitados de São Miguel, a 570m com vistas amplas da Lagoa das Furnas e das caldeiras fumegantes abaixo. Melhor com boa visibilidade. Acesso de carro ou por trilho de 4,5km desde as Furnas.</p> <p>One of São Miguel's most visited viewpoints, perched at 570m with sweeping views of Furnas Lake and the steaming caldeiras below. Best in clear weather. Access by car or a 4.5km hiking trail from Furnas.</p>	30 min
3	Lagoa das Furnas — Margem Norte · Lagoa das Furnas — North Shore <i>Passeio sereno junto ao lago com vapor vulcânico · Peaceful lakeside walk with volcanic steam rising</i> Lagoa das Furnas, margem norte	<p>Passeio suave pela margem norte da Lagoa das Furnas. O caminho serpenteia por fumarolas fumegantes, vegetação luxuriante e oferece reflexos serenos das colinas na água. Menos lotado que as caldeiras da vila.</p> <p>A gentle stroll along the north shore of Furnas Lake. The path winds past steaming fumaroles, lush vegetation, and offers serene reflections of the surrounding hills on the water. Less crowded than the village caldeiras.</p>	1 hora
4	Caldeiras das Furnas · Caldeiras das Furnas <i>Fumarolas, lama a ferver e vapor vulcânico · Bubbling fumaroles, boiling mud & volcanic steam</i> Vila das Furnas	<p>Caminhe por este campo geotermal onde a terra literalmente ferve sob os seus pés. Vapor sulfúrico sobe de fendas, poças de lama borbulham e pode ver os buracos onde os locais enterram panelas de Cozido durante 6 horas.</p> <p>Walk through this geothermal field where the earth literally boils beneath your feet. Sulphuric steam rises from cracks, mud pots bubble, and you can see the holes where locals bury pots of Cozido for 6 hours. The smell of sulphur is strong but the experience is unique.</p>	45 min

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide

Vale das Furnas — Fogo & Sabor · Furnas Valley — Fire & Flavour

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
5	Cozido das Furnas · Cozido das Furnas <i>Ensofado vulcânico — cozido no subsolo durante 6 horas · Volcanic stew — cooked underground for 6 hours</i> Restaurantes das Furnas	<p>O prato mais icónico açoriano. Um rico ensopado de carnes, enchidos, vegetais e tubérculos, lentamente cozido numa panela enterrada no solo vulcânico. Cada restaurante usa receita de família. Tony's e Caldeiras & Vulcões são as melhores escolhas.</p> <p>The most iconic Azorean dish. A rich stew of meats, sausages, vegetables and root crops, slow-cooked in a pot buried in volcanic soil. Each restaurant uses a family recipe. Tony's and Caldeiras & Vulcões are top choices. Book ahead — this is a must-try.</p>	1,5 horas (almoço)
6	Jardim e Piscina Termal Terra Nostra · Terra Nostra Garden & Thermal Pool <i>Jardim botânico de 200 anos com icónica piscina laranja · 200-year-old botanical garden with iconic orange pool</i> Centro da vila das Furnas	<p>Um paraíso botânico de 12,5 hectares com mais de 2.000 espécies de árvores. A estrela é a enorme piscina termal rica em ferro (35–40°C) com a sua distintiva cor laranja. Aviso: os minerais mancham permanentemente roupa de banho clara.</p> <p>A 12.5-hectare botanical paradise with over 2,000 tree species. The star is the massive iron-rich thermal pool (35–40°C) with its distinctive orange colour. Warning: the minerals will stain light swimwear permanently. The gardens alone are worth the visit.</p>	2–3 horas
7	Chá Porto Formoso · Chá Porto Formoso <i>Segunda plantação de chá — íntima e menos lotada · Second tea plantation — intimate & less crowded</i> Porto Formoso, costa norte	<p>Uma alternativa mais intimista à Gorreana. Esta plantação boutique de chá oferece visitas guiadas, provas e vistas deslumbrantes do oceano desde as encostas em socacos. A casa de chá no local serve chá fresco com vistas panorâmicas.</p> <p>A smaller, more intimate alternative to Gorreana. This boutique tea plantation offers guided tours, tastings, and stunning ocean views from the terraced hillsides. The on-site tea house serves fresh tea with panoramic views.</p>	45 min
8	Poça da Dona Beija · Poça da Dona Beija <i>Termas naturais entre as mais icónicas da ilha — melhor à noite · Iconic natural hot springs on the island — best at night</i> Furnas, Lomba da Fazenda	<p>Cinco piscinas termais naturais rodeadas de vegetação luxuriante, com água a ~39°C, entre as experiências termais mais bem avaliadas pelos visitantes. A experiência noturna com iluminação ambiente é mágica. Preços, horários e limites de tempo de visita variam — consulte sempre o site oficial antes de ir ou de reservar.</p> <p>Five natural thermal pools surrounded by lush vegetation, with water at ~39°C — among the best-loved thermal experiences on São Miguel. The evening visit under ambient lighting feels special. Prices, hours, and session length limits vary — always check the official website before you go or book.</p>	1,5 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide



Dia 4 / 5 · Day 4 / 5

Nordeste, Cascatas & Povoação

Nordeste, Waterfalls & Povoação

Trilhos na selva, cascatas escondidas, o farol mais antigo, falésias dramáticas e o recanto mais pacífico de São Miguel. Jungle trails, hidden waterfalls, dramatic cliffs, the oldest lighthouse, and São Miguel's most peaceful corner.

Dica Pro · Pro Tip

Use calçado de trilho impermeável para o Salto do Prego — o caminho é escorregadio. Comece cedo para ter tempo para toda a costa do Nordeste. Consulte webcams (ex. SpotAzores) antes de ir ao Salto do Cavalo ou ao Nordeste — o nevoeiro pode anular a vista. Leve fato de banho — a piscina sob a cascata é nadável e a Praia do Fogo tem areia quente vulcânica.

Wear waterproof trail shoes for Salto do Prego — the path is slippery. Start early to have time for the full Nordeste coast. Check live webcams (e.g. SpotAzores) before Salto do Cavalo or Nordeste — fog can wipe out the view. Pack swimwear — the pool under the falls is swimmable and Praia do Fogo has volcanic hot sand.

Paragens · Stops

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
1	Miradouro do Salto do Cavalo · Miradouro do Salto do Cavalo <i>Panorama de duas costas a 700m — joia do nascer do sol · Dual-coast panorama from 700m — sunrise gem</i> Acima de Povoação	<p>A mais de 700m de altitude no bordo da caldeira das Furnas, este miradouro oferece um raro panorama de ambas as costas norte e sul simultaneamente. Classificado 4.7/5 no Google com 1.100+ avaliações. Menos lotado que os miradouros famosos e a luz matinal é lendária.</p> <p>At over 700m altitude on the Furnas caldera edge, this viewpoint offers a rare panorama of both the north and south coasts simultaneously. Rated 4.7/5 on Google with 1,100+ reviews. Less crowded than famous viewpoints, and the early morning light is legendary.</p>	30 min
2	Povoação · Povoação <i>Primeiro povoamento histórico — almoço local · Historic first settlement — local lunch spot</i> Vila de Povoação	<p>O primeiro povoamento dos Açores (1444), aninhado num vale verde entre montanhas e mar. Desfrute de um almoço tradicional numa tasca local — prove peixe fresco ou carne de vaca açoriana. O passeio junto ao rio e a igreja do séc. XIX valem a visita.</p> <p>The first settlement in the Azores (1444), nestled in a green valley between mountains and sea. Enjoy a traditional lunch at a local tasca — try the fresh fish or Azorean beef. The riverside walk and 19th-century church are worth exploring.</p>	1,5 horas
3	Praia do Fogo · Praia do Fogo <i>Praia de areia preta vulcânica com areia quente · Volcanic black-sand beach with hot spring sand</i> Ribeira Quente	<p>Uma praia única onde a atividade vulcânica aquece a areia escura por baixo — escave com as mãos e sinta o calor. A praia é emoldurada por falésias dramáticas e oferece ótimas ondas para bodyboard.</p> <p>A unique beach where volcanic activity heats the dark sand from below — dig your hands in and feel the warmth. The beach is framed by dramatic cliffs and offers great bodyboarding waves.</p>	1 hora
4	Cascata do Salto do Prego · Salto do Prego Waterfall <i>Cascata icónica na selva com piscina natural · Iconic jungle waterfall with natural swimming pool</i> Faial da Terra, costa sudeste	<p>Uma das mais belas cascatas dos Açores. O Trilho do Sanguinho (PRC09, 4,5km, 1,5–3h) serpenteia por pomares e pela aldeia abandonada do Sanguinho antes de chegar a uma piscina cristalina sob a cascata. O circuito maior (7,6km) também passa pelo Salto do Cagarrão.</p> <p>One of the Azores' most beautiful waterfalls. The Sanguinho Trail (PRC09, 4.5km, 1.5–3h) winds through fruit orchards and the abandoned village of Sanguinho before reaching a crystal-clear pool under the falls. The longer loop (7.6km) also passes Salto do Cagarrão.</p>	3–4 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide

Nordeste, Cascatas & Povoação · Nordeste, Waterfalls & Povoação

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
5	Miradouro da Lomba de São Pedro · Miradouro da Lomba de São Pedro <i>Miradouro escondido do nordeste — drama costeiro selvagem · Hidden northeast viewpoint — raw coastal drama</i> Costa nordeste	<p>Um miradouro pouco conhecido que recompensa o desvio com cenários costeiros selvagens e intocados. Falésias verdes verticais mergulham no Atlântico azul-profundo. Sem multidões, sem grades — apenas a natureza açoriana no seu estado mais dramático.</p> <p>A lesser-known viewpoint that rewards the detour with raw, untamed coastal scenery. Vertical green cliffs plunge into the deep blue Atlantic. No crowds, no railings — just pure Azorean wilderness at its most dramatic.</p>	20 min
6	Farol do Arnel · Farol do Arnel <i>Farol mais antigo dos Açores — descida dramática · Oldest Azores lighthouse — dramatic descent</i> Ponta do Arnel, Nordeste	<p>O farol mais antigo dos Açores, no topo de um promontório dramático. A descida de carro (ou a pé) serpenteia por curvas íngremes com vistas deslumbrantes do oceano. A zona do farol parece o fim do mundo. Observe os pescadores nas rochas abaixo.</p> <p>The oldest lighthouse in the Azores, perched on a dramatic headland. The descent by car (or on foot) winds through steep switchbacks with jaw-dropping ocean views. The lighthouse area itself feels like the edge of the world. Watch for fishermen on the rocks below.</p>	1 hora
7	Miradouro da Ponta do Sossego · Miradouro da Ponta do Sossego <i>O miradouro-jardim mais bonito de São Miguel · São Miguel's most beautiful garden viewpoint</i> Nordeste	<p>Um jardim paisagístico no topo das falésias da costa nordeste com vistas amplas do Atlântico, canteiros de hortênsias em socacos e relvados cuidados. Um dos locais mais pacíficos da ilha — ideal para um momento tranquilo com cenário espetacular.</p> <p>A beautifully landscaped clifftop garden on the northeast coast with sweeping views of the Atlantic, terraced hydrangea beds, and manicured lawns. One of the most peaceful spots on the island — ideal for a quiet moment with a spectacular backdrop.</p>	45 min
8	Parque Natural da Ribeira dos Caldeirões · Ribeira dos Caldeirões Natural Park <i>Passeio fácil entre cascatas e cenário de conto de fadas · Easy waterfall walk in a fairy-tale setting</i> Achada, Nordeste	<p>Um parque suave e familiar com moinhos antigos, cascatas e vegetação subtropical. Sem caminhadas exigentes — as cascatas ficam a poucos passos do estacionamento. Os trilhos adjacentes oferecem exploração mais profunda para quem quiser.</p> <p>A gentle, family-friendly park with old watermills, cascading waterfalls, and subtropical vegetation. No strenuous hiking required — the waterfalls are just a short walk from the car park. The adjoining trails offer deeper exploration for those who want more.</p>	1–1,5 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide



Dia 5 / 5 · Day 5 / 5

Costa Sul & Norte, Cultura & Despedida

South & North Coasts, Culture & Farewell

Mercado e queijos em Ponta Delgada, Vila Franca do Campo a sul, seguido de ida à costa norte — freguesia de Porto Formoso (Praia dos Moinhos) —, olaria e Lagoa, miradouro e jantar de despedida na capital. Alinhado com o Welcome Book v2 (sem Ilhéu no roteiro base).

Market & cheese in Ponta Delgada, Vila Franca do Campo on the south shore, then north to Porto Formoso parish (Praia dos Moinhos thermal beach), pottery and Lagoa, a final viewpoint, and farewell dinner in the capital. Aligned with Welcome Book v2 (islet not in the base route).

Dica Pro · Pro Tip

Comece cedo no Mercado da Graça e no Rei dos Queijos. Entre Vila Franca e Lagoa, reserve tempo para subir à costa norte até Porto Formoso (Praia dos Moinhos). A Cerâmica Vieira fecha às 17h. A Ermida da Paz tem escadarias íngremes — calçado confortável.

Start early at Mercado da Graça and Rei dos Queijos. Between Vila Franca and Lagoa, allow time to drive up to the north coast at Porto Formoso (Praia dos Moinhos). Cerâmica Vieira closes at 5 PM. The Ermida staircase is steep — wear comfortable shoes.

Paragens · Stops

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
1	Mercado da Graça & Rei dos Queijos · Mercado da Graça & Rei dos Queijos <i>Queijos, fruta, peixe e produtos açorianos na capital · Cheese, fruit, fish & Azorean staples in the capital</i> Centro de Ponta Delgada	<p>O mercado municipal da Graça e a icónica loja Rei dos Queijos são o ponto de partida ideal para provar e levar queijos São Jorge, ananás, compotas e especiarias. Combine com um pequeno-almoço ou lanche local antes de seguir viagem para o sul.</p> <p>The Graça municipal market and the iconic Rei dos Queijos shop are the perfect start to taste and buy São Jorge cheese, pineapple, jams, and spices. Pair with a light breakfast before driving south.</p>	45 min – 1 hora
2	Ermida de Nossa Senhora da Paz · Ermida de Nossa Senhora da Paz <i>Capela branca com escadarias panorâmicas e vista oceânica · White chapel with panoramic stairs & ocean views</i> Vila Franca do Campo	<p>Um dos marcos mais icónicos de São Miguel — capela branca sobre Vila Franca do Campo, alcançada por escadaria em ziguezague com azulejos azul e branco. Vistas amplas sobre a vila e o mar.</p> <p>One of São Miguel's most iconic landmarks — a brilliant white chapel above Vila Franca do Campo, reached by a dramatic zigzag staircase lined with blue-and-white azulejo tiles. Sweeping views over town and sea.</p>	45 min
3	Vila Franca do Campo · Vila Franca do Campo Town <i>Capital histórica — igrejas, mercado e cais · Historic capital — churches, market & waterfront</i> Vila Franca do Campo	<p>A antiga capital de São Miguel (antes do terramoto de 1522) mantém o seu charme histórico. Visite a Igreja de São Miguel do séc. XVI, passeie pelo mercado do peixe e pela frente marítima. Pequenos cafés servem excelentes pastéis de nata. Com tempo extra: a Cascata do Segredo (trilho curto) ou a Praia de Água d'Alto, a sul, são prolongamentos naturais do dia.</p> <p>The former capital of São Miguel (before the 1522 earthquake) retains its historic charm. Visit the 16th-century Igreja de São Miguel, browse the fish market, and stroll the waterfront promenade. Small cafés serve excellent pastéis de nata. With extra time, Cascata do Segredo (short hike) or Praia de Água d'Alto to the south are natural add-ons.</p>	1 hora
4	Praia dos Moinhos · Praia dos Moinhos <i>Praia termal — calor vulcânico encontra o oceano · Hot spring beach — volcanic warmth meets ocean</i> Porto Formoso — costa norte	<p>Uma joia escondida na costa norte, na freguesia de Porto Formoso (concelho da Ribeira Grande), onde nascentes termais naturais fluem para uma piscina de maré na praia. Escave na areia preta perto das nascentes para encontrar pontos quentes, ou nade na piscina rochosa naturalmente aquecida. Gratuita e raramente lotada.</p> <p>A hidden gem on the north coast in Porto Formoso parish (Ribeira Grande municipality), where natural hot springs feed a tidal pool on the beach. Dig into the black sand near the springs to find warm spots, or swim in the naturally heated rock pool. Free and rarely crowded.</p>	1 hora

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide

Costa Sul & Norte, Cultura & Despedida · South & North Coasts, Culture & Farewell

#	Paragem · Stop	Sobre · About	Tempo · Time
5	Cerâmica Vieira · Cerâmica Vieira <i>Olaria açoriana tradicional — visita à oficina · Traditional Azorean pottery — workshop visit</i> Lagoa	Uma oficina de olaria familiar em Lagoa que produz cerâmica açoriana tradicional há mais de um século. Veja artesãos a pintar à mão os padrões azul e branco distintivos e escolha lembranças únicas. O artesanato é notável. A family-run pottery workshop in Lagoa that has been producing traditional Azorean ceramics for over a century. Watch artisans hand-paint the distinctive blue-and-white patterns, and pick up unique souvenirs. The craftsmanship is remarkable.	45 min
6	Centro de Lagoa · Lagoa Town Centre <i>Vila artesã encantadora — cafés e lojas de artesanato · Charming artisan town — cafés & craft shops</i> Lagoa	Uma vila pequena e encantadora conhecida pelo seu património artesão. Percorra as lojas de artesanato, visite a bela igreja principal e saboreie um café da tarde num café local. A praça da vila é pacífica e fotogénica com as suas ruas de calçada. A lovely small town known for its artisan heritage. Browse the craft shops, visit the beautiful main church, and enjoy an afternoon coffee at a local café. The town square is peaceful and photogenic with its cobblestone streets.	45 min
7	Miradouro da Bela Vista · Miradouro da Bela Vista <i>Miradouro panorâmico da costa norte perto de Ponta Delgada · Panoramic north coast viewpoint near Ponta Delgada</i> Norte de Ponta Delgada	Um último miradouro antes de regressar à capital, com vistas amplas da costa norte e do interior verde. Um local perfeito para refletir sobre cinco dias incríveis e tirar as últimas fotos panorâmicas. A final viewpoint before heading back to the capital, offering sweeping views of the north coast and the green interior. A perfect place to reflect on five incredible days and take your last panoramic photos.	20 min
8	Jantar de Despedida — Cozinha Açoriana · Farewell Dinner — Azorean Cuisine <i>Banquete açoriano tradicional com vinhos locais · Traditional Azorean feast with local wines</i> Restaurantes de Ponta Delgada	Termine a aventura de 5 dias com uma refeição autêntica açoriana. Prove Alcatra (carne estufada), lapas grelhadas ou peixe fresco do dia. Acompanhe com vinho Verdelho dos Açores. Recomendados: Rotas da Ilha Verde, Anfiteatro ou A Tasca. End your 5-day adventure with an authentic Azorean meal. Try Alcatra (slow-braised beef), lapas grelhadas (grilled limpets), or fresh fish of the day. Pair with Verdelho dos Açores wine. Recommended: Rotas da Ilha Verde, Anfiteatro, or A Tasca.	2 horas

Mapa / map: www.vlpamorim.com/pt/guide · www.vlpamorim.com/en/guide



Pronto para a Aventura Açoriana?

Ready for Your Azores Adventure?

Fique no VLP Amorim — a sua base perfeita em Ponta Delgada, a minutos de todas estas experiências incríveis.

Stay at VLP Amorim — your perfect base in Ponta Delgada, just minutes from all these incredible experiences.

www.vlpamorim.com · Holidu



Guia completo e mapa — digitalize para abrir no browser.